दैनिक भास्कर
24-Nov-2019
Page 2

वर्ल्ड एंटी ओबेसिटी डे पर वॉकथॉन में दो सौ से ज्यादा लोगों ने लिया भाग

गुड़गांव. वर्ल्ड एंटी ओबेसिटी डे पर आयोजित वॉकथॉन में भाग लेते लोग।

भास्कर न्यूज़ | गुड़गांव

मोटापा और डायबिटीज विश्व में तेजी से फैलती दो महामारियां हैं। उम्रदराज लोग ही नहीं युवा और बच्चे भी बड़ी संख्या में इनके शिकार हो रहे हैं। मोटापा अपने आप में एक समस्या तो है ही, इसके साथ ही यह कई गंभीर बीमारियों की जड़ भी है। इसी तरह डायबिटीज को भी रोग नहीं मेटाबॉलिक सिंड्रोम माना जाता है। रक्त में शूगर का बढ़ा हुआ स्तर समय के साथ हृदय, आंखों, किडनियों, तंत्रिकाओं और शरीर के दूसरे भागों को प्रभावित कर सकता है। मोटापा, डायबिटीज के खतरे को कई गुना बढ़ा देता है, और मोटापे से बचने के लिए वॉक करना एक बहुत ही अच्छा वर्कआउट माना जाता है।

इसी को ध्यान में रखते हुए वर्ल्ड एंटी ओबेसिटी डे पर एक मैनेजमेंट डिवेलपमेंट इंस्टिट्यूट में मैक्स अस्पताल के बेरियाट्रिक विभाग के डायरेक्टर डॉ अतुल सी पीटर द्वारा मोटापे से बचने और डायबिटीज के प्रति जागरूकता फैलाने के लिए शनिवार को एक वॉकथॉन का आयोजन किया गया।