

Влияние и връзка на физическото обездвижване и наднорменото тегло сред подрастващите

Таня Мегова, Нина Михайлова, Любомира Стоянова, Ростислав Костов

Influence and correlation of the insufficient physical activity to the overweight among adolescents: Bulgaria takes the second place in the world for obesity and overweight among children. Purpose: To establish the frequency of overweight cases among pupils of the age group 11-14, and to point out how the insufficient physical activity influences the children in Pleven. Conclusion: School is the place where children spend most of their time, therefore, school environment should enforce the benefits of the regular physical activity and health oriented way of life.

Key words: overweight

ВЪВЕДЕНИЕ

По данни на Световната здравна организация 20% от децата в Европа са с наднормено тегло. Тази цифра се увеличава с 400 000 деца годишно.

България е на второ място в света по затлъстяване и свръхтегло сред децата. Всеки пети български ученик е с наднормено тегло (доц.Ст. Петрова, 2006) според направено проучване през 2006г.

Изключително голямото нарастване на заболявания от затлъстяване сред децата, наблюдавано в последните години е важен медико-социален проблем на съвременното общество.

ИЗЛОЖЕНИЕ

Цел

Да се установи честотата на наднорменото тегло сред ученици на възраст от 11 до 14 години и да се определи влиянието на физическото обездвижване на подрастващите в гр.Плевен

Материал и методи

Проучването е проведено в периода ноември-декември 2006г.сред 546ученика на възраст 11-14г в СОУ "Цветан Спасов" – Плевен.

Ръководството на училището даде своето съгласие за включване на учениците в проучването. В анкетирането участваха 84 (33 момчета и 48 момичета) ученика от V до VIII клас – по една паралелка от всяка възрастова група, определена чрез непреднамерен подбор.

За провеждане на проучването и анализ на резултатите са използвани социологически методи, методи за оценка на физическото развитие и статистически методи.

Проведена е анонимна групов а анкета с учениците, стандартен въпросник, изследващ начина на хранене и физическата активност на подрастващите

Проведени са антропометрични изследвания и са използвани някои индекси за оценка на физическото развитие и наднорменото тегло.

Антропометрични измервания на ръст, тегло, гръдна обиколка (Хирц 2), обиколка талия, обиколка ханш, с ръстомери и антропомери.

Изчисляван е индексът на телесна маса BMI.

Оценката на физическото развитие и наднорменото тегло е провеждана въз основа на приети нормативи за ръст, тегло и гръдна обиколка по пол и възраст При индивидуалната оценка на физическото развитие са използвани критериите, прилагани за оценка при профилактичните прегледи на децата и учениците до 18-годишна възраст в РБългария

Данните са обработени със статистическите програми SPSS v 11.1 За анализ на резултатите, изводи и заключения са използвани t-тест на Student, ANOVA и