

ΔΙΠΛΑΣΙΑΣΤΗΚΑΝ ΟΙ ΥΠΕΡΒΑΡΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Μέσο: ΘΕΣΣΑΛΙΑ ΒΟΛΟΥ

Ημ. Έκδοσης: . . . 9/5/2015 Ημ. Αποδελτίωσης: . . 12/5/2015

Σελίδα: 32

Innews AE - Αποδελτίωση Τύπου - <http://www.innews.gr>



Τα τελευταία 15 χρόνια σύμφωνα με έρευνα του ΕΠΙΨΥ

Διπλασιάστηκαν οι υπέρβαροι μαθητές στην Ελλάδα

ΔΙΠΛΑΣΙΑΣΤΗΚΑΝ σε 15 χρόνια οι υπέρβαροι μαθητές στην Ελλάδα που πλέον αποτελούν το 21% σύμφωνα με έρευνα που έγινε από το ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (ΕΠΙΨΥ).

Η έρευνα για τις συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία των εφήβων μαθητών διεξάγεται στο πλαίσιο του διεθνούς προγράμματος "Health Behaviour in School-Aged Children" (HBSC, www.hbsc.org), υπό την αιγίδα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας.

Η έρευνα επαναλαμβάνεται ανά τετραετία σε περισσότερες από 40 χώρες παρέχοντας πολύτιμες πληροφορίες για τον τρόπο ζωής των εφήβων και τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους.

Οι πληροφορίες αυτές κατευθύνουν τις πολιτικές πρόληψης των κρατών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα. Στη χώρα μας το πρόγραμμα πραγματοποιείται από το ΕΠΙΨΥ από το 1998 με την επιστημονική ευθύνη της ομοτ. καθηγήτριας του Πανεπιστημίου Αθηνών, κ. Α. Κοκκέβη. Στην έρευνα του 2014 συμμετείχε πανελλήνιο αντιπροσωπευτικό δείγμα 4.141 μαθητών εφηβικής ηλικίας (ΣΤ' Δημοτικού, Β' Γυμνασίου και Α' Λυκείου) από 245 σχο-



λικές μονάδες. Οι μαθητές απάντησαν σε ανώνυμο ερωτηματολόγιο που συμπλήρωσαν μέσα στις τάξεις τους. Η έρευνα υλοποιήθηκε χάρη στη μερική οικονομική ενίσχυση από τη UNICEF και στην εθελοντική συμβολή μελών και φοιτητών ΑΕΙ και ΤΕΙ της χώρας.

Κύρια ευρήματα σχετικά με τις διατροφικές συνήθειες, τη φυσική δραστηριότητα και το σωματικό βάρος των εφήβων είναι τα εξής: Σύμφωνα με τις απαντήσεις των εφήβων αναφορικά με το ύψος και

το βάρος τους, προκύπτει ότι ένας στους 12 (8,1%) κατηγοριοποιείται ως *ελλιπобоηής*, ένας στους 5 (21,3%) ως *υπέρβαρος* και ποσοστό 3,9% ως *παχύσαρκοι*. Το ποσοστό υπέρβαρων/παχύσαρκων αγοριών (25,2%) είναι σημαντικά υψηλότερο από εκείνο των κοριτσιών (17,5%).

Ένας στους 4 (24,0%) 11χρονους, ένας στους 5 (21,4%) 15χρονους και ποσοστό 18,9% των 13χρονων είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι. Από το 1998 στο 2014 σχεδόν διπλασιάζεται το ποσοστό των υ-

πέρβαρων/παχύσαρκων εφήβων από 11,0% σε 21,3%. Ένας στους 5 εφήβους (20,5%) ανέφερε ότι κάνει *διαπτα*, τα κορίτσια σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό (24,5%) συγκριτικά με τα αγόρια (15,9%). Με την ηλικία των εφήβων αυξάνεται το ποσοστό εκείνων που αναφέρουν ότι κάνουν *διαπτα*, από 17,9% στους 11χρονους σε 23,3% στους 15χρονους.

Διαχρονικά, από το 1998 στο 2014 το ποσοστό των εφήβων που κάνουν *διαπτα* αυξάνεται συνεχώς (από 14,8% το 1998 σε 20,2% το 2014).

Δύο στους 5 εφήβους (43,2%) λαμβάνουν *πρωινό* και τις 7 ημέρες της εβδομάδας και οι μισοί μαθητές (51,8%) λαμβάνουν *πρωινό* και τις 5 ημέρες του σχολείου. Πρωινό λαμβάνουν σε υψηλότερο ποσοστό τα αγόρια συγκριτικά με τα κορίτσια (54,5% και 49,0% για λήψη πρωινού όλες τις ημέρες του σχολείου) και οι 11χρονοι συγκριτικά με τους 13χρονους και τους 15χρονους. Από το 2006 στο 2014 αυξάνεται σημαντικά το ποσοστό των εφήβων που λαμβάνουν *πρωινό* όλες τις ημέρες τους σχολείου (από 43,0% σε 51,8%, αντίστοιχα).

Το 2014 ποσοστό 28,0% ανέφεραν ότι δεν τρώνε ποτέ *πρωινό μαζί με τη μητέρα ή τον πατέρα*

τους.

Ένας στους 3 εφήβους ανέφερε ότι καταναλώνει *φρούτα* και λαχανικά τουλάχιστον 5 ημέρες της εβδομάδας με το αντίστοιχο ποσοστό να αυξάνεται διαχρονικά (από 23,5% το 2002 σε 31,6% το 2014). Συχνή κατανάλωση *φρούτων* και λαχανικών αναφέρουν σε υψηλότερο ποσοστό τα κορίτσια (33,6%) συγκριτικά με τα αγόρια (29,6%), με την εν λόγω συνήθεια να μειώνεται με την ηλικία των εφήβων (από 37,2% στους 11χρονους σε 26,4% στους 15χρονους).

Ένας στους 3 εφήβους ανέφερε ότι καταναλώνει *γλυκά ή αναψυκτικά* τουλάχιστον 5 ημέρες της εβδομάδας με το αντίστοιχο ποσοστό να μειώνεται διαχρονικά (από 45,4% το 2006 σε 32,7% το 2014).

Συχνή κατανάλωση *γλυκών* και αναψυκτικών αναφέρουν σε παρόμοιο ποσοστό αγόρια και κορίτσια με την εν λόγω συνήθεια να αυξάνεται με την ηλικία των εφήβων (από 20,5% στους 11χρονους σε 41,3% στους 15χρονους).

Χαμηλό αλλά αξιο αναφοράς ποσοστό 15χρονων (3,4%) αναφέρουν ότι τρώνε *φρούτα* και λαχανικά το πολύ μία φορά την εβδομάδα ενώ παράλληλα καταναλώνουν *γλυκά ή αναψυκτικά* τουλάχιστον 5 ημέρες.