

*Międzynarodowe Badania
nad Zachowaniami Zdrowotnymi Młodzieży Szkolnej
jako narzędzie do monitorowania
czynników ryzyka otyłości w wieku dojrzewania*

Joanna Mazur

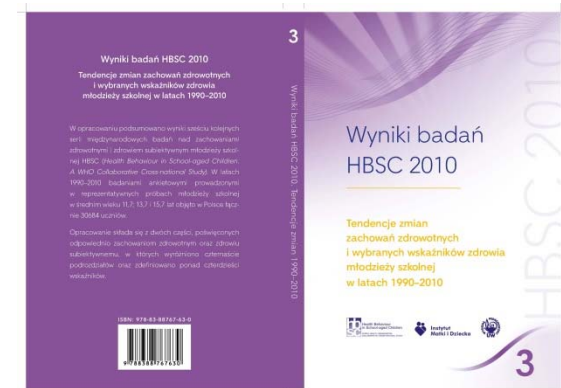
Zakład Zdrowia Dzieci i Młodzieży

Instytut Matki i Dziecka

„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

Źródło danych:

- Nowy raport HBSC 2014
- Wcześniejsze analizy trendów
- Obliczenia własne





HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN

WORLD HEALTH ORGANIZATION COLLABORATIVE CROSS-NATIONAL SURVEY

Poland

Principal Investigator

Joanna Mazur

Deputy Principal Investigator

Hanna Nalecz

Team members

Agnieszka Malkowska-Szkutnik, Anna Dzielska, Anna Kowalewska, Barbara Wojnarowska, Hanna Nalecz, Izabela Tabak and Marta Malinowska-Cieslik

Surveys Conducted

1989/90, 1993/94, 1997/98, 2001/02, 2005/06, 2009/10, 2013/14

Współautorzy raportu HBSC 2014: Maria Jodkowska, Anna Oblacińska, Katarzyna Radiukiewicz, Magdalena Stalmach, Dorota Zawadzka

Address:

Department of Child and Adolescent Health
Institute of Mother and Child
ul. Kasprzaka 17a
01-211 Warsaw
POLAND

web site

Tel: +48 22 32 77 459

Fax: + 48 22 32 77 370

Email: Joanna.Mazur@hbsc.org

[home](#)

[about HBSC](#)

[news](#)

[publications](#)

[methods](#)

[data](#)

[membership](#)

[members' area](#)

[contact](#)

HBSC International Coordinating Centre
Child & Adolescent Health Research
Unit

University of St Andrews, Medical and Biological Sciences Building
North Haugh, St Andrews, Fife, KY16 9TF, United Kingdom.

tel: +44 (0)1334 461 734
email: info@hbsc.org



Plan prezentacji

- Wybrane informacje o badaniach HBSC
- Opis kwestionariusza
- Aktualne dane w świetle badań z 2014 r.
- Tendencje zmian krótkookresowe i długookresowe
- Przykłady pogłębionych analiz (czy zmiany zachowań wpływają na występowanie nadmiaru masy ciała)

„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

Standardowy międzynarodowy kwestionariusz

Badania w jednym czasie i w tych samych grupach wieku

Cykliczność badań

Interdyscyplinarna grupa badawcza

Wielowątkowy kwestionariusz

Dynamiczny charakter badań

Struktura sieci badawczej HBSC

- **Organy zarządzające** : Zgromadzenie Ogólne; Komitet Koordynacyjny
- **Centra specjalistyczne**: ICC; Bank Danych; Centrum ds. Publikacji
- **Grupy ds. rozwoju**: rozwój naukowy; metodologia; polityka, uczestnictwo młodzieży
- **Inne grupy**: **robocze grupy tematyczne**; grupy ds. publikacji, grupy ds. walidacji nowych narzędzi, współpraca regionalna

„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

- 
-  Dieta i odżywianie - Eating & dieting
 -  Komunikacja elektroniczna - Electronic Media group
 -  Rodzina - Family culture
 -  Rówieśnicy - Peer culture
 -  Aktywność fizyczna – Energy expenditure
 -  Zdrowie pozytywne - Positive health
 -  Dojrzewanie - Puberty
 -  Zachowania problemowe - Risk behaviour
 -  Szkoła - School
 -  Zdrowie seksualne - Sexual health
 -  Nierówności społeczne - Social inequality
 -  Zapobieganie przemocy i urazom - Violence & injury prevention

„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

Ocena masy ciała

- obiektywna
- subiektywna

Aktywność fizyczna

- umiarkowana i intensywna
- zachowania sedenteryjne: TV, komputer, gry komputerowe

Odżywianie

- jedzenie śniadań
- spożycie owoców i warzyw
- spożycie słodczy i słodkich napojów

Gdy myślisz o sobie, to sądzisz, że jesteś:

- 1 ☐ zdecydowanie za szczupły
2 ☐ trochę za szczupły
3 ☐ w sam raz
4 ☐ trochę za gruby
5 ☐ zdecydowanie za gruby

Ile godzin dziennie, w czasie wolnym, zwykle korzystasz z komputera, tabletu lub smartfona (czat, korzystanie z Internetu, wysyłanie wiadomości e-mail, Tweeter, Facebook, Instagram, odrabianie lekcji itp.)? Zaznacz znakiem X jedną kratkę przy dniach, w których chodzisz do szkoły i w dniach weekendu.

W dniach szkolnych

- 1 ☐ wcale
2 ☐ około pół godziny dziennie
3 ☐ około 1 godziny dziennie
4 ☐ około 2 godzin dziennie
5 ☐ około 3 godzin dziennie
6 ☐ około 4 godzin dziennie
7 ☐ około 5 godzin dziennie
8 ☐ około 6 godzin dziennie
9 ☐ około 7 lub więcej godzin/dzień

W sobotę i niedzielę

- 1 ☐ wcale
2 ☐ około pół godziny dziennie
3 ☐ około 1 godziny dziennie
4 ☐ około 2 godzin dziennie
5 ☐ około 3 godzin dziennie
6 ☐ około 4 godzin dziennie
7 ☐ około 5 godzin dziennie
8 ☐ około 6 godzin dziennie
9 ☐ około 7 lub więcej godzin/dzień

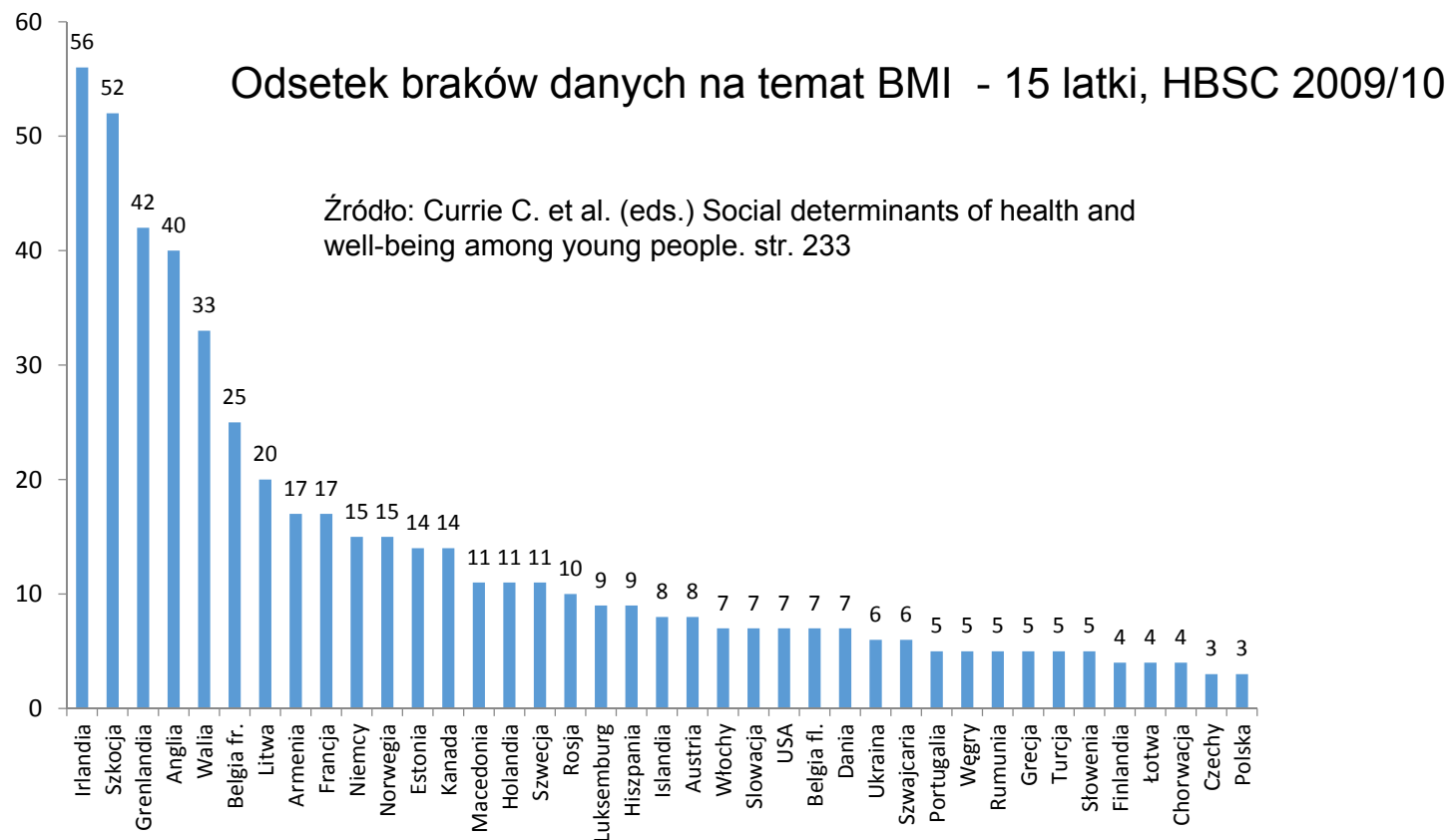
Ile razy w tygodniu zwykle zjadasz lub pijesz niżej wymienione produkty ?

	nigdy	rzadziej niż 1 raz w tygodniu	1 raz w tygodniu	2-4 dni w tygodniu	5-6 dni w tygodniu	co-dziennie, 1 raz	co-dziennie częściej niż 1 raz
Owoce	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Warzywa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Słodycze	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Coca-cola lub inne słodkie napoje	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

W Polsce
w latach 2010-2014
odsetek braków danych
zwiększył się
z 5,3% do 8,7%



„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

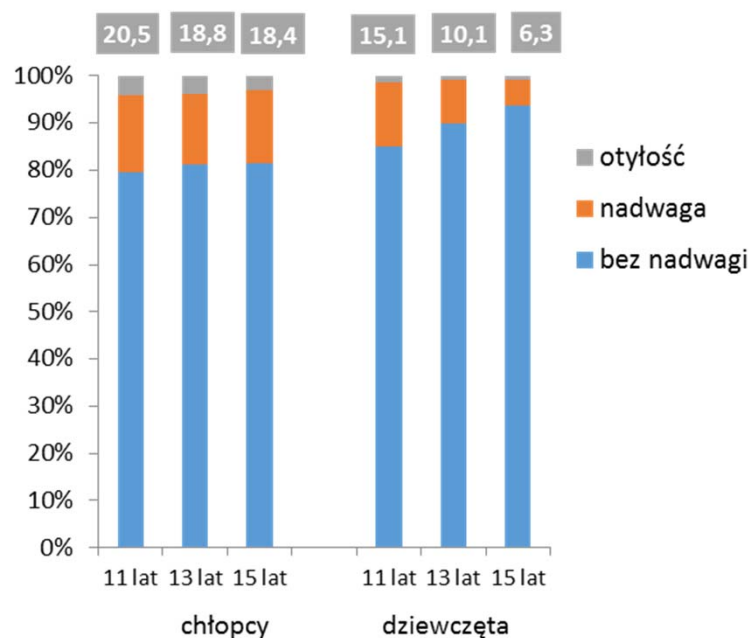
Obszary badawcze polskiego kwestionariusza HBSC ukierunkowane na analizy uwarunkowań i skutków otyłości

- Wspólne aktywności z rodziną (posiłki, aktywność fizyczna)
- Motywy podejmowania aktywności fizycznej
- Subiektywna ocena sprawności fizycznej
- Spożywanie wybranych produktów – lista rozszerzona
- Aktywna droga do szkoły
- Środowisko sprzyjające aktywności

Badane zależności mają charakter dwukierunkowy

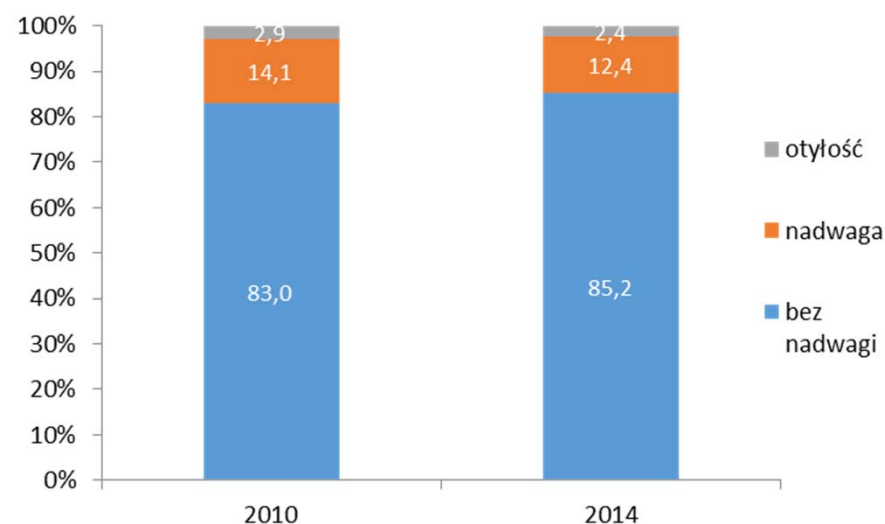
NADMIAR MASY CIAŁA (kryteria IOTF)

Dane 2013/14



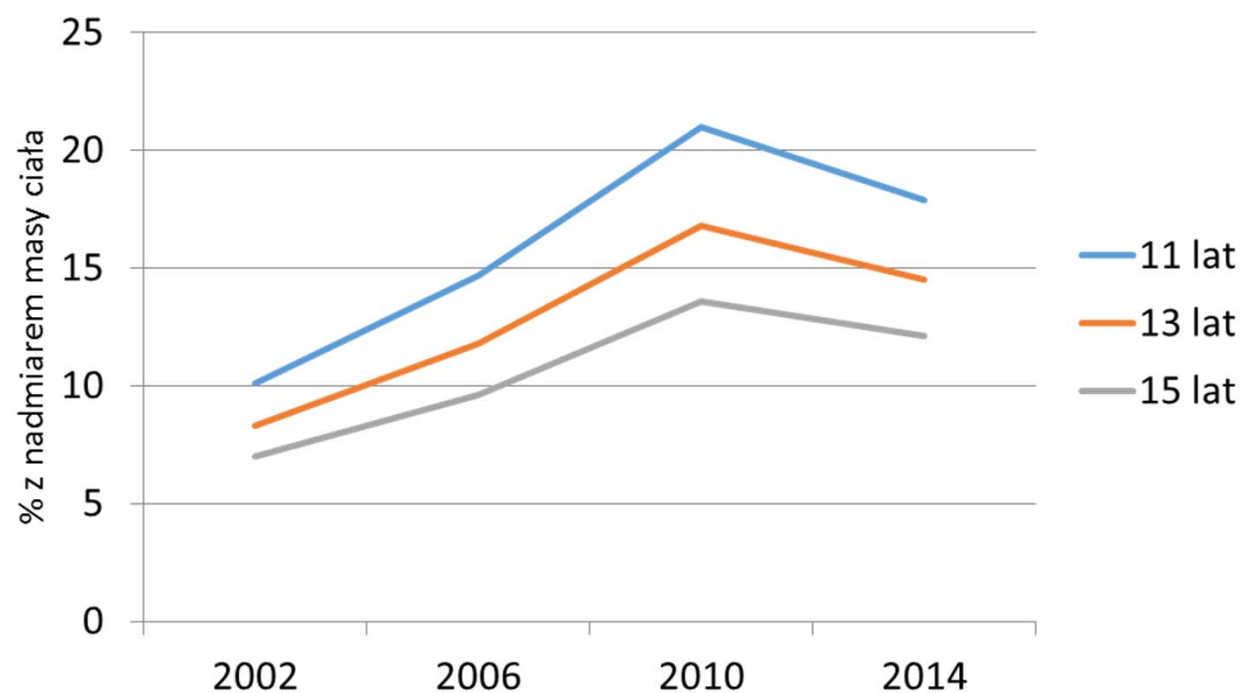
Nadmiar masy ciała stwierdzono u 14,8% ankietowanych (19,2% chłopców i 10,4% dziewcząt)

Trendy 2010-2014



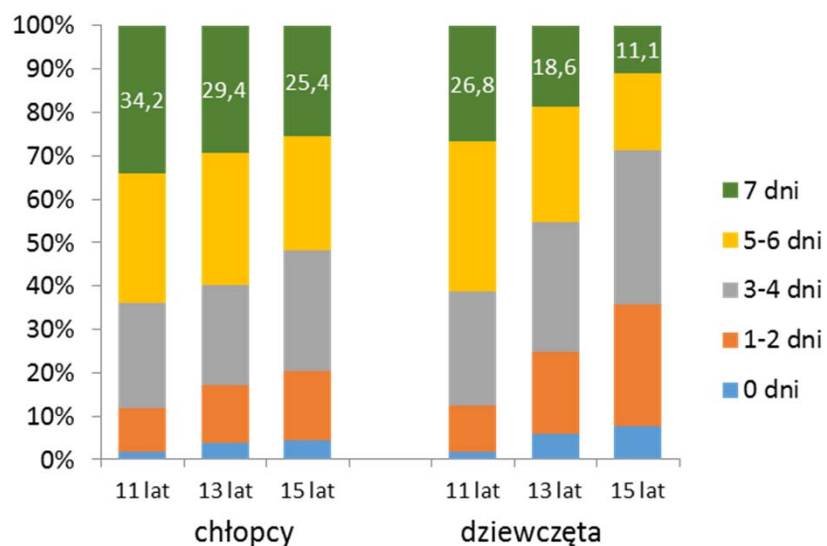
Istotny spadek odsetek młodzieży z nadmiarem masy ciała zaobserwowano w grupie ogółem ($p=0,006$) oraz u dziewcząt ($p=0,002$).

Trendy długookresowe



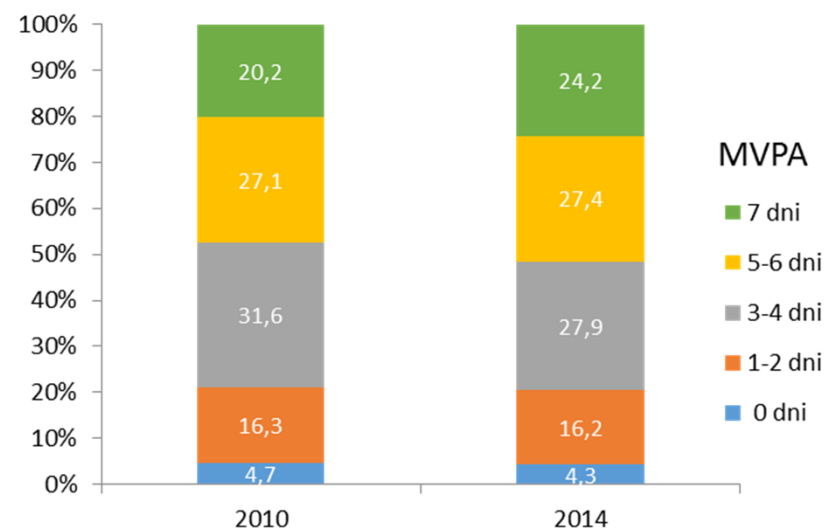
AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA (MVPA)

Dane 2013/14



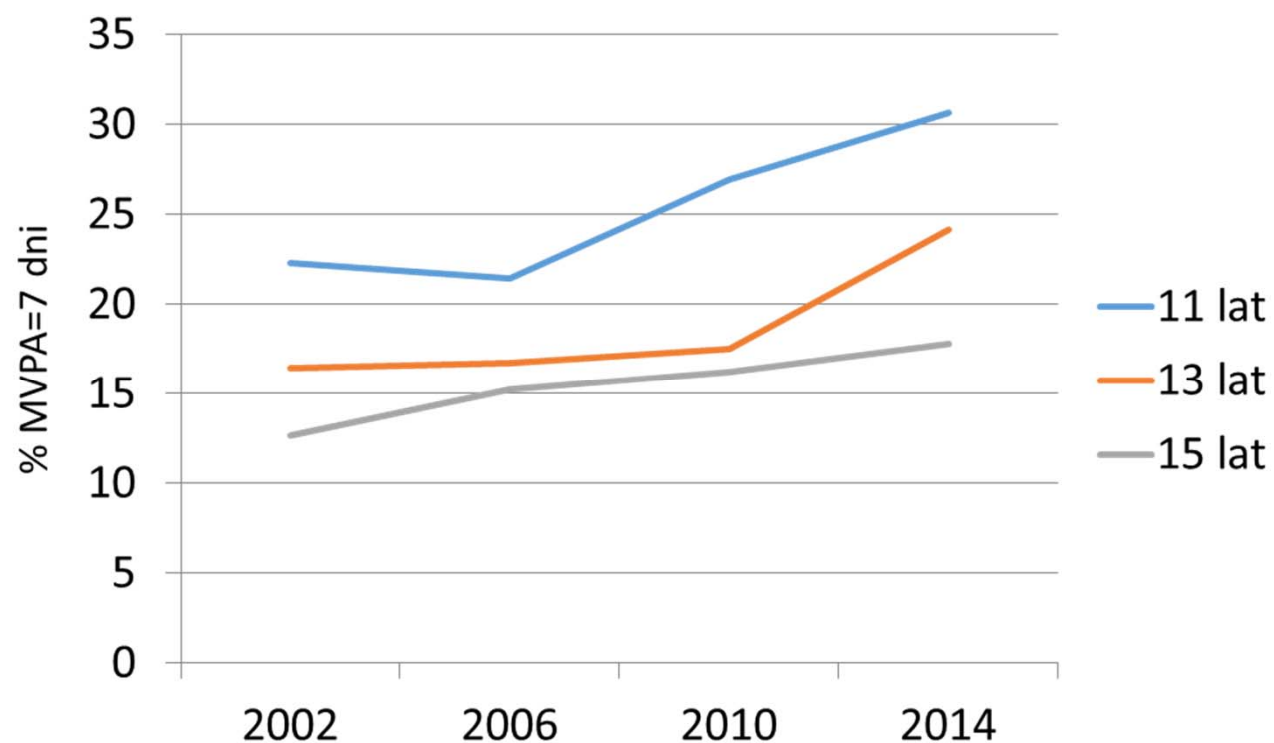
Kryteria zalecanej aktywności (MVPA=7 dni) spełniało 24,2% ankieterowanych (29,8% chłopców i 18,6% dziewcząt)

Trendy 2010-2014



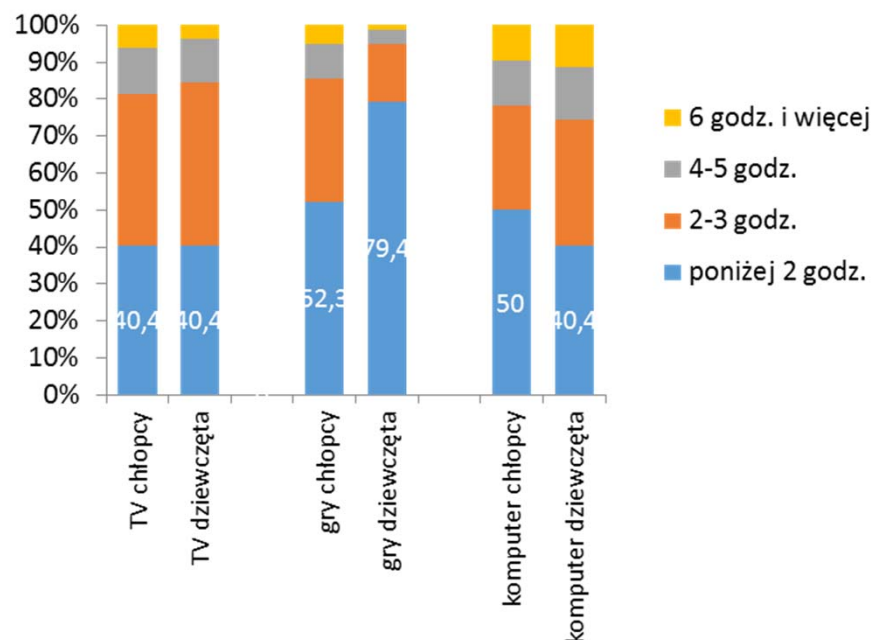
Istotny wzrost odsetka młodzieży spełniającej rekomendacje w grupie ogółem ($p < 0,001$) oraz u obu płci

Trendy długookresowe



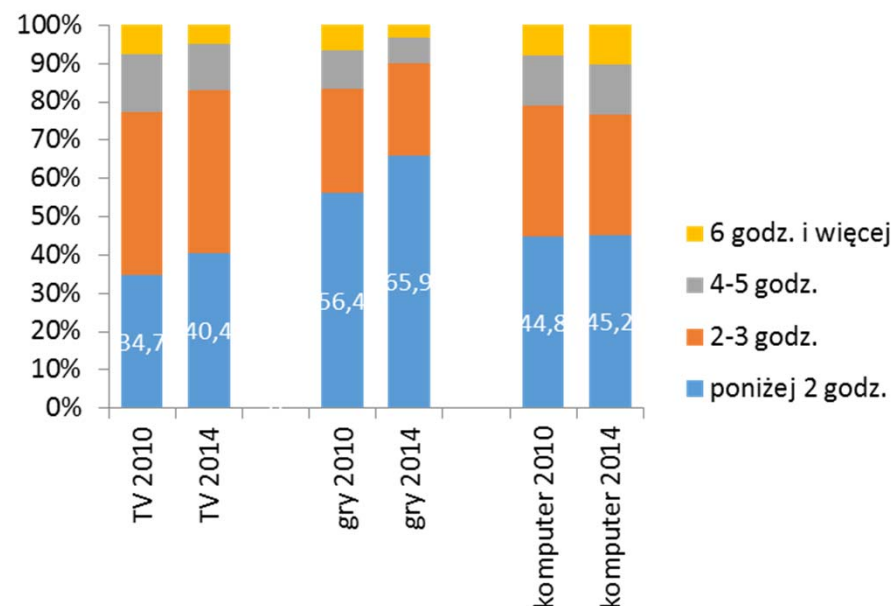
Zachowania sedenteryjne

Dane 2013/14



Chłopcy istotnie częściej spędzają czas przy grach komputerowych a dziewczęta przy innych zajęciach na komputerze

Trendy 2010-2014

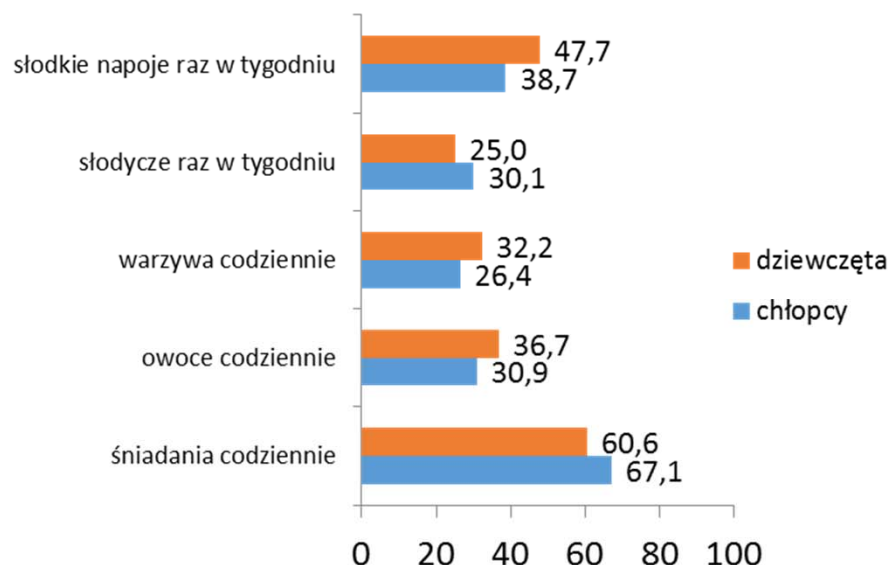


Istotnie obniżyła się częstość oglądania filmów i grania w gry komputerowe, podczas gdy zwiększył się odsetek młodzieży spędzającej dużo czasu przy komputerze

„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

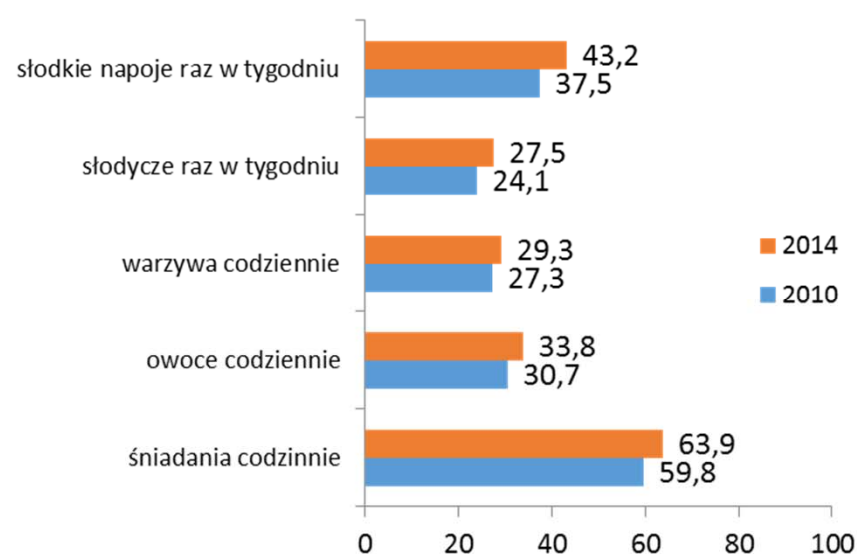
POZYTYWNE ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE

Dane 2013/14



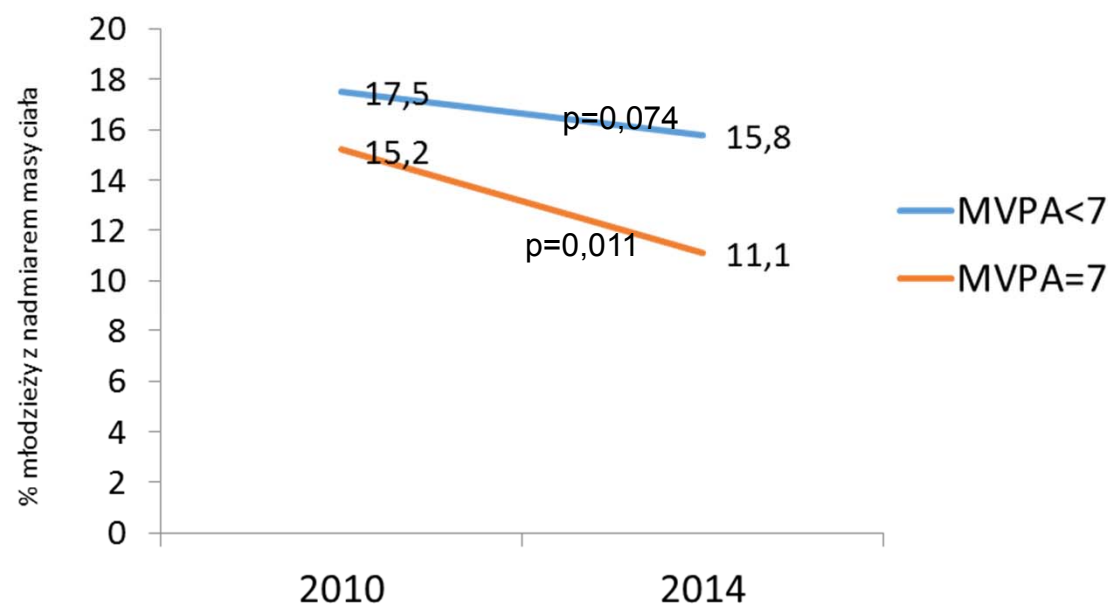
12,1% ankietowanych nie podejmuje żadnego z 5 zachowań, a tylko 2,7% wszystkie pięć

Trendy 2010-2014



Częstość podejmowania wszystkich pozytywnych zachowań żywieniowych zwiększyła się istotnie (w najmniejszym stopniu dotyczy to częstego jedzenia warzyw)

ZMIANY MASY CIAŁA A AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA



W grupie młodzieży spełniającej kryteria zalecanej aktywności tempo spadku częstości występowania nadwagi i otyłości jest szybsze

„Otyłość dzieci i młodzieży oraz jej konsekwencje z perspektywy różnych specjalizacji”

ZMIANY MASY CIAŁA A WZORCE AKTYWNOŚCI

PRZEGL. EPIDEMIOŁ. 2012; 66: 503 - 508

Zdrowie publiczne

Joanna Mazur, Izabela Tabak, Jakub Gajewski, Anna Dziecińska

NADWAGA I OTYŁOŚĆ WŚRÓD UCZNIÓW GIMNAZJUM W ZALEŻNOŚCI OD WYBRANYCH CZYNNIKÓW BEHAVIORALNYCH. ZMIANY W LATACH 2006-2010

OVERWEIGHT AND OBESITY IN LOWER-SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN
RELATION TO SELECTED BEHAVIOURAL FACTORS. CHANGES IN 2006-2010

Zakład Ochrony i Promocji Zdrowia Dzieci i Młodzieży
Instytut Matki i Dziecka w Warszawie

STRESZCZENIE

WSTĘP. Cyklicznie powtarzane badania nad zachowaniami zdrowotnymi młodzieży szkolnej HBSC (*Health Behaviour in School-aged Children*) pozwalają śledzić trendy nadwagi i otyłości u młodzieży szkolnej, jak również wybrane uwarunkowania tego zjawiska.

CELEM PRACY jest ocena częstości występowania wśród polskich gimnazjalistów nadmiaru masy ciała oraz zmian tej częstości w latach 2006-2010 w zależności od wzorca zachowań związanych z aktywnością fizyczną i spędzaniem wolnego czasu.

MATERIAL I METODY. Dane pochodzą z dwóch ostatnich serii badań HBSC przeprowadzonych łącznie wśród 7133 uczniów gimnazjum. Definiując wzorce zachowań, zastosowano analizę skupień. Przyjęto za kryterium klasyfikacji sumaryczny indeks aktywności fizycznej oraz średni czas spędzany dziennie przy telewizji i przy grach komputerowych.

WYNIKI. W latach 2006-2010 odsetek uczniów z nadmiarem masy ciała (wg kryteriów WHO 2007) zwiększył się z 17,7% do 22,0% u chłopców i z 7,9% do 13,4% u dziewcząt. W 2006 r. odsetek ten wahał się w sześciu analizowanych podgrupach od 12,6% do 17,1%, a w 2010 r. od 12,6% do 24,7%. Tylko w grupie reprezentującej korzystne zachowania nie zaobserwowano wzrostu częstości nadmiaru masy ciała. Niepokojące jest jednak zmniejszenie się odsetka nastolatków zakwalifikowanych do tej grupy.

WNIOSEK. Wysoka aktywność fizyczna nie zawsze równoważy negatywny wpływ zajęć sedentaryjnych na masę ciała nastolatków.

SŁOWA KLUCZOWE: młodzież, nadwaga, aktywność fizyczna, siedzący tryb życia, tendencje zmian

ABSTRACT

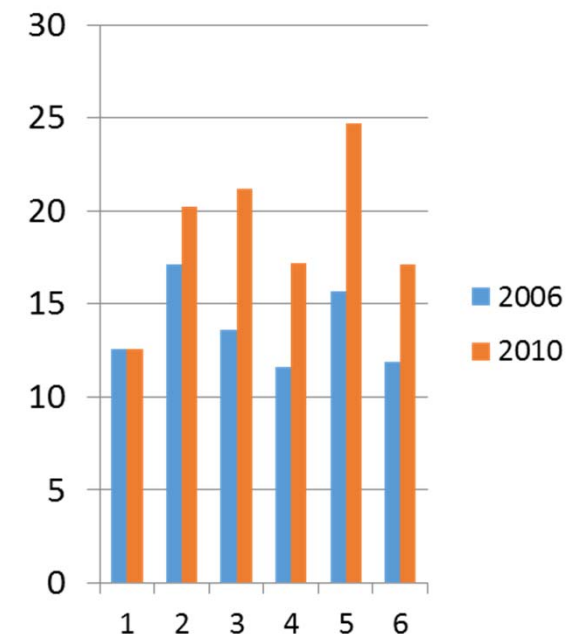
INTRODUCTION. The HBSC (*Health Behaviour in School-aged Children*) survey, repeatedly carried out among school children in Poland, allows to follow the trends in the occurrence of overweight and obesity as well as changes in selected behaviors, which may influence body weight.

THE AIM of this paper is to assess in the years 2006-2010 the prevalence of excess and changes of Polish adolescents' body weight, depending on the pattern of behaviors associated with physical activity and leisure time.

MATERIAL AND METHODS. Data was taken from the 2006 and 2010 HBSC surveys carried out on a total sample of 7133 lower secondary school children. Cluster analysis was applied to define leisure time activity patterns. Combined physical activity index and the average time spent watching television and playing computer games per day were taken as criteria for classification.

RESULTS. In 2006-2010, the proportion of adolescents with overweight or obesity (according to WHO 2007 criteria) increased from 17.7% to 22.0% in boys and from 7.9% to 13.4% in girls. In 2006, the proportion of pupils with overweight and obesity ranged from 12.6% to 17.1% in six defined subgroups, while in 2010 it ranged from 12.6% to 24.7%. No increase of overweight was observed in the cluster representing positive health behaviors. However, the decline in the proportion of adolescents that could qualify to this group is alarming.

	AF	TV	Gry
1 (N=1117)	11,88	2,33	1,21
2 (N=407)	11,87	5,34	5,40
3 (N=754)	8,28	2,63	3,83
4 (N=1530)	7,38	2,39	0,67
5 (N=449)	4,68	5,00	3,94
6 (N=1123)	3,44	2,33	0,85
Ogółem (N=5380)	7,73	2,84	1,89

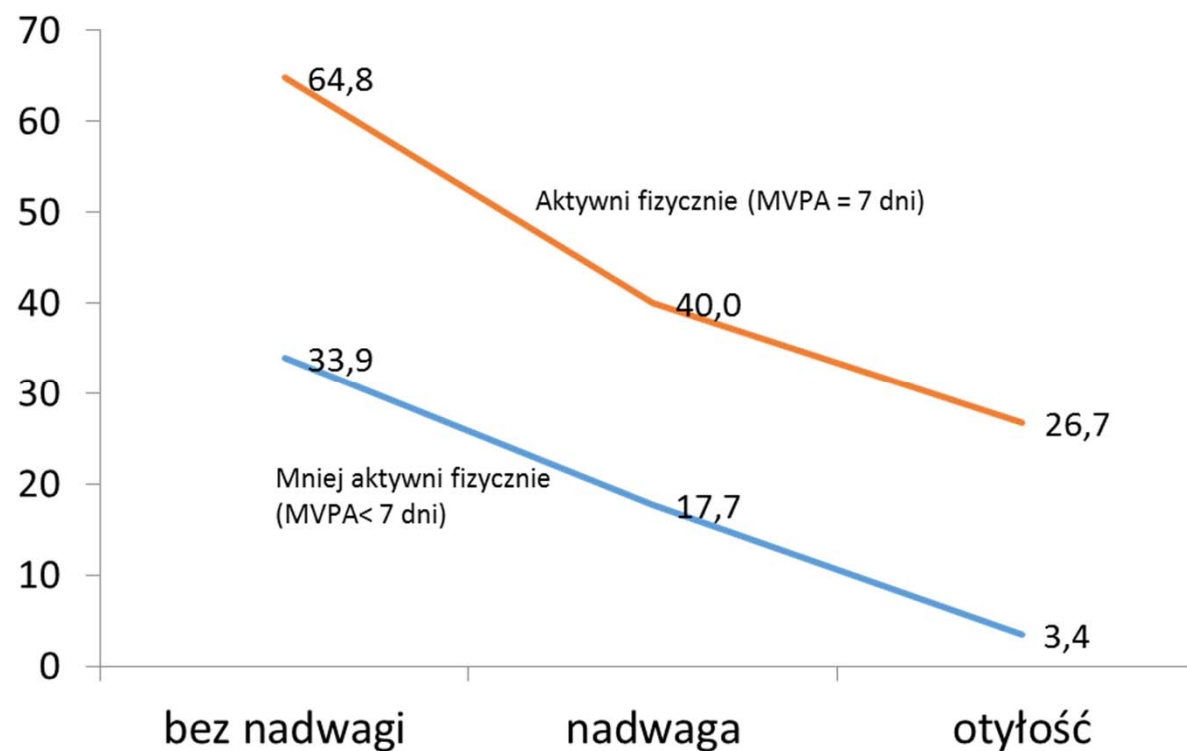


MASA CIAŁA A SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA

- Młodzież ogólnie dobrze ocenia swoją sprawność fizyczną
- 38,4% uznało sprawność za *bardzo dobrą*, a tylko 4,3% za *poniżej przeciętnej*.
- W przypadku występowania otyłości, odsetek oceny bardzo dobrej zmniejsza się do 8,1% a odsetek oceny poniżej przeciętnej zwiększa się do 23,0%
- Po skorygowaniu na wpływ płci i wieku, nastolatek z masą ciała w normie ma 10-krotnie większą szansę być bardzo sprawnym fizycznie niż jego otyły rówieśnik.

		Samooceń sprawności fizycznej			
		bardzo dobra	dobra	przeciętna	poniżej przeciętnej
Grupa BMI	norma	41.6%	37.3%	17.7%	3.4%
	nadwaga	21.9%	42.4%	29.1%	6.7%
	otyłość	8.1%	33.8%	35.1%	23.0%
Ogółem		38.4%	37.8%	19.5%	4.3%

% OCENIAJĄCYCH SPRAWNOŚĆ JAKO BARDZO DOBRĄ



NADMIAR MASY CIAŁA A MOTYWY PODEJMOWANIA AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

- Skala 13 motywów podejmowania aktywności fizycznej
- Trzy kategorie motywów; ocena czy nieważne, średnio ważne, bardzo ważne
- Motywacja społeczna, np. żeby się spotkać ze znajomymi
- Motywacja zdrowotna, np. żeby być w dobrej formie (najwyżej oceniane)
- Motywacja zorientowana na osiągnięcia, np. żeby wygrywać (najniżej oceniane)
- Wysoka motywacja sprzyja aktywności fizycznej
- U młodzieży z zamiarem masy ciała, po skorygowaniu na wiek i płeć znacząco obniża się motywacja społeczna i zorientowana na osiągnięcia.

WAŻNIEJSZE WNIOSKI

Wstępna analiza wyników badań HBSC 2014 pozwala stwierdzić, że:

- Zahamowana została tendencja wzrostowa częstości występowania nadwagi i otyłości wśród młodzieży szkolnej w wieku 11-15 lat;
- Równocześnie zaobserwowano korzystne zmiany zachowań zdrowotnych:
 - bardziej regularne jedzenia śniadań;
 - częstsze spożywanie owoców i warzyw;
 - rzadsze spożywanie słodczy i słodkich napojów;
 - większa aktywność fizyczna;
 - ograniczanie czasu spędzanego w bezruchu przed ekranem/monitorem
- Należy zwrócić uwagę na inne potencjalne uwarunkowania nadmiaru masy ciała oraz na skutki bycia otyłym.
- Należy kontynuować podjęte programy interwencyjne oraz monitorowanie częstości występowania nadwagi i rozkładu czynników ryzyka w populacji.