

**Poster 26. - Prikaz programa "Debljina je bolest - hrana može biti i lijek" u suradnji sa JLS**

Nataša Dragaš-Zubalj, Sandro Kresina, Bruna Sokolić, Anja Del Vecchio

Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Uvod: Debljina je globalni javnozdravstveni problem koji se od 1980. udvostručio. Danas je u svijetu oko 1,4 milijardi ljudi sa prekomjernom tjelesnom težinom, a oko 500 milijuna je pretilo. Nažalost, po broju pretilih osoba ne zaostaju niti djeca, pa podaci SZO (2010.) govore o 170 milijuna mladih koji imaju prekomjernu tjelesnu težinu te više od 42 milijuna djece mlađe od 5 godina koja su pretila.

Cilj: Cilj ovog rada je prikazati preventivni model rada te rezultate provođenja programa „Debljina je bolest - hrana može biti i lijek“ u suradnji sa jednom JLS.

Materijali i metode: Provedba programa je uključivala rad sa učenicima 6. razreda osnovne škole, njihovim nastavnicima i roditeljima. Svi su obuhvaćeni edukativnim radionicama na temu pravilne prehrane, primjerene tjelesne aktivnosti te uopće zdravih stilova života. Sa učenicima su provedene dodatne aktivnosti. Izvršena su antropometrijska mjerenja tjelesne težine i visine, a stanje uhranjenosti je procijenjeno indexom tjelesne mase te su ispitanici razvrstani temeljem percentila za pripadajuću dob i spol. Učenici su ispunili i upitnik o prehranbenim navikama i tjelesnoj aktivnosti

Rezultati: Programom je obuhvaćen 31 učenik. Većina je učenika normalno uhranjena, njih 77,4%, a oko 9,7% njih je preuhranjeno. 51,6% učenika ima 4 dnevna obroka. Najčešće izbjegavani obrok je zajuttrak (32,3%). Svi učenici konzumiraju mlijeko i mliječne proizvode te voće. Slatkiše i slanice te brzu hranu jede većina učenika. Oko 80,6% učenika je tjelesno aktivno. Dvoje učenika je upućeno u savjetovalište.

Zaključak: Stanje uhranjenosti učenika obuhvaćenih ovim programom prati trend u Hrvatskoj. Njihove se prehranbene navike, kao i tjelesna aktivnost bitno ne razlikuju u odnosu na rezultate dobivene u istraživanjima iste dobne skupine. Obzirom da se navike u prehrani mijenjaju sa dobi ispitanika u negativnom smislu, što je, kao i tjelesna neaktivnost, potencijalni prediktor pretilosti, provođenje ovakvih ili sličnih preventivnih programa ima svoje mjesto u radu sa mladima.

Ključne riječi: debljina, stanje uhranjenosti, učenici