



Uruchamiamy

Dzieciaki



Analiza wyników badań



WSTĘP

Aktywność fizyczna należy do jednej z podstawowych potrzeb człowieka w każdym okresie życia. Szczególnie istotna jest w trakcie rozwoju dziecka, ponieważ jest jednym z niezbędnych czynników, który warunkuje prawidłowy rozwój i zdrowie młodego człowieka.



CEL BADANIA

Celem jest poznanie jak obecnie kształtują się preferencje związane z aktywnością fizyczną wśród dzieci uczących się w szkołach na terenie Wrocławia.



MATERIAŁ I METODY BADAWCZE

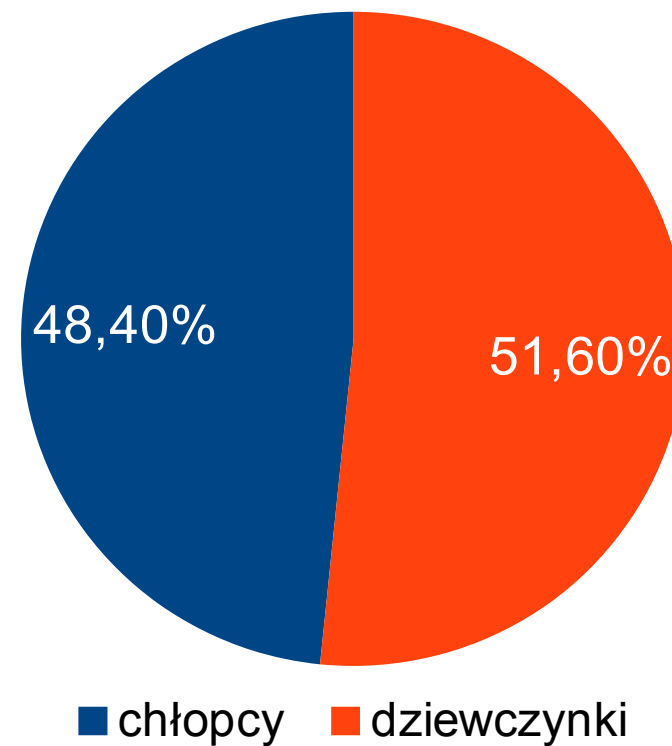
Badanie ankietowe przeprowadzono na grupie 3092 uczniów z 34 szkół podstawowych i gimnazjalnych na terenie Wrocławia w latach 2016/2017 w ramach programu „Uruchamiamy Dzieciaki”.

Wiek badanych dzieci wynosił 6 – 17 lat.

Autorska ankieta została utworzona przez zespół pracowników Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu oraz Fundację „Biegaj dla zdrowia”

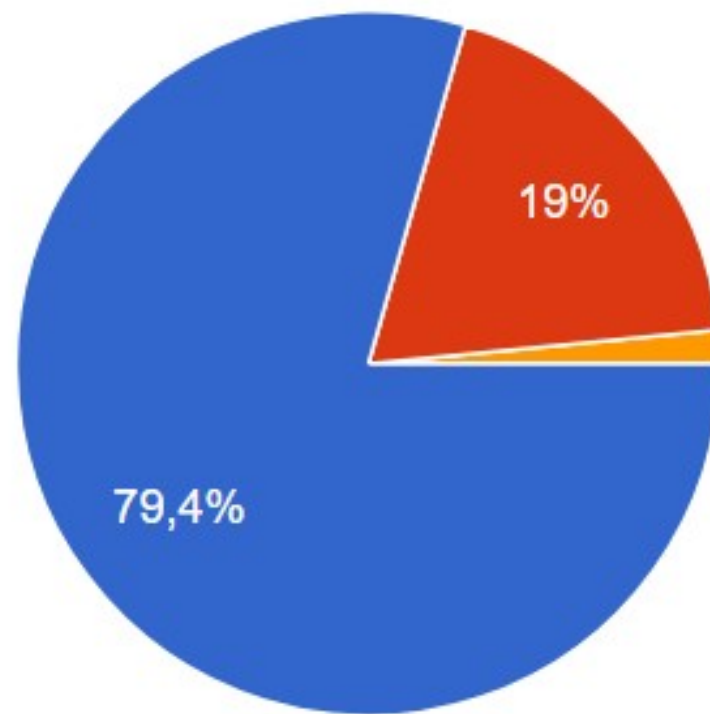
MATERIAŁ BADAŃ

Płeć badanych dzieci



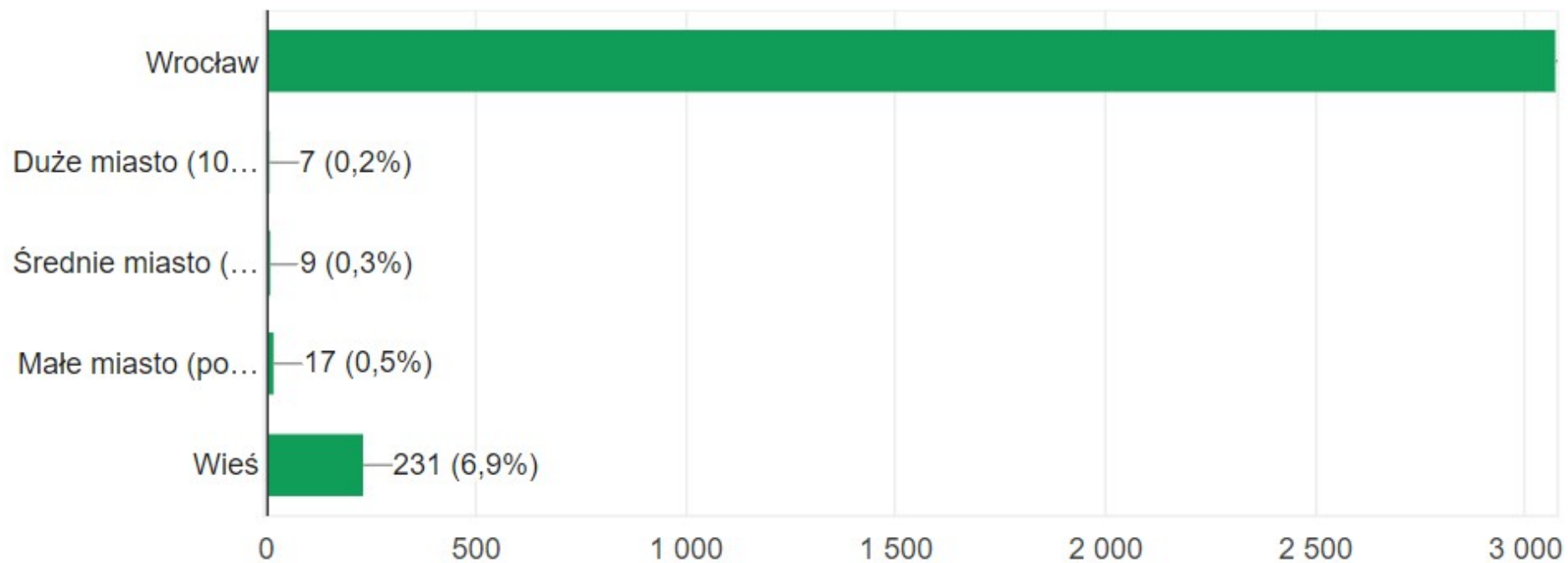
Ryc. 1. Zestawienie procentowe badanych dzieci z uwzględnieniem płci.
Źródło: badania własne

OPIEKUN WYPEŁNIAJĄCY ANKIETE



- Matka
- Ojciec
- Inny opiekun

MIEJSCE ZAMIESZKANIA

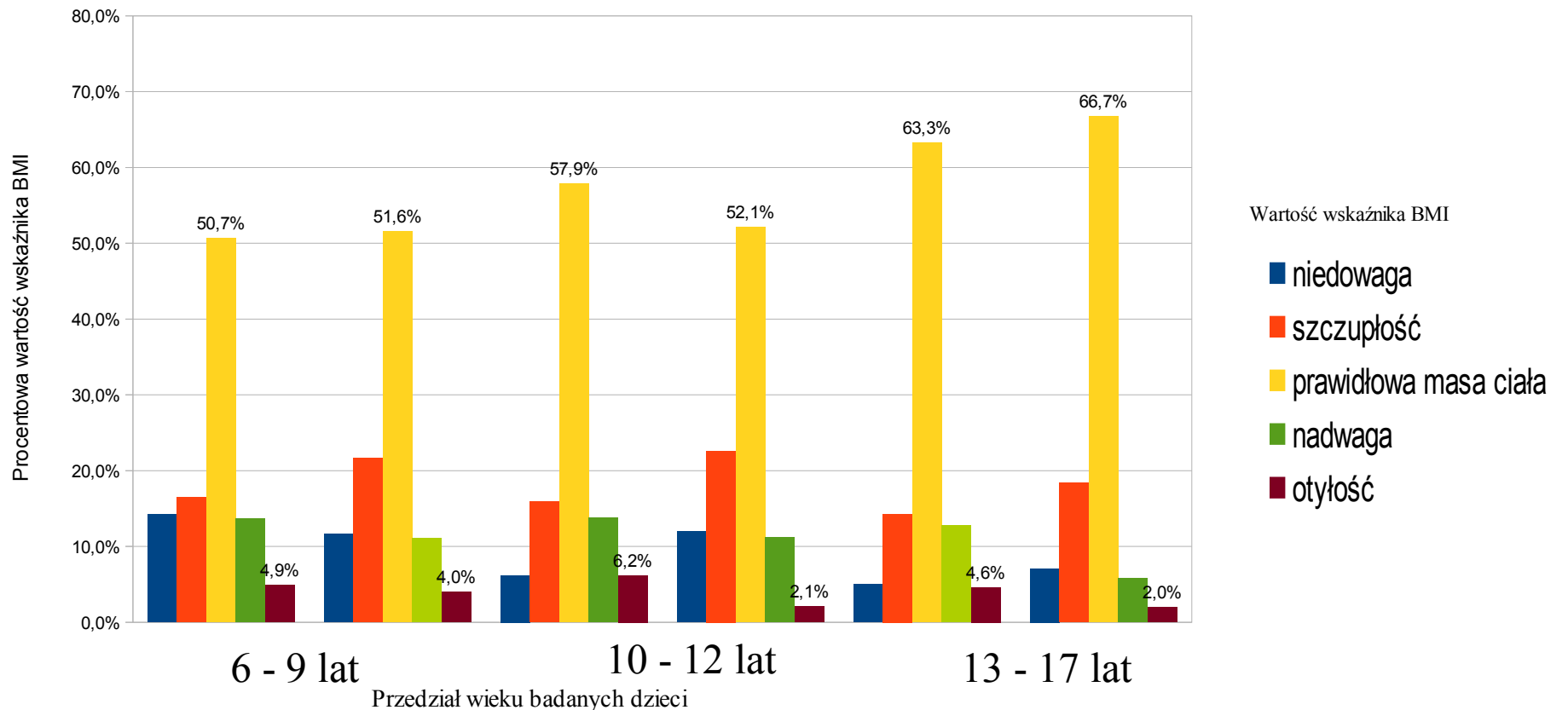




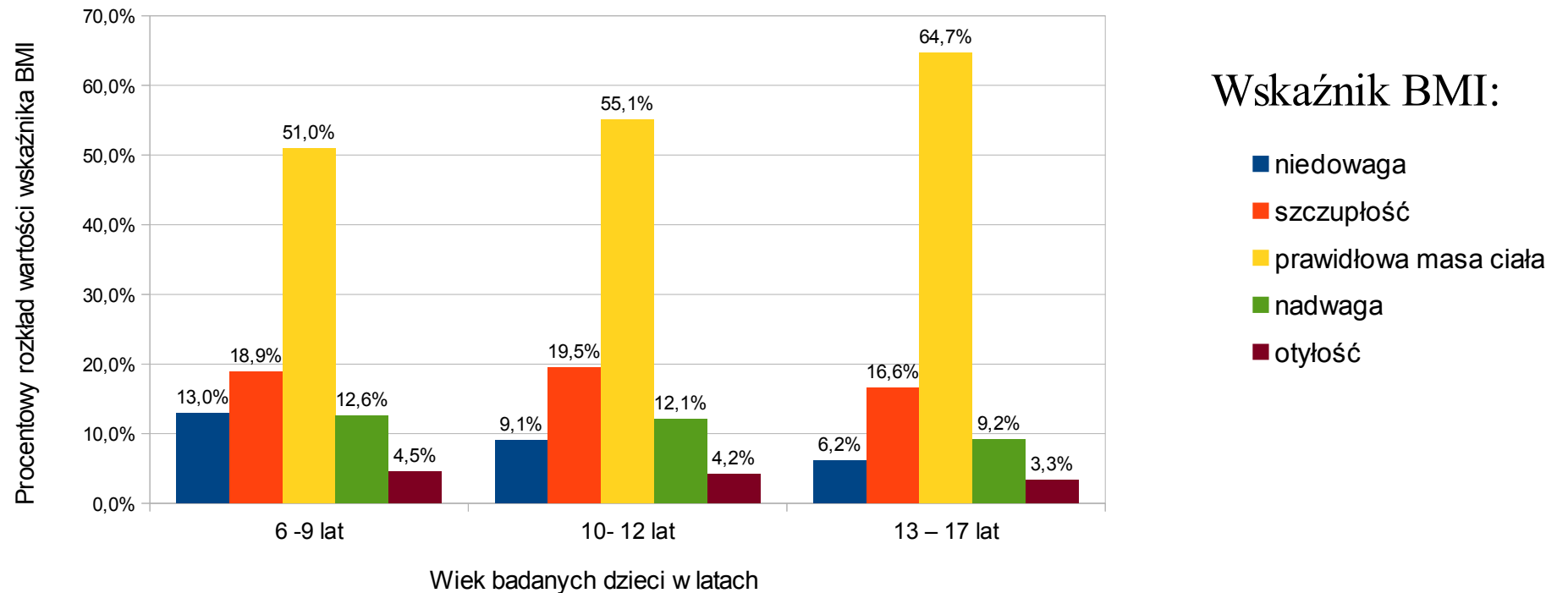
PYTANIA BADAWCZE

1. Jaka aktywność fizyczną w czasie wolnym najczęściej podejmują uczniowie wrocławskich szkół?
2. Ile razy w ciągu tygodnia dziecko jest aktywnie fizycznie?
3. Ile czasu dziecko spędza w pozycji siedzącej?
4. Czy występuje zależność między poziomem aktywności fizycznej a wskaźnikiem BMI u dzieci?

PROCENTOWY ROZKŁAD WSKAŹNIKA BMI W PRZEDZIALE WIEKOWYM Z PODZIAŁEM NA PŁEĆ BADANYCH DZIECI

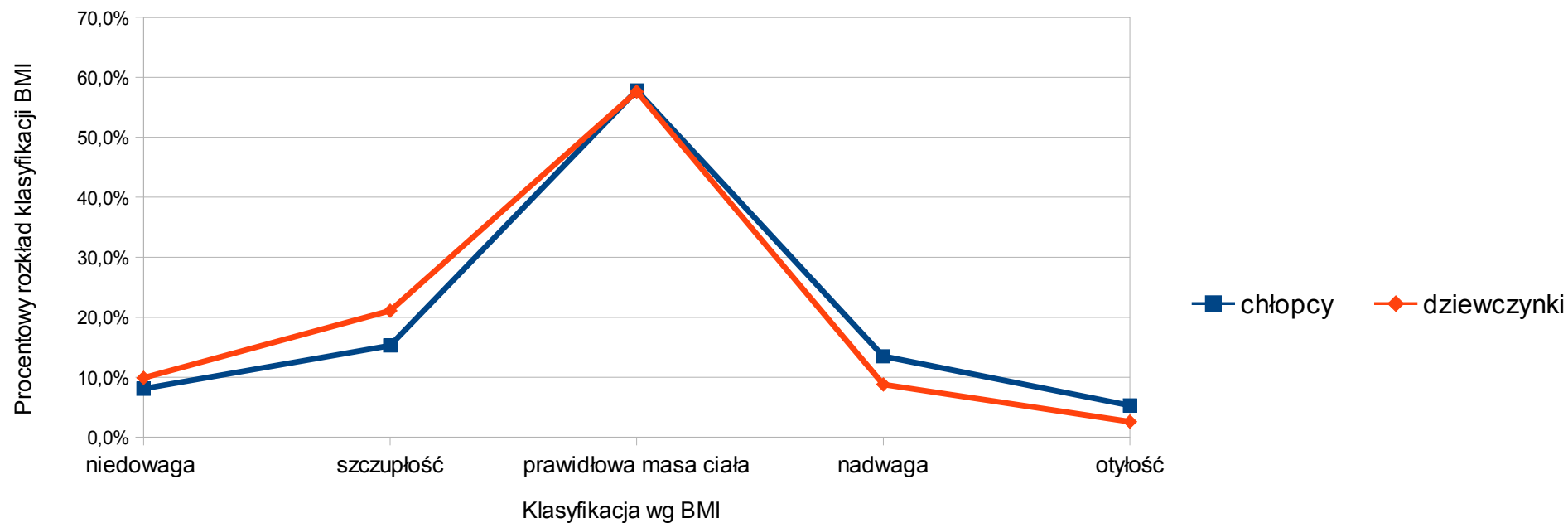


Procentowy rozkład wartości BMI i wieku badanych dzieci



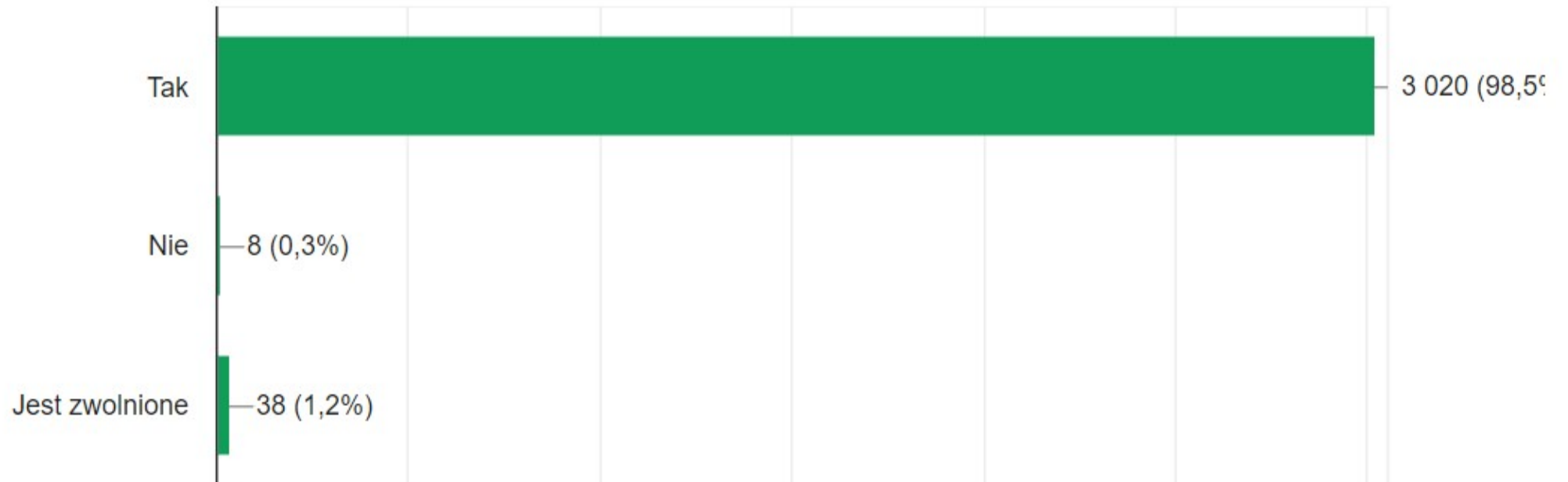
Występują istotne statystycznie różnice w procentowym rozkładzie wartości wskaźnika BMI ze względu na przedział wieku **p=0,017**. Współczynnik korelacji wynosi rho= **0,047**.

PROCENTOWY ROZKŁAD PŁCI DZIECKA I KLASYFIKACJI WG BMI

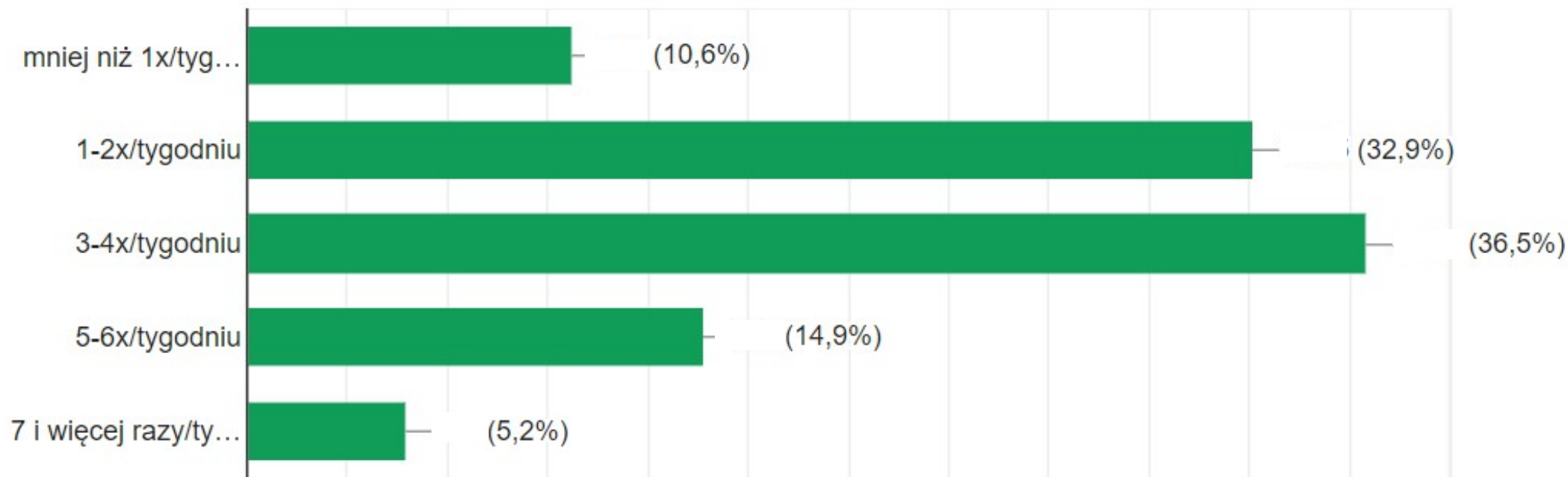


Występują istotne statystycznie różnice w procentowym rozkładzie wartości wskaźnika BMI ze względu na płeć **$p < 0,001$** , współczynnik korelacji wynosi **$\rho = 0,112$** .

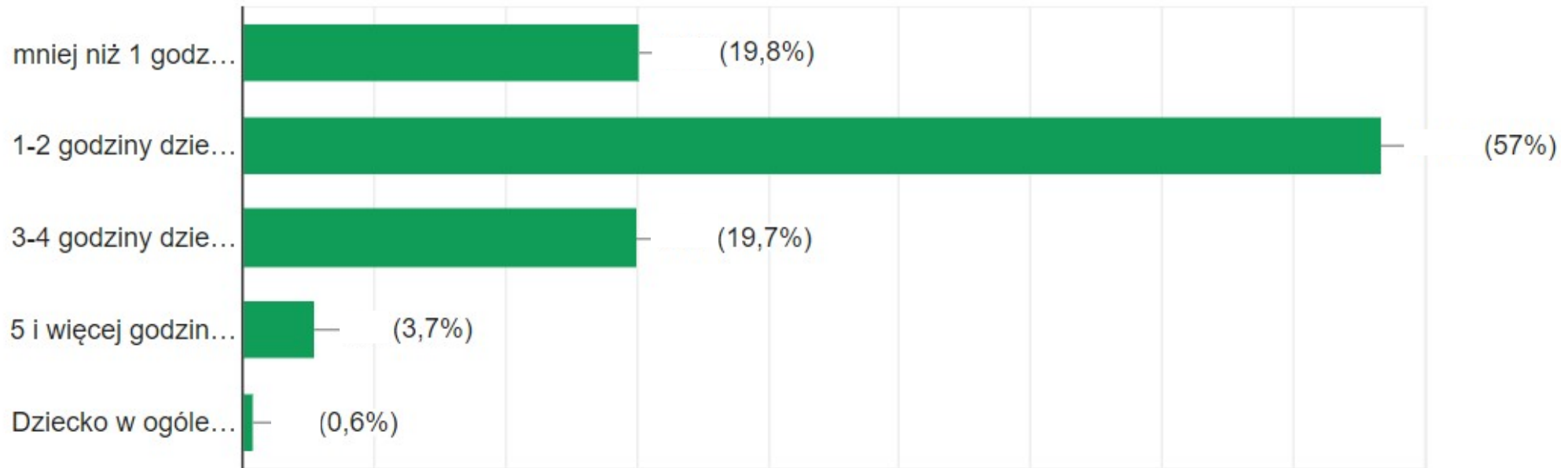
CZY DZIECKO UCZESTNICZY W ZAJĘCIACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO?

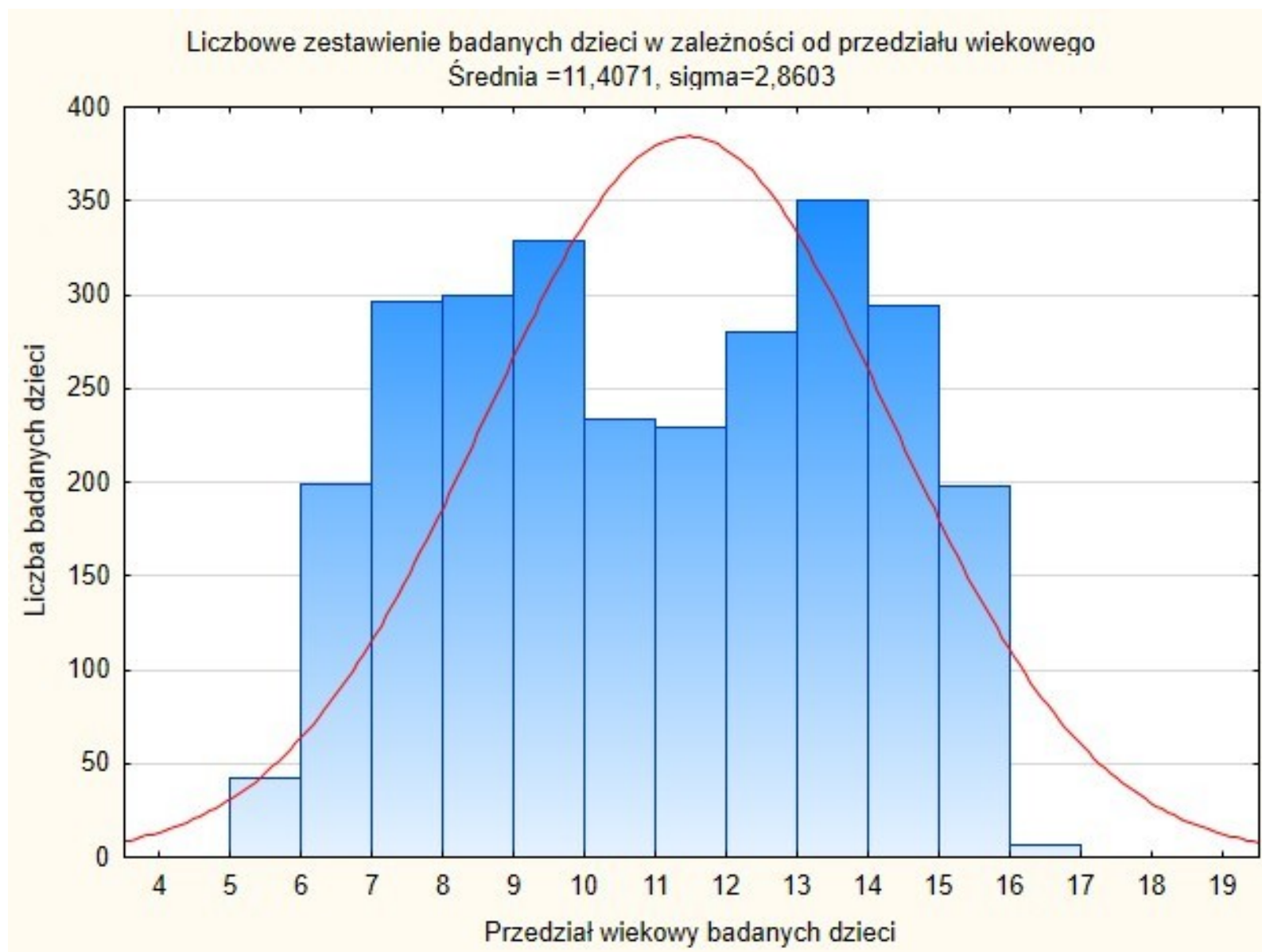
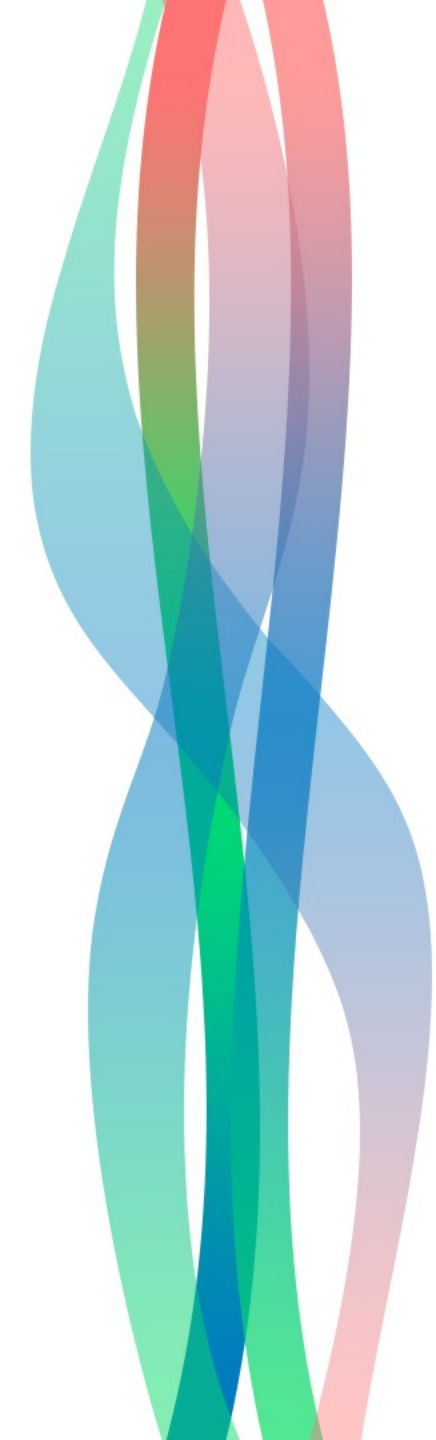


Ile razy w ciągu ostatniego tygodnia dziecko było aktywne fizycznie poza zajęciami W-F (tzn. wykonywało przynajmniej 45 minut dziennie czynność zwiększającą wydatek energetyczny organizmu, przyspieszającą akcję serca i oddech):

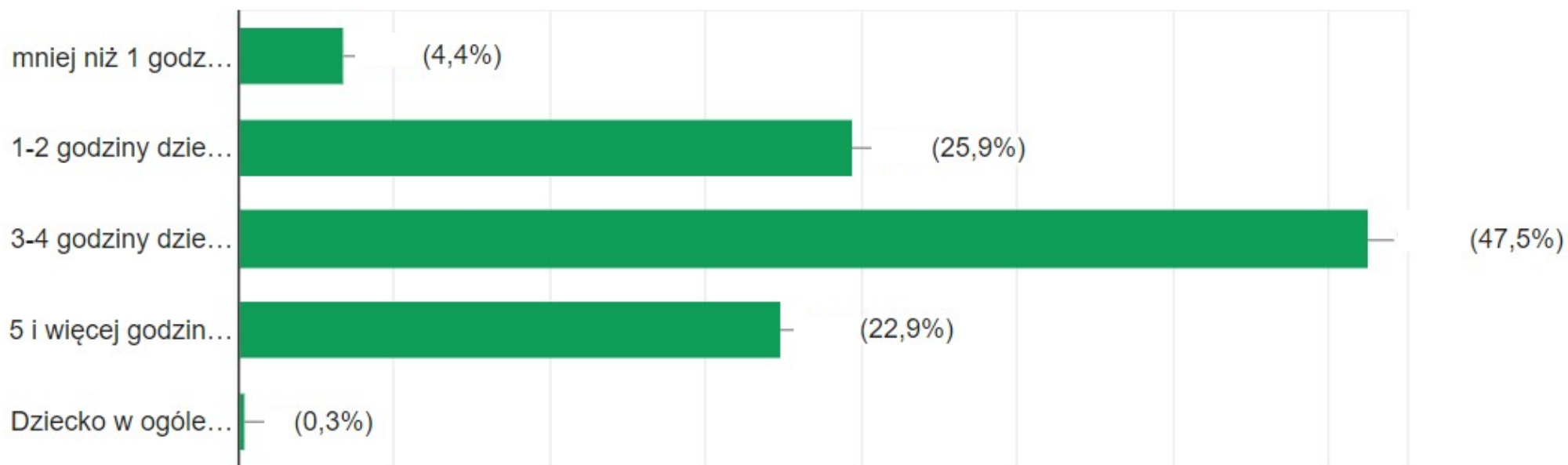


Ile godzin dziennie dziecko średnio spędza poza domem, szkołą (na wolnym powietrzu) w dni szkolne, przy umiarkowanej temperaturze powietrza:

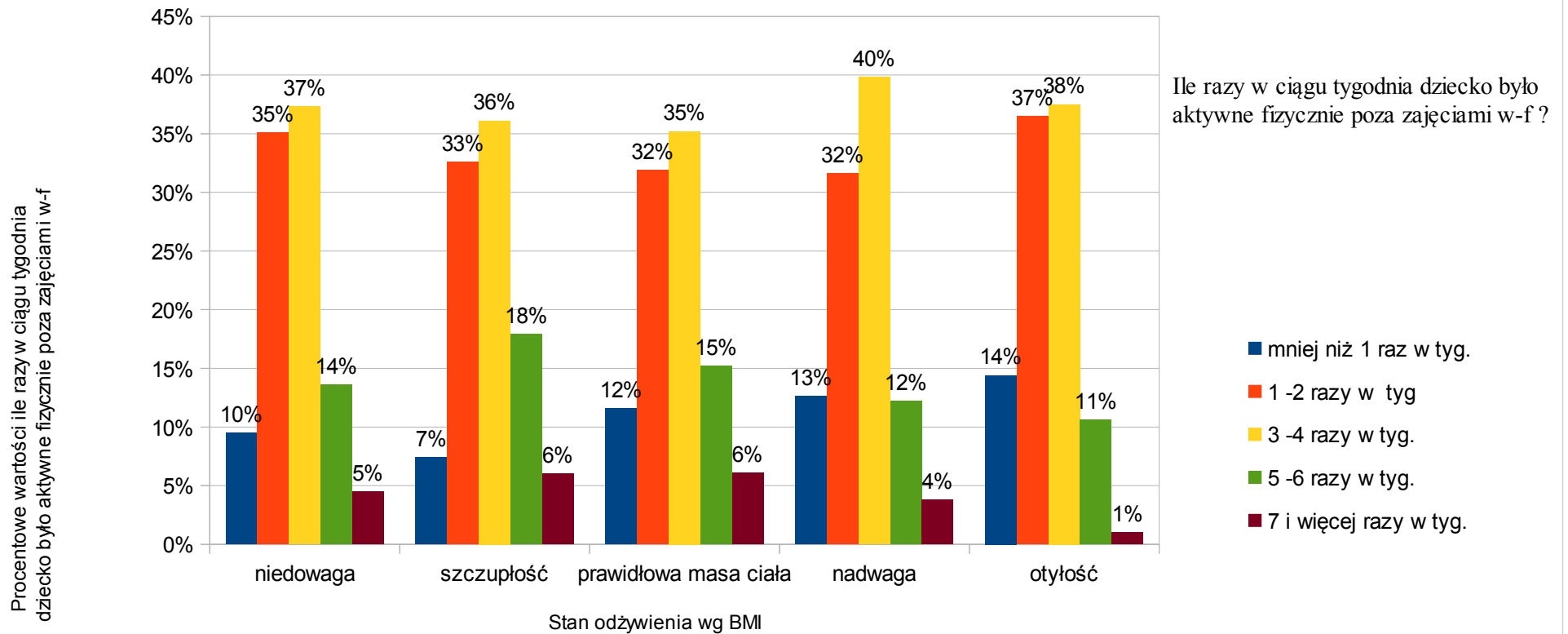




Ile godzin dziennie dziecko średnio spędza poza domem, szkołą (na wolnym powietrzu) w weekend/dni wolne, przy umiarkowanej temperaturze powietrza:

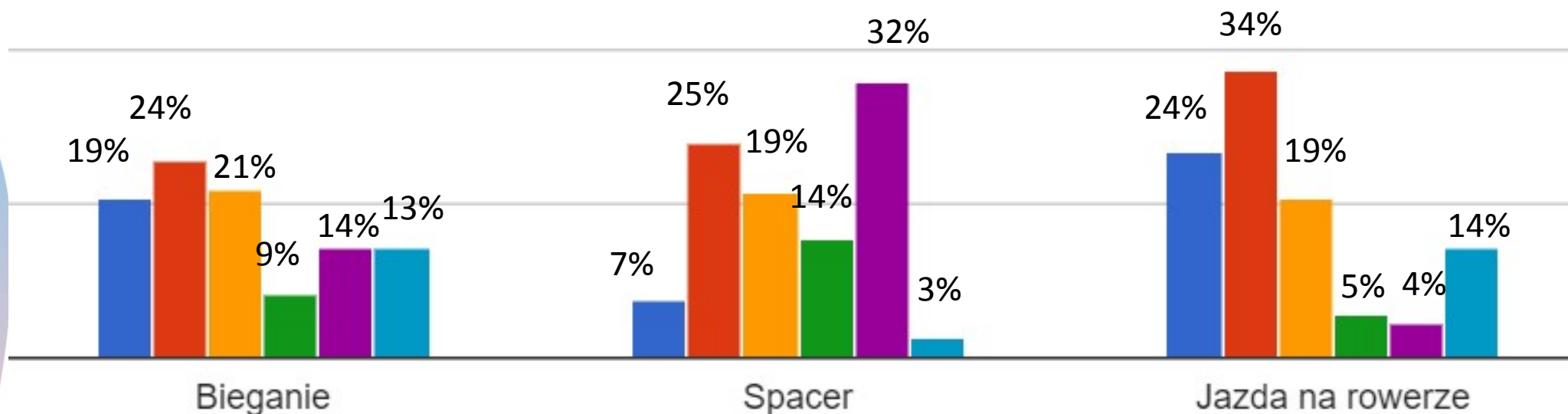
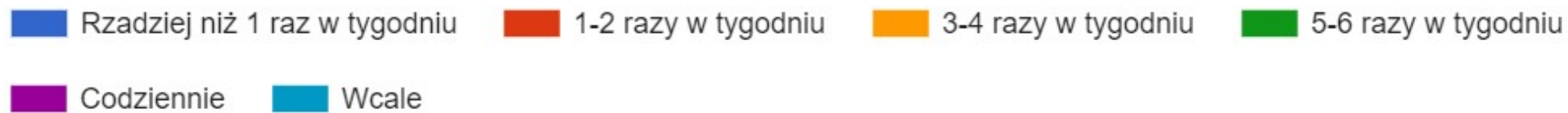


ZESTAWIENIE PROCENTOWE ILE RAZY W CIĄGU TYGODNIA DZIECKO BYŁO AKTYWNE FIZYCZNIE POZA ZAJĘCIAMI W-F W ZALEŻNOŚCI OD STANU OŻYWIENIA

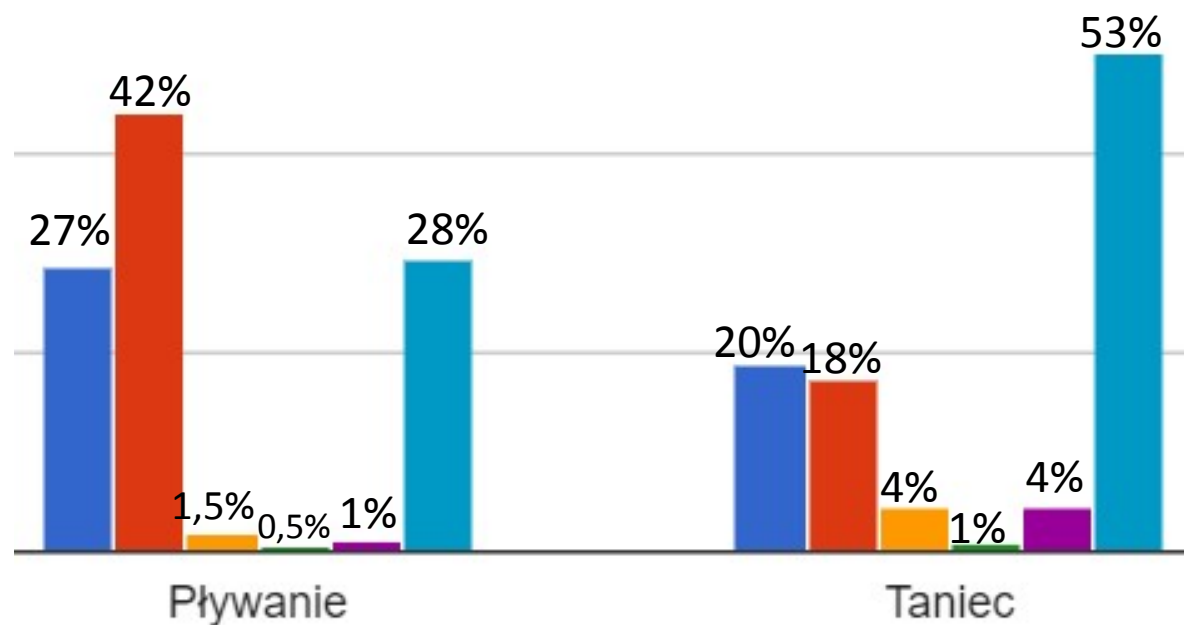
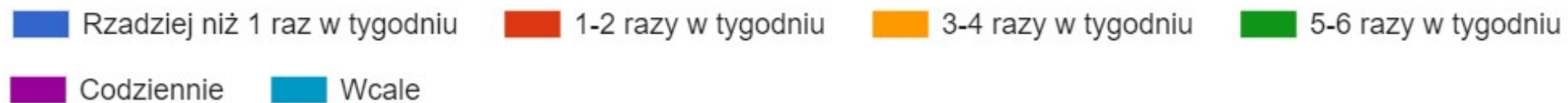


poza zajęciami w-f a stanem odżywienia wg BMI poziom istotności wynosi $p = 0,014$ a współczynnik korelacji $\rho = -0,048$ (co świadczy o bardzo słabej korelacji pomiędzy zmiennymi).

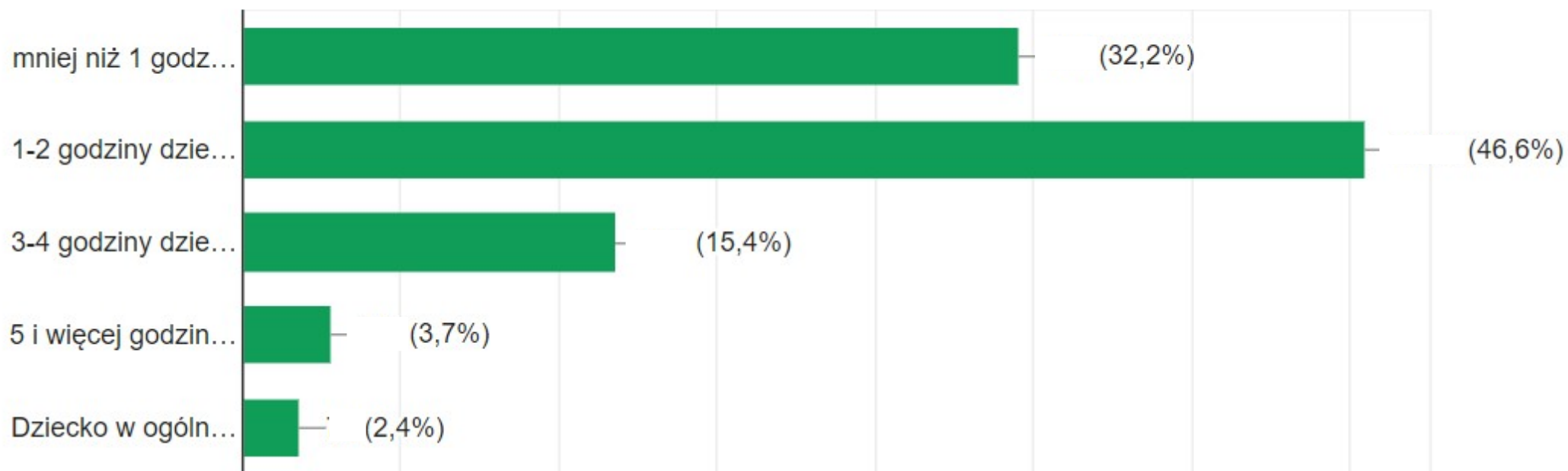
JAKĄ AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ DZIECI PODEJMUJĄ NAJCZĘŚCIEJ?



JAKĄ AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ DZIECI PODEJMUJĄ NAJCZĘŚCIEJ?



Ile godzin dziennie dziecko spędza przy komputerze (np. Grając w gry komputerowe), przed telewizorem lub używając telefonu komórkowego w dni szkolne:



Ile godzin dziennie dziecko spędza przy komputerze (np. Grając w gry komputerowe), przed telewizorem lub używając telefonu komórkowego w weekend/dni wolne:

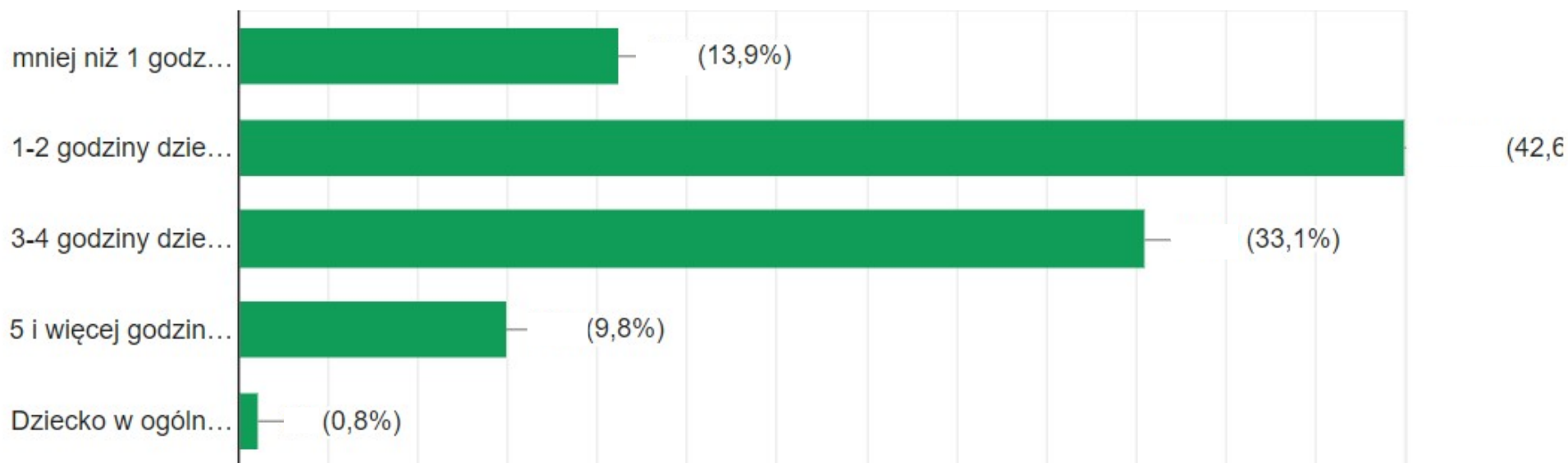


Tabela 1. Zestawienie poziomów istotności p i korelacji rho w badanej grupie dzieci.

| Zmienna | Wiek | | Płeć | |
|---|---------------|-------------------|---------------|-------------------|
| | Współczynniki | Wartości | Współczynniki | Wartości |
| Ile godzin dziennie dziecko spędza przy komputerze w dni szkolne ? | rho | 0,444 | rho | 0,031 |
| | p | <0,001 | p | 0,095 |
| Ile godzin dziennie dziecko spędza przy komputerze w weekend ? | rho | 0,361 | rho | 0,114 |
| | p | <0,001 | p | < 0,001 |
| Ile godzin dziennie dziecko spędza na wolnym powietrzu w dni szkolne ? | rho | - 0,030 | rho | 0,046 |
| | p | 0,112 | p | 0,014 |
| Ile godzin dziennie dziecko spędza na wolnym powietrzu w weekend ? | rho | - 0,146 | rho | - 0,005 |
| | p | < 0,001 | p | 0,780 |



WNIOSKI

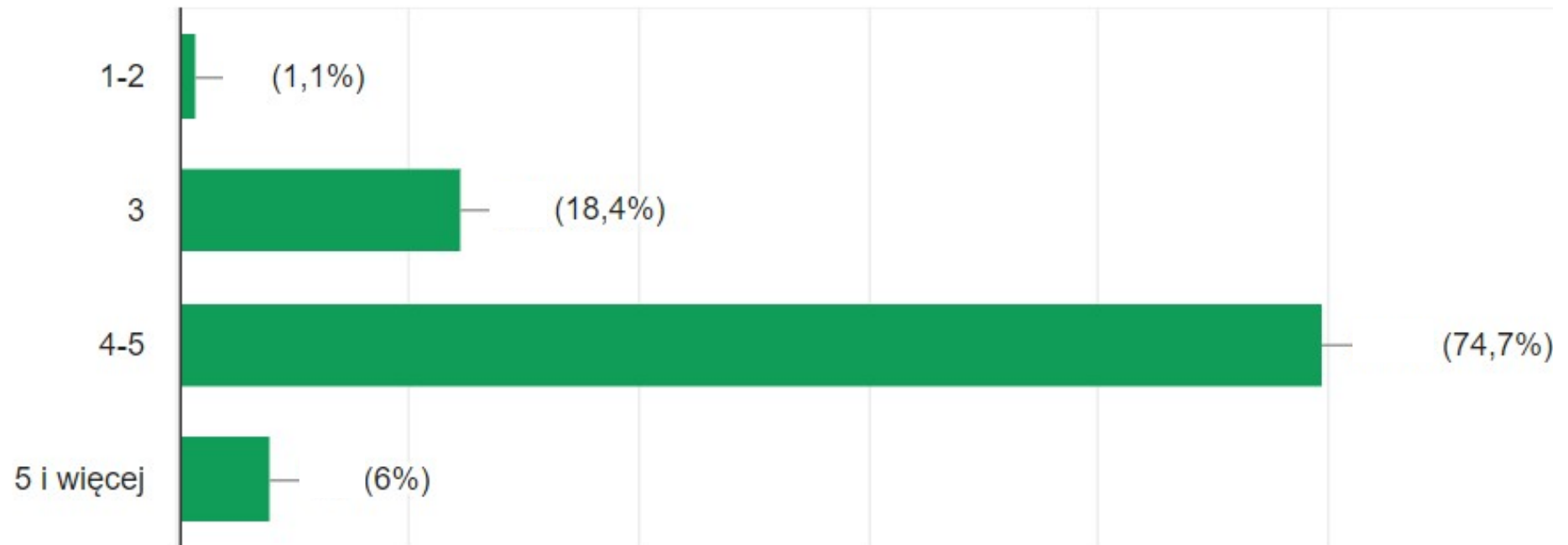
1. Wyniki przeprowadzonych badań wskazują że najczęściej podejmowaną aktywnością fizyczną przez dzieci i młodzież jest aktywność podejmowana w związku z obowiązkami dnia codziennego (spacer, prace domowe).
2. Zdecydowanie mniej dzieci podejmuje ściśle ukierunkowany rozwój konkretnej umiejętności (np. jazda konna, jazda na nartach).
3. W weekendy dzieci spędzają znacznie więcej czasu przed komputerem niż w ciągu dni w które chodzą do



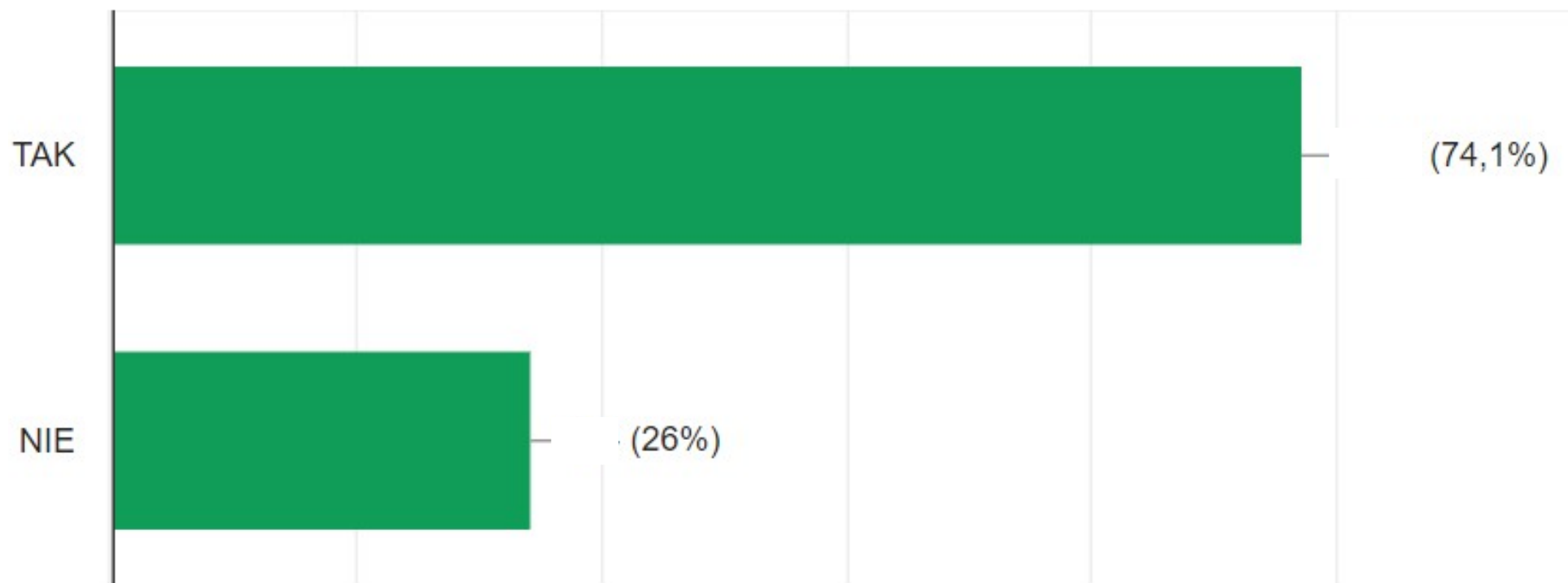
NAWYKI ŻYWIENIOWE

ILE POSIŁKÓW DZIENNIE DZIECKO SPOŻYWA:

Zalecenia IŻŻ: Posiłki powinny być spożywane regularnie (5 posiłków co 3–4 godziny).

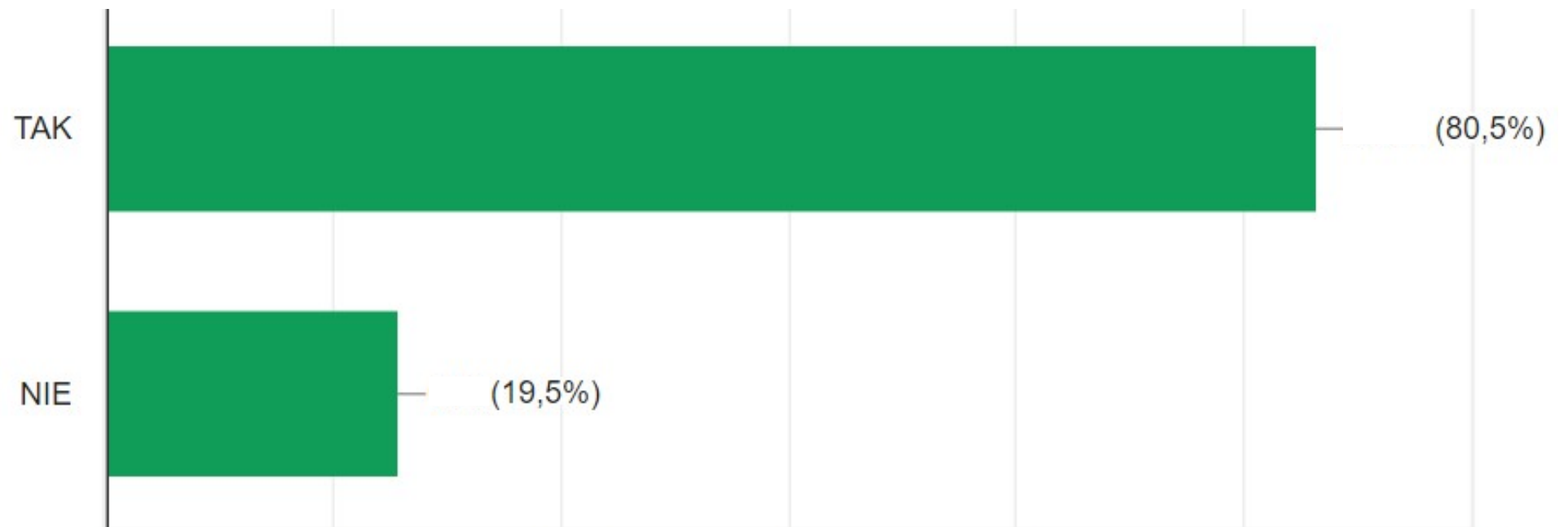


CZY DZIECKO PODJADA MIĘDZY POSIŁKAMI:



Najczęstsze przekąski: **Słodycze**, Owoce, Jogurty, Paluszki

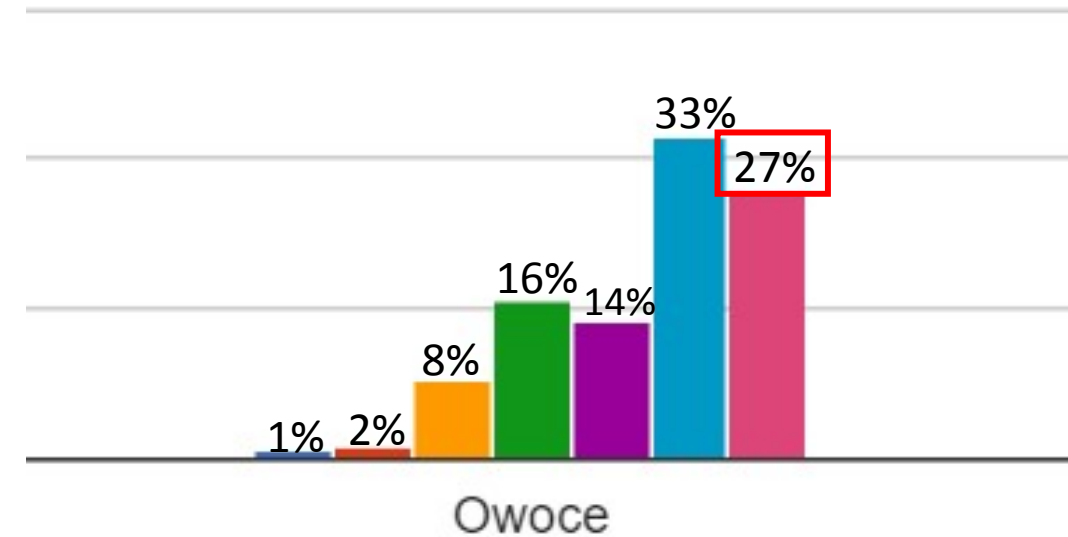
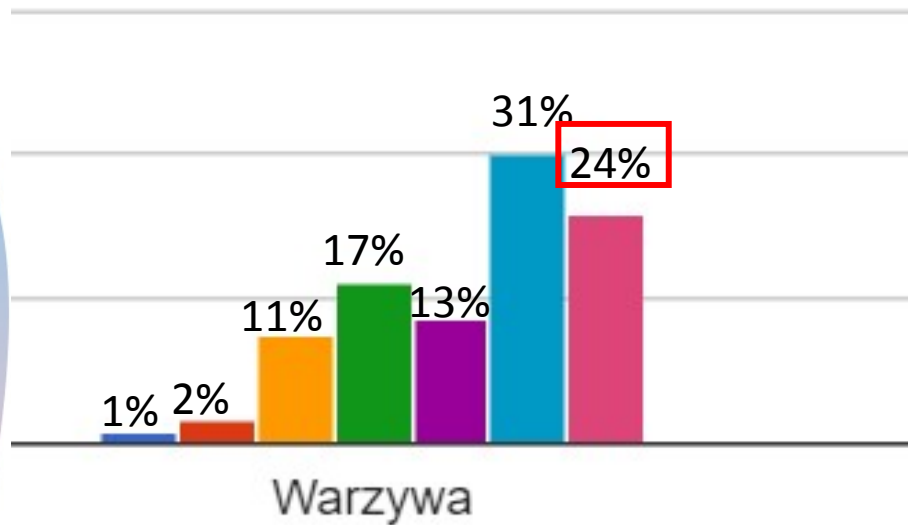
CZY DZIECKO CODZIENNIE SPOŻYWA W DOMU ŚNIADANIE?



JAK CZĘSTO DZIECKO SPOŻYWA NASTĘPUJĄCE PRODUKTY:

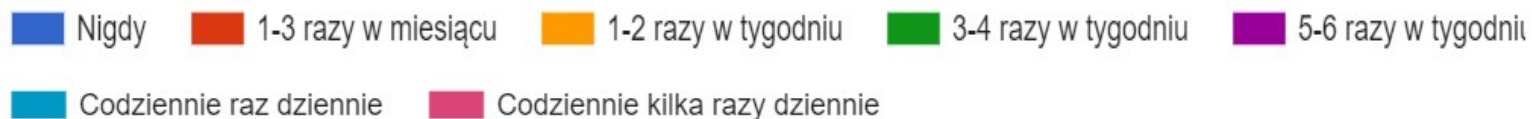
■ Nigdy ■ 1-3 razy w miesiącu ■ 1-2 razy w tygodniu ■ 3-4 razy w tygodniu ■ 5-6 razy w tygodniu
■ Codziennie raz dziennie ■ Codziennie kilka razy dziennie

Jedynie ok. ¼ badanych dzieci spożywała warzywa i owoce zgodnie z zaleceniem

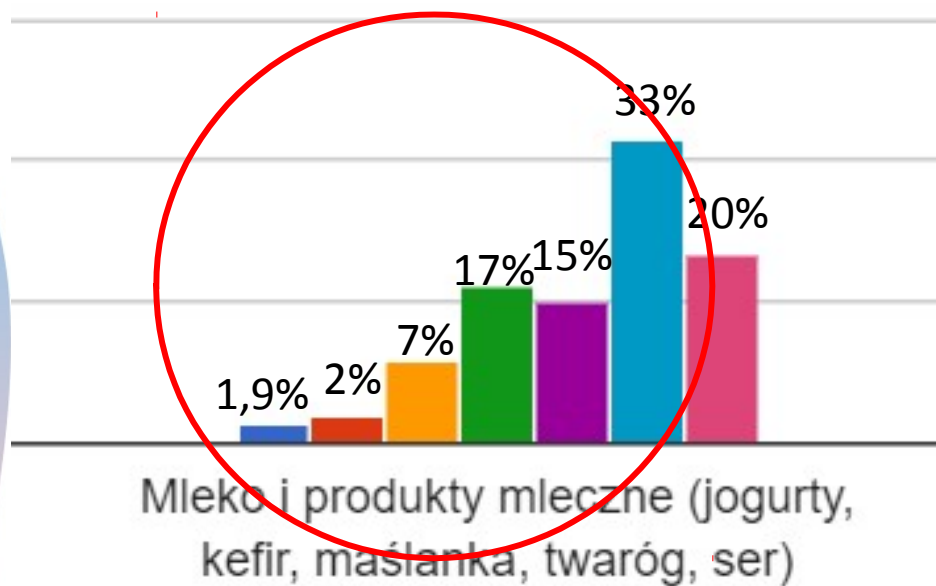


Zalecenia IŻŻ 2017: Warzywa i owoce powinny być spożywane kilka razy dziennie, w ramach posiłków i przekąsek.

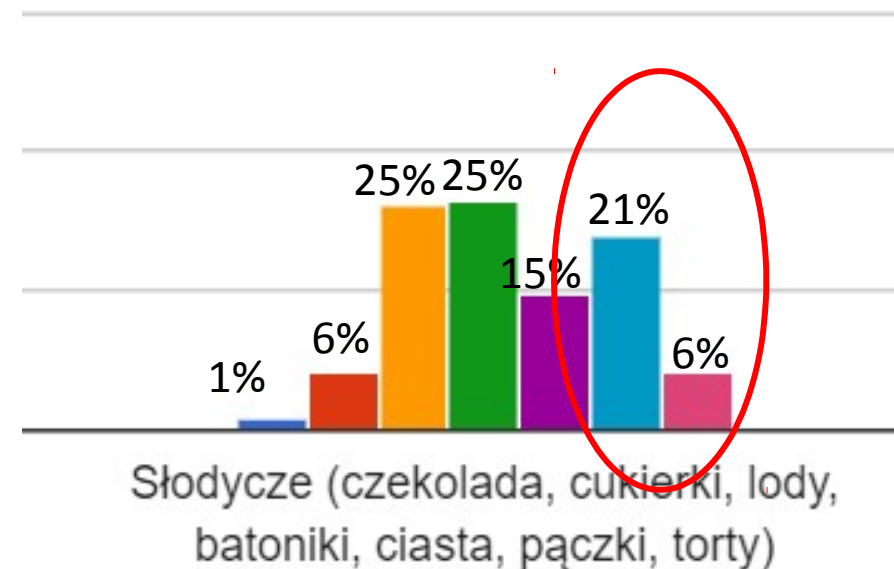
JAK CZĘSTO DZIECKO SPOŻYWA NASTĘPUJĄCE PRODUKTY



Zalecenia IŻŻ 2017: Zalecana do spożycia ilość produktów mlecznych to przynajmniej 3–4 szklanki mleka, które można częściowo zastąpić innymi wartościowymi produktami, takimi jak: jogurt naturalny, kefir, maślanka, ser.



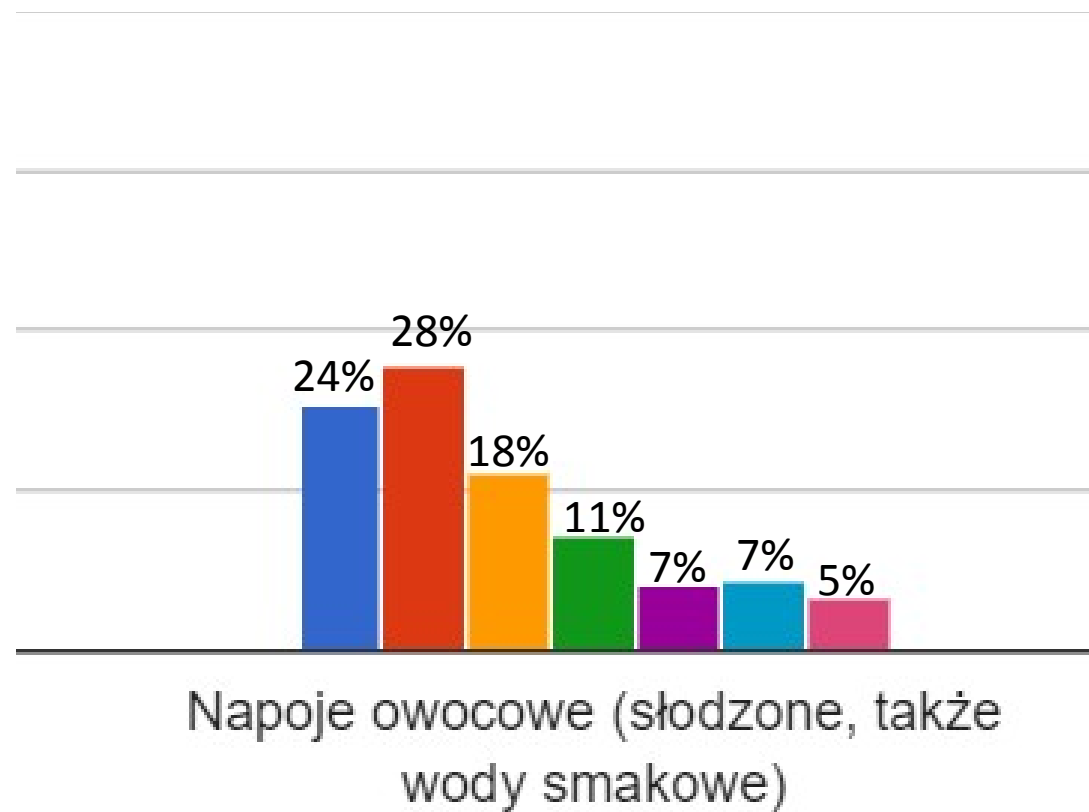
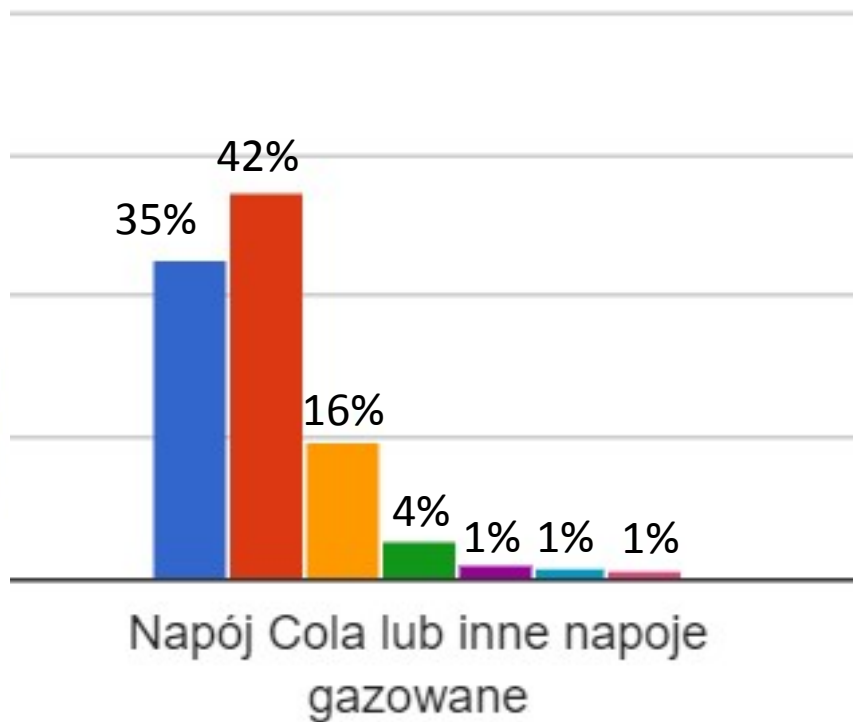
80%



27%

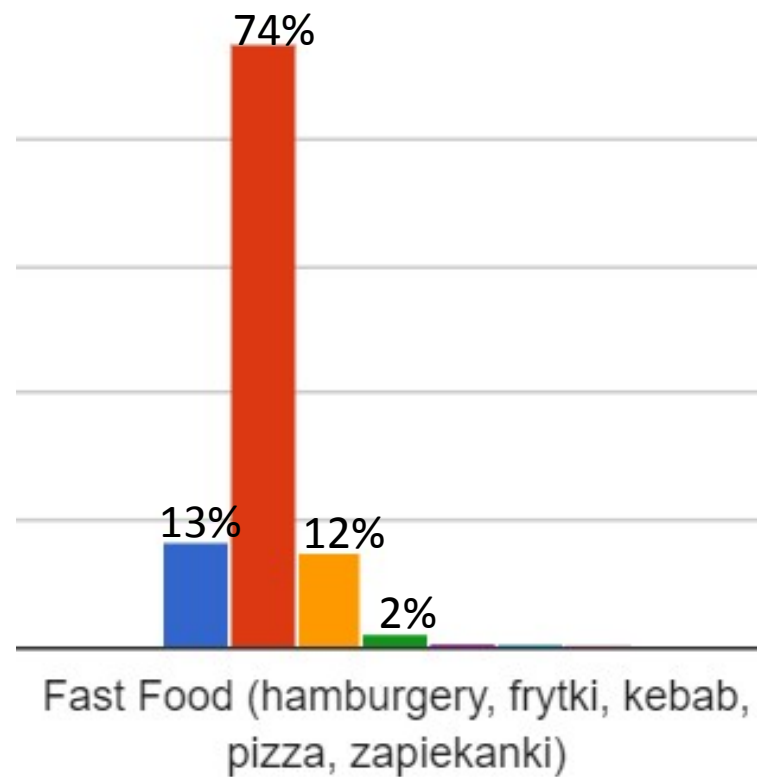
JAK CZĘSTO DZIECKO SPOŻYWA NASTĘPUJĄCE PRODUKTY:

■ Nigdy ■ 1-3 razy w miesiącu ■ 1-2 razy w tygodniu ■ 3-4 razy w tygodniu ■ 5-6 razy w tygodniu
■ Codziennie raz dziennie ■ Codziennie kilka razy dziennie



JAK CZĘSTO DZIECKO SPOŻYWA NASTĘPUJĄCE PRODUKTY:

■ Nigdy ■ 1-3 razy w miesiącu ■ 1-2 razy w tygodniu ■ 3-4 razy w tygodniu ■ 5-6 razy w tygodniu
■ Codziennie raz dziennie ■ Codziennie kilka razy dziennie





JEŻELI DZIECKO STOSUJE DIETY SPECJALISTYCZNE, JAKIE SĄ TO DIETY?

- **14% badanych dzieci stosuje diety specjalistyczne**
- **Diety specjalistyczne stosowane przez badanych:**
 - Dieta eliminacyjna z uwagi na alergię – 46,3%
 - Dieta redukcyjna z uwagi na próbę odchudzenia – 17,4% (2% w skali populacji)
 - Dieta bezglutenowej – 10%
 - Dieta wegetariańskiej – 3%
 - Inne – 23,3%



CHOROBY OTOLARYNGOLOGICZNE

u dzieci biorących udział w badaniu
ankietowym w ramach projektu
„Uruchamiamy dzieciaki”



CHARAKTERYSTYKA GRUPY BADANEJ

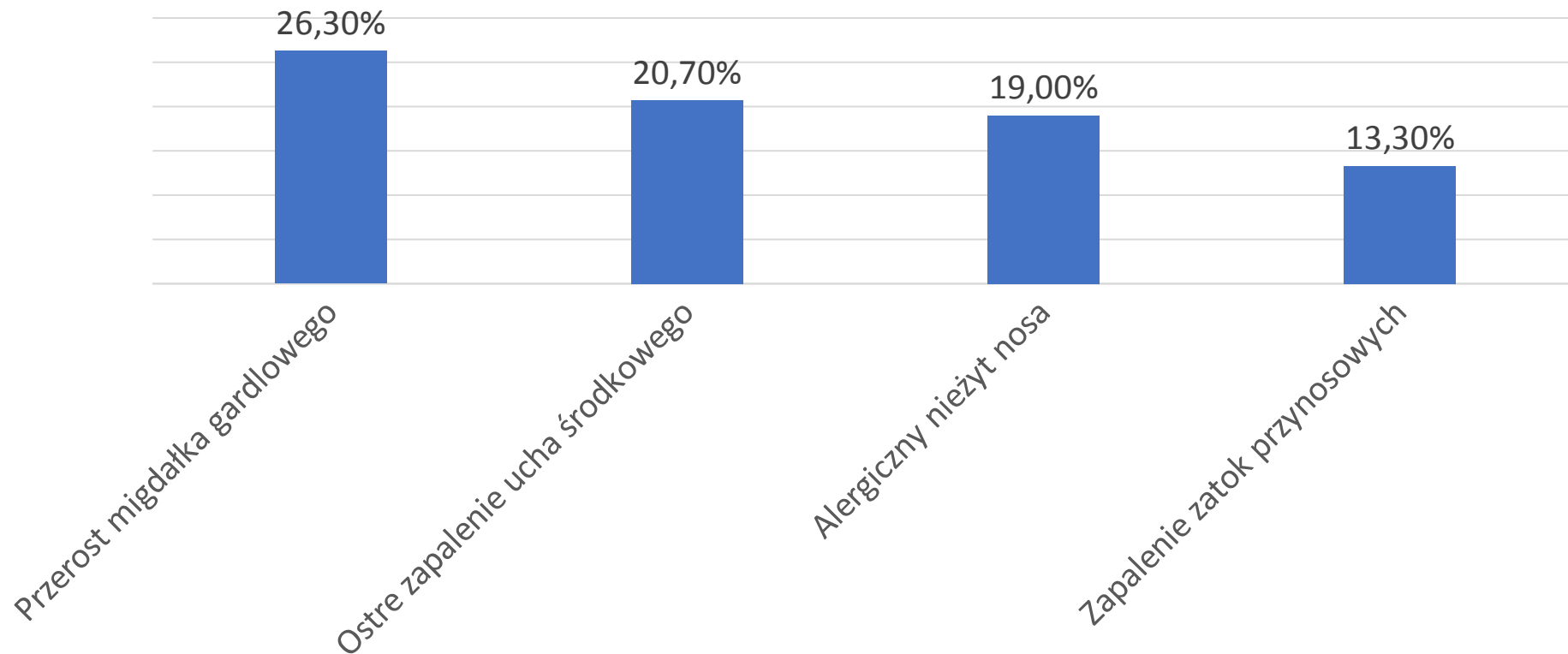
- Liczebność grupy badanej: **3092** dzieci z **34** szkół
- Zakres wieku badanych: **5** lat - **17** lat
- Miejsce zamieszkania badanych:
 - Wrocław (92.3%),
 - tereny wiejskie (6.8%)



NAJCZĘSTSZE SCHORZENIA OTORYNOLARYNGOLOGICZNE U BADANYCH DZIECI

- Przerost migdałka gardłowego (tzw. „trzeciego migdałka”)
 - 68,7% dzieci z przerostem migdałka przeszło zabieg usunięcia
 - 3,7% miało powikłania po zabiegu (najczęściej krwawienie)
- Ostre zapalenie ucha środkowego (przynajmniej 1 epizod, najczęściej wielokrotne epizody)
- Alergiczny nieżyt nosa
- Zapalenie zatok przynosowych (nawracające ostre epizody)

NAJCZĘSTSZE SCHORZENIA OTORYNOLARYNGOLOGICZNE U BADANYCH DZIECI – ROZKŁAD PROCENTOWY





RZADSZE SCHORZENIA OTORYNOLARYNGOLOGICZNE U BADANYCH DZIECI

- Przerost migdałków podniebiennych (tzw. „bocznych”) – **11,3 %**
 - Około 50% przeszło zabieg przycięcia/usunięcia migdałków
- Wysiężkowe zapalenie ucha środkowego – **10 %**
 - Około 33% przeszło zabieg założenia drenażu wentylacyjnego uszu
- **Najrzadsze:** obturacyjny bezdech senny – **2,2 %**



CHOROBY INNE NIŻ OTORYNOLARYNGOLOGICZNE **WYSTĘPUJĄCE U BADANYCH DZIECI**

- Alergia (31,1% badanych):
 - Pyłki drzew i traw
 - Roztocza
- Choroby układu mięśniowo-szkieletowego (5,3%):
 - Skolioza (najczęściej)
- Niedoczynność tarczycy (2,4%)
- Astma (2,1%)
- Nadciśnienie tętnicze niebędące wynikiem choroby nerek (0,6%)
- Stłuszczenie wątroby (0,1%)
- Cukrzyca typu 2 (0,1%)
- Hiperinsulinizm, insulinooporność
- Otyłość
- Anoreksja
- Depresja