

А. В. Бурак, М. М. Максименя

ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА, ИНДЕКСА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ЛИЦ С ИЗБЫТОЧНОЙ И НОРМАЛЬНОЙ МАССОЙ ТЕЛА

Научный руководитель: доц. Рябова Н. В.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Резюме. В статье представлены результаты антропометрического и психоэмоционального исследования лиц с избыточной и нормальной массой тела, установлены зависимости между нарушениями пищевого поведения и избыточной массой тела исследованных.

Ключевые слова: нарушения пищевого поведения, избыточная масса тела, профилактика ожирения.

Resume. The article presents the results of the anthropometric and psychoemotional research of persons with overweight and normal weight. And the relationships between eating disorders and the overweight of the examined were founded.

Keywords: eating disorders, overweight, obesity prevention.

Актуальность. Более 1,9 млрд (39%) взрослых людей во всем мире имеют избыточную массу тела, из них 680 млн (13%) страдают ожирением. В Республике Беларусь данные показатели превышают общемировые: 60,6% взрослых имеют избыточную массу тела, 25,4% взрослых - ожирение.

Избыточная масса тела — фактор риска для различных заболеваний. Существует корреляция между массой тела и риском развития сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, нарушений опорно-двигательного аппарата и некоторыми онкологическими заболеваниями. И это наблюдается не только в странах с высоким уровнем развития, но и в развивающихся странах.

Наиболее частым методом профилактики избыточной массы является соблюдение принципов рационального питания и умеренная физическая активность. Но, согласно Рекомендациям Всемирной Гастроэнтерологической Организации, необходимо также уделять внимание психогигиене, т.к. психоэмоциональные факторы оказывают несомненное влияние на статус питания, соответственно воздействие на них позволит регулировать массу тела человека. Выделяют три основных вида нарушений пищевого поведения: ограничительное поведение (человек ограничивает себя в еде), эмоциогенное (прием пищи связан не с голодом, а с эмоциональными переживаниями) и экстернальное (прием пищи индуцируется не чувством голода, а внешними стимулами, например видом киоска с едой).

Своевременная диагностика нарушений пищевого поведения (НПП) как среди лиц с нормальной массой тела, так и избыточной, позволит начать профилактику раньше и уменьшить индивидуальные и популяционные риски.

Цель: выявить зависимости между индексом массы тела, коэффициентом физического развития, адаптационным потенциалом и нарушениями пищевого поведения у лиц с нормальной массой тела и ожирением.

Задачи:

1. Выявить зависимости между индексом массы тела, коэффициентом физического развития, адаптационным потенциалом и нарушениями пищевого поведения у лиц с нормальной массой тела и ожирением.

Материал и методы. Исследованная группа включала 52 человека: студентов БГМУ, персонала и пациентов 11-й ГКБ. Дизайн исследования: анкетирование и антропометрия на основе принципа доступных случаев. Оценивались следующие показатели: масса тела, рост, окружность талии и грудной клетки, величина артериального давления, частота сердечных сокращений, возраст, наличие сахарного диабета. Выраженность нарушений пищевого поведения оценивалась с помощью Голландского опросника пищевого поведения. Который включал в себя 33 утверждения (по 10 утверждений, соответственно, касались нарушений эмоциогенного и ограничительного пищевого поведения и 13 вопросов – экстернального нарушения пищевого поведения), со следующими вариантами ответов: «Всегда» - 5 баллов, «Часто» - 4 балла, «Иногда» - 3 балла, «Редко» - 2 балла, «Никогда» - 1 балл. Описательная статистика и корреляционный анализ Спирмена был выполнен с использованием программного обеспечения статистика 10.0. Уровень значимости - 0,05.

Результаты и их обсуждение.

Полученные данные по уровню корреляции между значениями представлены ниже в виде таблицы. Статистически важные зависимости выделены полужирным шрифтом.

Таблица 1. Корреляционный анализ Спирмена.

	Ограничительное	Эмоциогенное	Экстернальное	ИМТ	Окружность талии	Индекс физ. состояния	Адаптационный потенциал
Ограничительное	1.00	-0.03	-0.22	-0.33	-0.25	-0.10	-0.19
Эмоциогенное	-0.03	1.00	0.48	0.29	0.30	0.09	0.32
Экстернальное	-0.22	0.48	1.00	0.33	0.34	-0.07	0.28
ИМТ	-0.33	0.29	0.33	1.00	0.94	-0.35	0.84
Окружность талии	-0.25	0.30	0.34	0.94	1.00	-0.31	0.83
Индекс физ. состояния	-0.10	0.09	-0.07	-0.35	-0.31	1.00	-0.66
Адаптационный потенциал	-0.19	0.32	0.28	0.84	0.83	-0.66	1.00

С ростом индекса массы тела растет степень выраженности экстернального и эмоциогенного нарушений пищевого поведения. Что может свидетельствовать об их вкладе в формирование избыточного веса. Ограничительное же пищевое поведение более выражено у лиц, не имеющих избыточный вес.

Адаптационный потенциал и индекс физического состояния зависят от типов пищевого поведения в той же степени, как и ИМТ, что свидетельствует о тесной связи между ними и ИМТ.

У группы лиц, имеющих сахарный диабет, не обнаруживается зависимостей между нарушениями пищевого поведения и остальными параметрами. Что позволяет нам предположить, что в этих случаях при формировании избыточной массы тела сахарный диабет является более весомым фактором риска, чем нарушения пищевого поведения.

Выводы:

Нарушения пищевого поведения – одни из факторов, которые обуславливают формирование избыточной массы тела. Поэтому необходимы скрининговые мероприятия по их выявлению и своевременной коррекции, что позволит сократить долю людей с избыточной массой тела.

Однако у пациентов с сахарным диабетом не наблюдается корреляции между ИМТ и нарушениями пищевого поведения, что может свидетельствовать о том, что нарушения пищевого поведения являются менее значимым фактором риска ожирения, чем сахарный диабет. Поэтому среди данной группы людей рекомендована, в первую очередь, соответствующая терапия сахарного диабета и соблюдение лечебной диеты.

Целесообразно дальнейшее изучение поведенческих факторов риска, так как это позволит разработать более эффективные методы профилактики и терапии избыточной массы тела.

Результаты исследований подтверждают необходимость создания новых подходов в профилактике и терапии избыточной массы тела с акцентом на психологическую помощь. Например, разработка специальных мобильных приложений.

A. V. Burak, M. M. Maksimienia

INVESTIGATION OF ADAPTATION POTENTIAL, PHYSICAL ACTIVITY INDEX AND EATING DISORDERS AMONG PERSONS WITH OVERWEIGHT AND NORMAL BODY MASS

Tutor: N. V. Ryabova,

*Department of general hygiene,
Belarusian State Medical University, Minsk*

Литература

1. Бацукова Н. Л. Гигиеническая оценка статуса питания : учеб.-метод. пособие / Н. Л. Бацукова, Т. С. Борисова – Мн. : БГМУ, 2005. – 24 с.
2. Гигиена: учебник/ под ред. акад. РАМН Г.И. Румянцева. – 2-е изд., перераб. и доп – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2005. – 608 с. : ил.
3. Obesity / James Toouli [et al.] //WGO Global Guideline, 2009. – P. 42
4. Скугаревский, О. А. Нарушения пищевого поведения / О. А. Скугаревский. Монография. Минск, 2007. 340 с.