

*Можжаева А. А.*  
**ПРИЧИНЫ ОЖИРЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

*Научный руководитель: ассист. Кизан С. В.*

*2-я кафедра детских болезней*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Одной из главных современных проблем является увеличение количества людей с избыточной массой тела (далее – МТ) и ожирением. Данная патология имеет тенденцию к распространению не только среди взрослого населения, но и среди детей, в том числе старшего школьного возраста. Значительное распространение избыточной МТ и ожирения среди детей представляет серьезную не только медицинскую, но и социальную проблему. Все эти факторы определяют актуальность изучения причин ожирения и разработки новых методов предупреждения возникновения данной патологии. В настоящее время проводятся различные исследования, направленные на изучение причин и условий возникновения ожирения. Однако, несмотря на это многие вопросы до сих пор остаются недостаточно изученными.

**Цель:** изучить влияние физической активности и питания, как возможных факторов развития избыточной МТ и ожирения у детей старшего школьного возраста.

**Материалы и методы.** Проведен анкетный опрос 148 респондентов в возрасте от 12 до 18 лет (99 девочек и 49 мальчиков). Анкетный опрос целевой группы проводился с использованием гугл-формы.

**Результаты и их обсуждение.** Среди исследованной группы детей избыточная МТ или ожирение было выявлено у 12,16%. При этом у мальчиков избыточная МТ и ожирение наблюдались в 2 раза чаще, чем у девочек (18,37% – у мальчиков и 9,09% – у девочек соответственно). Уровень физической активности 16,67% детей с избыточной МТ и ожирением не соответствует рекомендуемому ВОЗ. Среди детей без избыточной МТ и ожирения такой показатель составляет всего 6,15%, что в 2,7 раза меньше. Анализ ответов видов физической активности респондентов выявил, что 55,56% детей с избыточной МТ и ожирением посещают уроки физической культуры в школе и 72,22% посещают дополнительные спортивные секции (респонденты имели возможность выбора нескольких вариантов ответа). При этом только 11,11% таких респондентов считают, что в течение дня они много двигаются. 16,67% детей с избыточной МТ и ожирением посещают только уроки физической культуры и не занимаются другими видами физической активности, а 5,55% – не занимаются никакими видами физической активности и мало двигаются в течение дня. Респондентам также было предложено выбрать из перечня продукты, которые они считают «нездоровой» едой, при этом только 45,95% детей составило правильный перечень. Следует отметить, что дети с избыточной МТ и ожирением справились с этой задачей лучше (61,11%).

**Выводы.** Анкетный опрос показал, что избыточная МТ и ожирение у мальчиков в возрасте от 12 до 18 лет наблюдается в 2 раза чаще, чем у девочек такого же возраста. Физическая активность детей с избыточной МТ и ожирением ниже, чем у других детей и в 16,67% случаев не соответствует рекомендуемому ВОЗ уровню физической активности. При планировании физической активности детей как меры профилактики избыточной МТ и ожирения следует сочетать различные виды физической активности, в том числе учитывать ее продолжительность. Анкетный опрос выявил проблему среди детей в понимании разграничения продуктов питания на «здоровую» и «нездоровую» еду. В связи с этим следует проводить профилактическую работу по информированию детей о правильном питании, а также проработать вопрос о введении обязательной маркировки продавцами продуктов питания, вызывающих ожирение.