



---

**TÁPLÁLKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI FŐOSZTÁLY**

**HÁTTÉRANYAG**

**Táplálkozás-egészségügyi vizsgálatok budapesti iskolákban**

Az általános és középiskolások körében végzett felmérések összehasonlítása

Az Országos Élelmiszerbiztonsági és Táplálkozástudományi Intézet a 2005-2006-os tanévben összesen 1930 7-14 éves és 1283 15-18 éves tanuló komplex táplálkozás-egészségügyi vizsgálatát végezte el a fővárosban a Nestlé Hungária Kft. támogatásával.

Valamennyi korosztály rendszertelenül étkezett: a tanulók 25%-a nem reggelizett, a lányok több mint 15 %-a nem vacsorázott. A tanulók kevesebb, mint fele fogyasztott napi rendszerességgel nyers zöldséget, a 7-14 évesek között 10%-kal több volt a naponta gyümölcsöt fogyasztók aránya az idősebb korcsoporthoz viszonyítva. Valamennyi csoportban az ajánlott többszöröse volt a só bevitel. A cukrozott üdítőitalok fogyasztása 50%-kal nagyobb volt az általános iskolások esetében. Míg a 7-14 éves lányok 29%-a fogyókúrázott már, addig a 15 évesnél idősebbeknél ez az arány 41% volt. A fiatalabb korosztály közel fele sportolt naponta, a középiskolás fiúk esetében ez az arány már csak 25%, a lányok esetében 13% volt.

Az életkor előrehaladtával a rendszeresen dohányzók aránya nőtt, az idősebb korosztályban elérte az 55%-t, ahol a fiúk és a lányok között nem mutatkozott lényeges különbség. Az fiatalabb korcsoportban a túlsúlyosok/elhízottak aránya 25%, míg az idősebbek körében 16% volt, a lányok esetében a testösszetétel előnytelen változása mellett. Az eredmények alapján úgy tűnik, hogy kiemelt táplálkozási kockázati tényezők a teljes vizsgált csoportban jelen vannak, az európai trendhez hasonlóan a serdülő, ill. az annál idősebb korosztály fizikai aktivitása meg sem közelíti a prevenció ajánlást.

A nemrégiben Isztambulban lezajlott WHO Európai Régiójának Miniszteriális Konferenciája felhívta a figyelmet az elhízás járványszerű elterjedésére az egész régióban. Az itt aláírással került Charta fő célkitűzései között prioritást élvez a látható előrelépés megvalósítása, különösen gyermekek és serdülők esetében 4-5 éven belül a legtöbb országban, és a folyamat visszafordítása legkésőbb 2015-re.