

## Ešanas paradumu atšķirības bērniem ar lieko svaru un bērniem ar normālu svaru

*Olga Ļubina<sup>1</sup>, Jurgita Gailīte<sup>2</sup>, Ilze Napituhina<sup>3</sup>,  
Karīna Agadžanjana<sup>3</sup>, Ilze Tāse<sup>3</sup>, Anita Vētra<sup>3</sup>,  
Elīza Sālījuma<sup>4</sup>, Iveta Dzīvīte-Krišāne<sup>2</sup>*

*Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija*

<sup>1</sup> *Sabiedrības veselības un sociālās labklājības fakultāte,*

<sup>2</sup> *Pediatrijas katedra,*

<sup>3</sup> *Rehabilitācijas katedra,*

<sup>4</sup> *Medicīnas fakultāte*

**Ievads.** Bērnu un pusaudžu aptaukošanās ir viens no galvenajiem veselības aprūpes izaicinājumiem 21. gadsimtā. Šo epidēmiju bērnu vecumā izraisa trīs nozīmīgi vides faktori: ēdiena brīva pieejamība, urbanizācija un mazkustīgs dzīvesveids. Vairāk kā 60% bērnu, kuriem liekais svars ir pirmspubertātes vecumā, saglabāsies arī pieaugušo vecumā, samazinot vidējo dzīvildzi, palielinot saslimstību ar hroniskām slimībām, izraisot darba nespēju un samazinot dzīves kvalitāti.

**Darba mērķis, materiāls un metodes.** Pētījumā tika iekļauti bērni, kurus konsultēja uztura speciālists pēc rehabilitologa nosūtījuma, lai bērns saņemtu multidisciplināras komandas atbalstu svara korekcijas nolūkos vai individuālu uztura speciālista konsultāciju citu indikāciju dēļ. Pētījumā tika iekļauts 71 bērns. Visiem pētījumā iekļautiem bērniem tika izvērtēti antropometriskie dati (svars, augums) un aprēķināts ķermeņa masas indekss (ĶMI), ka arī veikta aptauja par ēšanas paradumiem.

**Rezultāti.** Četrdesmit vienam bērnam ĶMI – pēc procentiņu (pc) līknēm attiecībā pret vecumu un dzimumu – bija virs 85. pc, kas vērtējams kā liekais svars; 30 bērniem ĶMI bija no 25. pc līdz 75. pc, kas vērtējams kā normāls bērna svars. Bērniem ar lieko svaru vidējais vecums (gadi ± SD) bija 13,12 ± 2,51 gads, augums (cm ± SD) 163,93 ± 11,71 cm, svars (kg ± SD) 83,18 ± 21,62 kg, ĶMI (kg/m<sup>2</sup> ± SD) 30,48 ± 4,97 kg/m<sup>2</sup>. Bērniem ar normālu svaru vidējais vecums (gadi ± SD) bija 13,03 ± 3,49 gadi, augums (cm ± SD) 157,41 ± 17,99 cm, svars (kg ± SD) 49,23 ± 17,85 kg, ĶMI (kg/m<sup>2</sup> ± SD) 19,19 ± 3,88 kg/m<sup>2</sup>.

Pētījuma laikā tika noskaidrots, ka maltīšu skaits bērniem ar lieko svaru un bērniem ar normālu svaru neatšķiras. Bērni ar lieko svaru biežāk atsakās ēst brokastis, savukārt bērni ar normālu svaru biežāk atsakās ēst vakariņas. Bērni ar lieko svaru pavada vairāk laika pie televizora vai datora nekā bērni ar normālu svaru. Bērni ar normālu ķermeņa svaru spēj objektīvi novērtēt savu izskatu atšķirībā no bērniem ar lieko svaru.

**Secinājumi.** Pētījumā noskaidrots, ka pastāv ēšanas paradumu atšķirības bērniem ar lieko svaru un normālu svaru. Lai noskaidrotu iespējamus atšķirību cēloņus, nepieciešama papildu izpēte par ģimenes dzīvesveidu un bērnu psihoemocionālo stāvokli.