

EXCESUL PONDERAL ÎN ADOLESCENȚĂ, IMPORTANT FACTOR DE RISC CARDIOVASCULAR

MARIA SUCIU¹

Doctorand, Universitatea "Lucian Blaga" din Sibiu

Cuvinte cheie: adolescență, obezitate, factor de risc cardiovascular

Rezumat: Premise: Sănătatea adolescenților reprezintă o problemă importantă de sănătate publică, plecând de la premisa că adolescența reprezintă puntea de legătură dintre copilărie și perioada de adult. Această vârstă este expusă în mod deosebit unui stil de viață nesanogen. Scopul lucrării: Obezitatea infantilă este mai mult decât o problemă de imagine, este o problemă de sănătate publică. Prezentul studiu dorește să demonstreze creșterea prevalenței adolescenților cu surplus de greutate și implicațiile acesteia asupra stării de sănătate. Material și metodă: Cuantificarea gradului de obezitate a fost înregistrat în cadrul bilanțului standard, la un număr de 362 de adolescenți, cu vârsta cuprinsă între 17 și 19 ani, prin măsurători fiziometrice și calcularea indicelui de masă corporală. S-au determinat parametrii metabolismului lipidic și glucidic și s-a măsurat tensiunea arterială. Participanții la studiu au răspuns la întrebări privind stilul de viață. Concluzii: Rezultatele preliminare ale prezentului studiu se încadrează în general în tendința înregistrată în țările dezvoltate. Cu siguranță acest studiu a atras îmbunătățirea calității vieții și conștientizarea factorilor de risc cardiovascular la adolescenții participanți. Beneficiile pe plan individual au fost evidente.

Keywords: adolescence, overweight, cardiovascular risk factor

Abstract: Introduction: The adolescents' health represents a very important public issue, considering the idea that the adolescence represents a bridge between the childhood and adulthood. This age is especially exposed to an unhealthy lifestyle. Purpose: Infants' obesity is more than an image issue; it represents a public health issue. The present study aims at proving the increase of the prevalence of the overweight adolescents and the implications over their health status. Materials and method: The quantification of the overweight degree was registered with the standard clinical balance, over 362 adolescents between 17 and 19 years old, using physiometric measurements and calculating the body mass index. We determined the lipids and glucose parameters and measured the arterial blood pressure. All the subjects were asked a number of questions regarding their lifestyle. Conclusions: The partial results of our study are registered within the general tendency worldwide. It is certain that this study realises an improvement in the quality of life, making the tested adolescents conscious about the cardio-vascular risk factors. The individual benefits were obvious

INTRODUCERE

Sănătatea adolescenților reprezintă o problemă importantă de sănătate publică, plecând de la premisa că adolescența reprezintă puntea de legătură dintre copilărie și perioada de adult. Această vârstă este expusă în mod deosebit unui stil de viață nesanogen.

SCOPUL LUCRĂRII

Obezitatea infantilă este mai mult decât o problemă de imagine, este o problemă de sănătate publică. Prezentul studiu dorește să demonstreze creșterea prevalenței adolescenților cu surplus de greutate și implicațiile acesteia asupra stării de sănătate.

MATERIAL ȘI METODĂ

Cuantificarea gradului de obezitate a fost înregistrat în cadrul bilanțului standard, la un număr de 362 de adolescenți, cu vârstă cuprinsă între 17 și 19 ani, prin măsurători fiziometrice și calcularea indicelui de masă corporală. S-au determinat parametrii metabolismului lipidic și glucidic și s-a măsurat tensiunea arterială. Participanții la studiu au răspuns la întrebări privind stilul de viață.

REZULTATE ȘI DISCUȚII

În urma efectuării examenelor de bilanț la elevii clasei

a XII-a din județul Sibiu, se observă o triplare a numărului de persoane dizarmonice, cu plus de greutate în anul școlar 2006/2007, față de anul școlar 2007/2008, la grupa de vârstă 17-19 ani. În anul școlar 2006/2007 dintr-un număr de 4156 de adolescenți examinați, 42 dintre aceștia erau considerați supraponderali și obezi, în timp ce în anul școlar 2007/2008, dintr-un număr de 3967 de adolescenți examinați, 151 adolescenți, au fost considerați supraponderali și obezi.

Dezvoltarea staturoponderală a adolescenților participanți la studiu a fost apreciată prin cântărire, măsurare și calcularea indicelui de masă corporală.

Din totalul de 362 de adolescenți examinați, 54 de participanți au prezentat exces ponderal, cu o valoare a IMC > 25 kg/m². Un număr de 42 de participanți, un procent de 11,60 % este reprezentat de persoanele supraponderale, cu o valoare a IMC între 25-29,9 kg/m². Un număr de 12 persoane, un procent de 3,3 % este reprezentat de persoanele obeze, cu o valoare a IMC >30 kg/m². Prevalența supraponderii și a obezității în lotul studiat are o valoare apropiată de prevalența adolescenților cu surplus de greutate din SUA și Europa.

Această creștere în greutate este datorată unui comportament alimentar nesanogen și unei proste igiene de viață.

Din datele furnizate în urma completării unui

¹Autor Corespondent: Maria Suci, Spitalul Clinic de Pediatrie Sibiu, str. Pompeiu Onofreiu, nr.2-4, Sibiu, România, e-mail: @yahoo.com, tel +40-0741 336699

chestionar, se poate concluziona faptul că adolescenții sunt înclinați spre o alimentație bogată în grăsimi nesaturate, cu preferință pentru de alimentele de tip fastfood. Un procent de 81 % dintre persoanele cu surplus de greutate consumă zilnic alimente bogate în grăsimi saturate, în special mezeluri și carne de porc. Un procent de 33,3 % dintre adolescenții supraponderali și 100 % dintre adolescenții obezi consumă zilnic alimente de tip fast food, iar un procent de 35,70% dintre adolescenții supraponderali consumă alimente de acest tip de 2-3 ori pe săptămână.

Orientarea spre un stil de viață sedentar este o caracteristică a persoanelor cu exces ponderal.

Un procent de 40,5% dintre adolescenții supraponderali intervievați, nu practică nici un sport. Mai mult de jumătate dintre aceștia, un procent de 69% au o activitate sedentară în timpul liber, preferând privitul la televizor și utilizarea calculatorului în scop recreativ.

Creșterea în greutate determină apariția unor afecțiuni, ca de exemplu rezistența la insulină și diabet zaharat, dislipidemii și hipertensiune arterială.

Gradul obezității se corelează cu valoarea crescută a glicemiei, conform corelației Pearson. Un procent de 29,42% din persoanele cu plus de greutate participante la studiu au prezentat valori ale glicemiei peste 100 mg/dl. Un procent de 3,93 % fiind reprezentat de cei cu o valoare a glicemiei peste 110 mg/dl.

Aproximativ jumătate dintre persoanele obeze și supraponderale au prezentat valori modificate ale lipidelor sangvine. Un procent de 49,02% dintre persoanele obeze și supraponderale au prezentat valori ale colesterolului sangvin cuprinse între 160-200 mg/dl, un procent de 23,54 % prezentând valori ale colesterolului sangvin peste 200 mg/dl. De asemenea un procent de 49,03 % au prezentat valori modificate ale LDL-colesterol, un procent de 35,30 % având valori ale LDL-colesterol >129 mg/dl. Aproximativ o treime, un procent de 29,42 % dintre persoanele cu plus de greutate au prezentat o valoare a trigliceridelor > 125 mg/dl.

Un procent foarte ridicat, 86,28 % dintre persoanele supraponderale și obeze au prezentat o valoare scăzută a HDL-colesterolului, 45,10 % s-au încadrat între valorile 45-55 mg/dl, iar un procent de 41,18 %, au prezentat o valoare mai scăzută de 45 mg/dl a HDL-colesterol.

Alterarea profilului lipidic este evidentă în cazul subiecților cu plus de greutate față de lotul general, conform corelației Pearson.

Toate persoanele obeze participante la studiu au avut tensiune arterială modificată, în sensul creșterii acesteia, cu valori mai mari de 120 / 80 mm Hg.

Rezultatele prezentului studiu arată o corelație foarte puternică între creșterea valorii indicelui de masă corporală și o valoare a tensiunii arteriale crescută față de valoarea normală corespunzătoare vârstei.

CONCLUZII

Rezultatele preliminare ale prezentului studiu se încadrează în general în tendința înregistrată în țările dezvoltate. Cu siguranță acest studiu a atras îmbunătățirea calității vieții și conștientizarea factorilor de risc cardiovascular la adolescenții participanți. Beneficiile pe plan individual au fost evidente. Perpetuarea și asocierea factorilor de risc cardiovascular în timp determină creșterea morbidității și a mortalității prin afecțiuni cardiovasculare timpurii în viața de adult. Depistarea activă și continuă a factorilor de risc cardiovascular și tratamentul lor adecvat prin programe naționale de prevenție, duc la îmbunătățirea stării de sănătate la nivel populațional.

BIBLIOGRAFIE

1. Direcția de Sănătate Publică a Județului Sibiu, Compartimentul de Igienă Școlară
2. The Fourth Report on the Diagnosis, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure in Children and Adolescents, American Academy of Pediatrics, Pediatrics 2004;114;555-576
3. Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Health Statistics. 2000 CDC growthcharts, United States, www.cdc.gov/growthcharts
4. Diet and Lifestyle Recommendations Revision2006, A Scientific Statement from the American Heart Association Nutrition Committee, Circulation. 2006; 114:82-96
5. O'Brien S.H., Reis E. C., Identification, evaluation and management of obesity in an academic primary care center, Pediatrics.2004 aug;114(2)e:154-9
6. Obesity. The Policy Chalanges Report of the International Obesity Task Force (IOTF), Brussels, martie 2005