



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījumi

Iveta Pudule,
Vecākā sabiedrības veselības analītiķe

2022.gada 9.septembrī

Starptautiskais skolēnu veselības pētījums

Starptautiskais skolēnu veselības paradumu pētījums (*angl. – Health Behaviour among School-aged Children Study – HBSC*) ir Pasaules Veselības organizācijas (PVO) atbalstīts projekts, kurā 2018.gadā bija iesaistījušās 48 dalībvalstis un reģioni Eiropā un Ziemeļamerikā.

Skolēnu veselības paradumu pētījuma kopējais mērķis ir iegūt informāciju un palielināt izpratni par skolas vecuma bērnu veselību un dzīvesveidu. Pētījuma rezultāti tiek izmantoti, lai iegūtu informāciju par skolēnu veselības pašvērtējumu un veselības paradumiem, izstrādātu uz pierādījumiem balstītu veselības politiku un veselības veicināšanas programmas un sekmētu informācijas apmaiņu starp pētījuma dalībvalstīm.

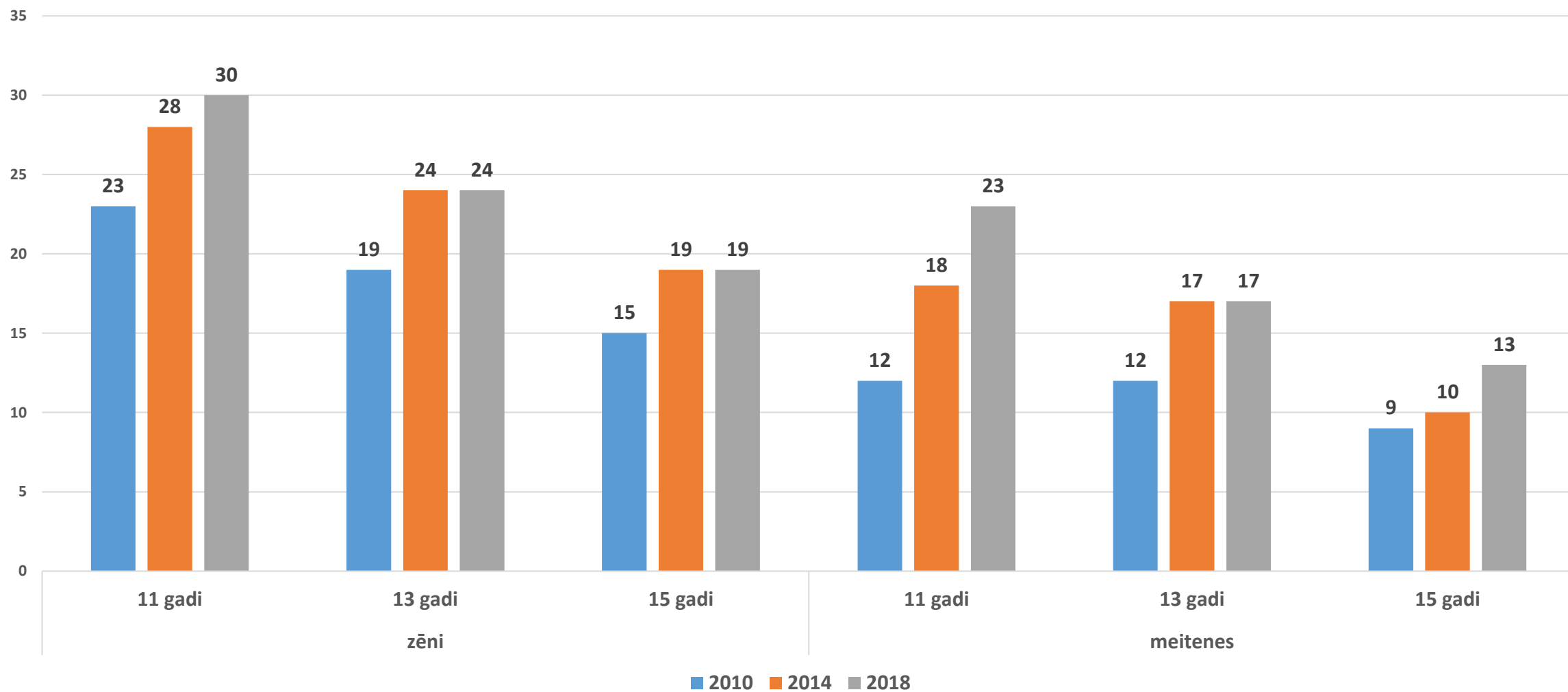
Latvijas ziņojumā analizēti dati saistībā ar:

- **Vecuma grupu**, parādot straujās izmaiņas fiziskajā un garīgajā attīstībā 11, 13 un 15 gadīgiem pusaudžiem.
- **Dzimumu**, izgaismojot atšķirības uzskatos par veselību un labklājību zēniem un meitenēm.
- <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4267/download>

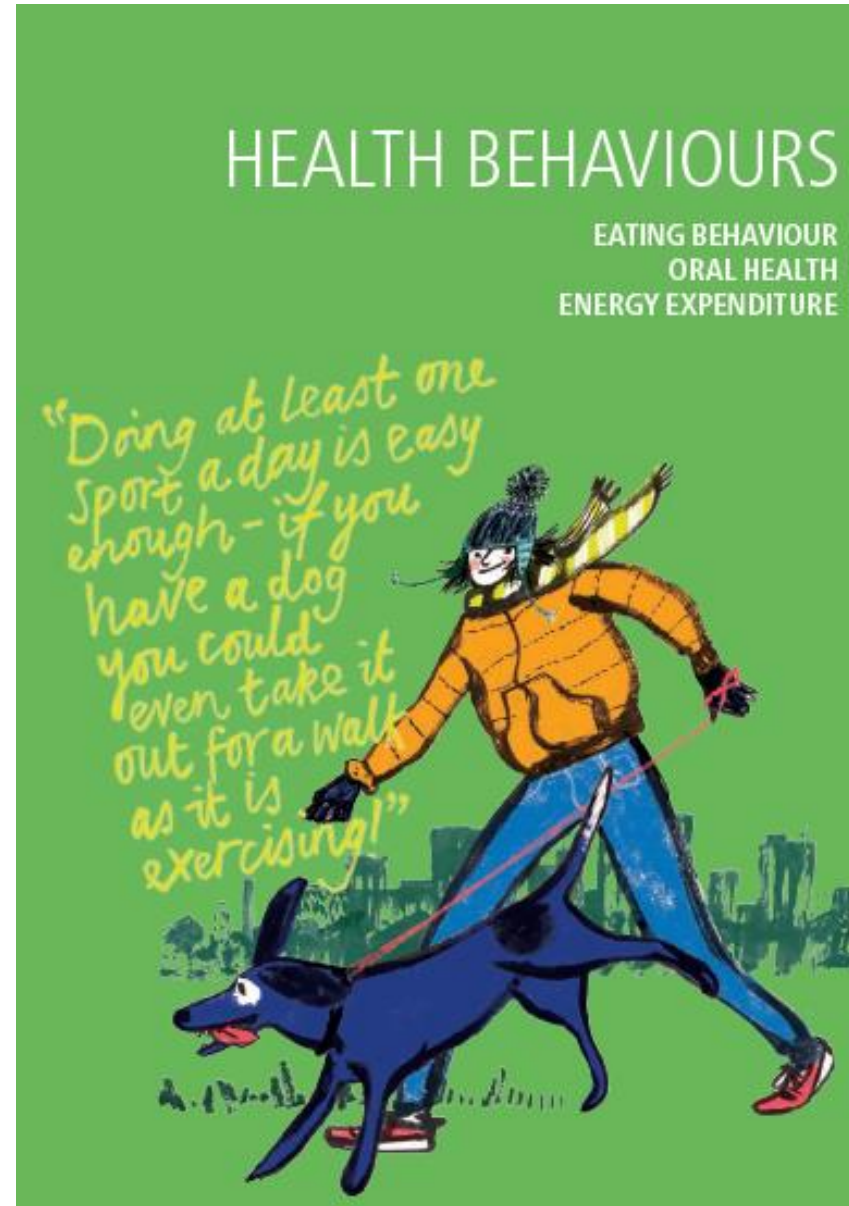
Kādēļ veselības nevienlīdzībai tiek pievērsta uzmanība?

- Zinātniski pierādīta pusaudžu vecumā izveidojušos veselības paradumu kritiskā ietekme uz indivīda veselības paradumiem visā dzīves laikā, īpaši uztura paradumiem, fizisko aktivitāti, tabakas un alkohola lietošanu
- Tādēļ bērni un pusaudži ir svarīgākās mērķa grupas veselības veicināšanas un profilakses programmās

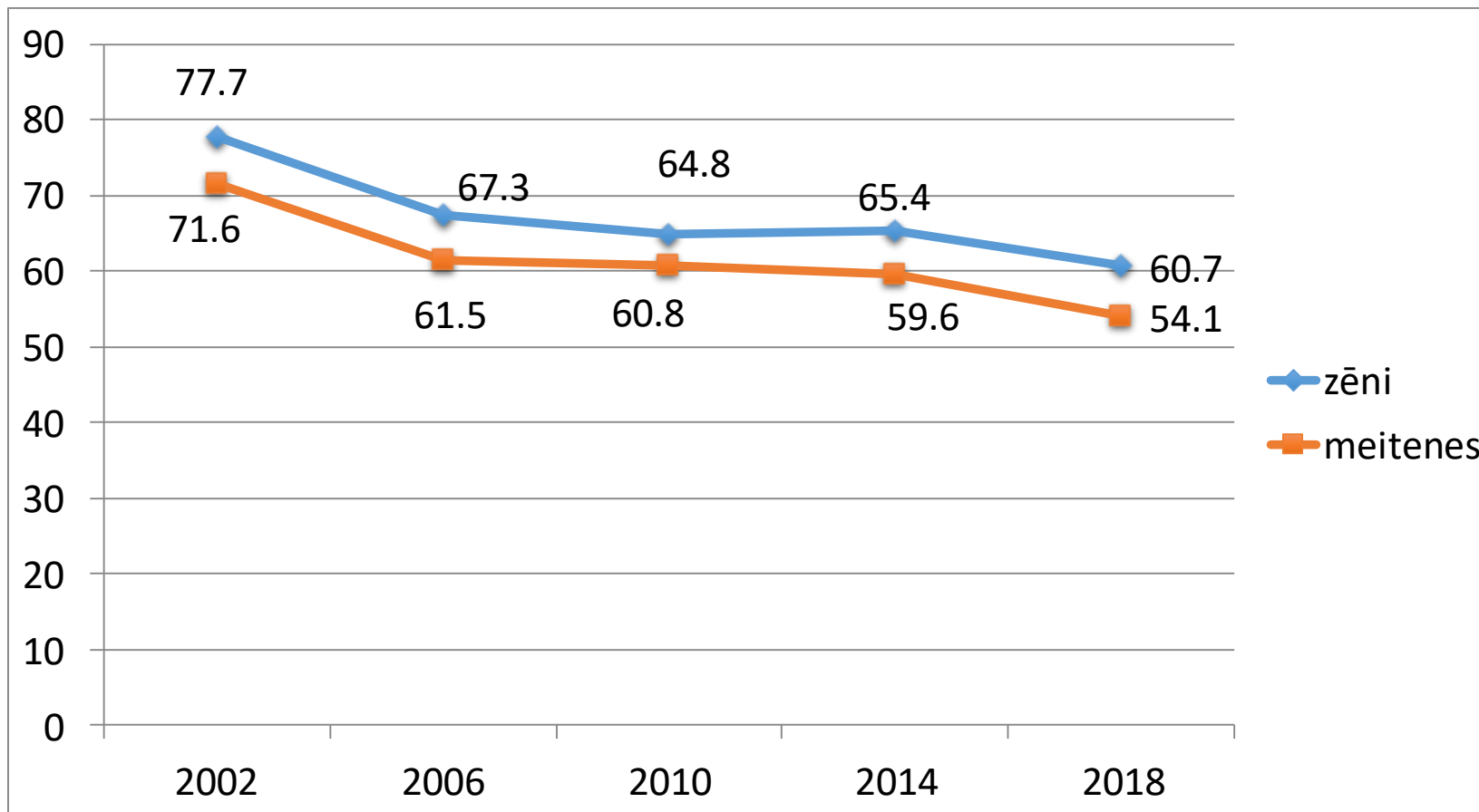
Liekās ķermeņa masas un aptaukošanās izplatība Latvijas skolēniem dzimuma un vecuma grupās 2010. - 2018., (%)



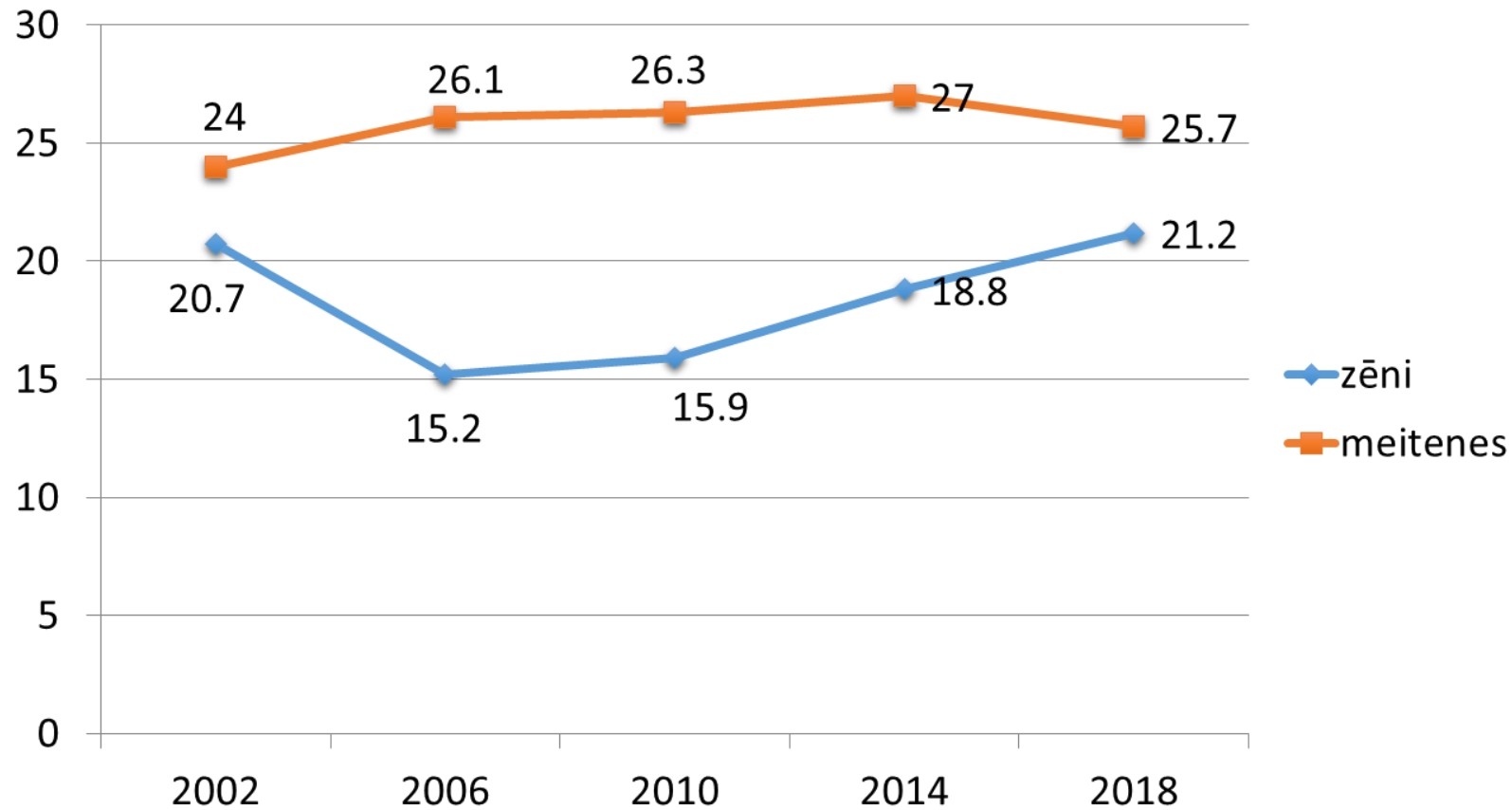
Veselības paradumi



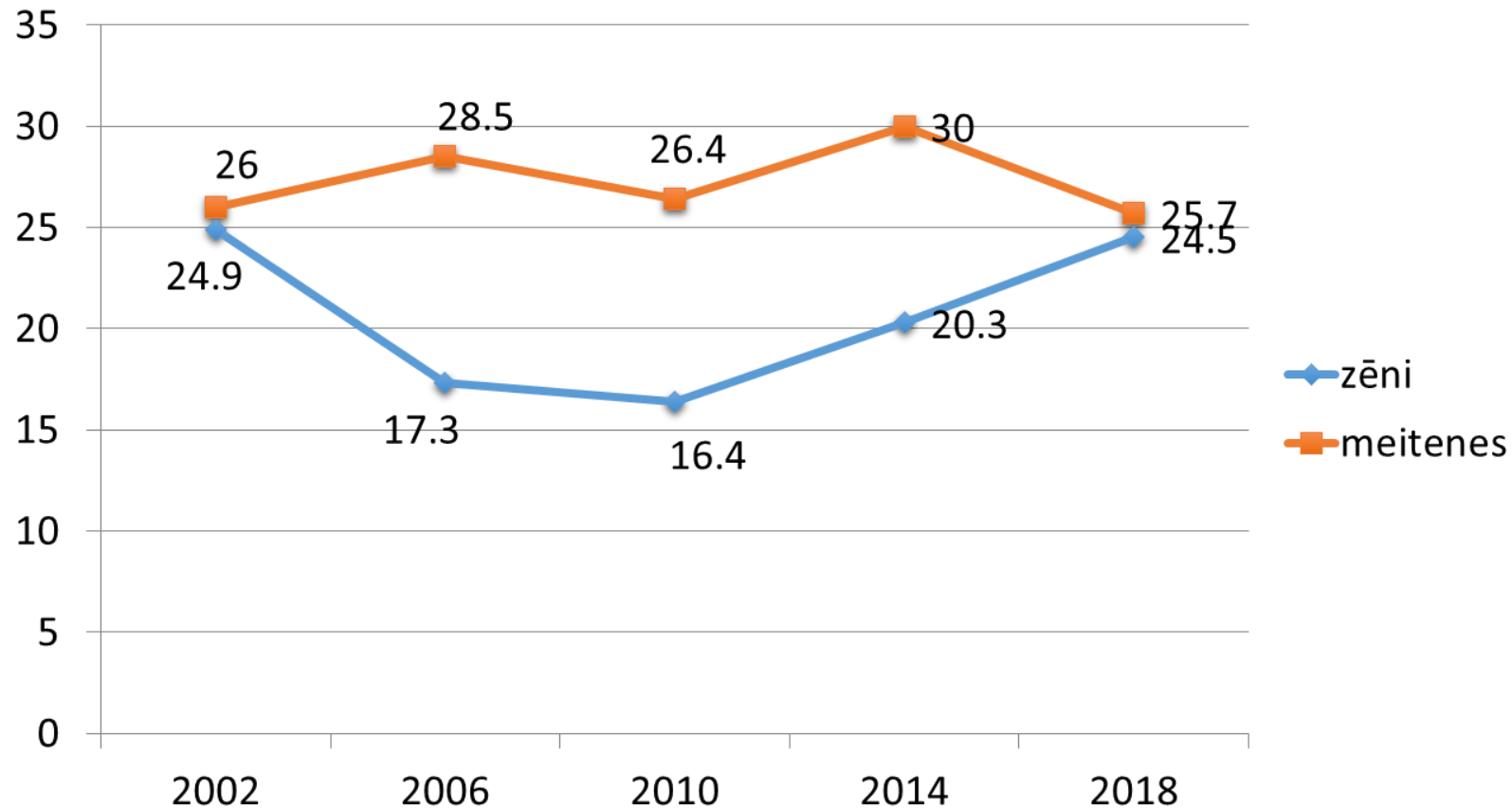
Brokastošana darba dienās katru dienu skolēniem Latvijā, 2002.-2018., (%)



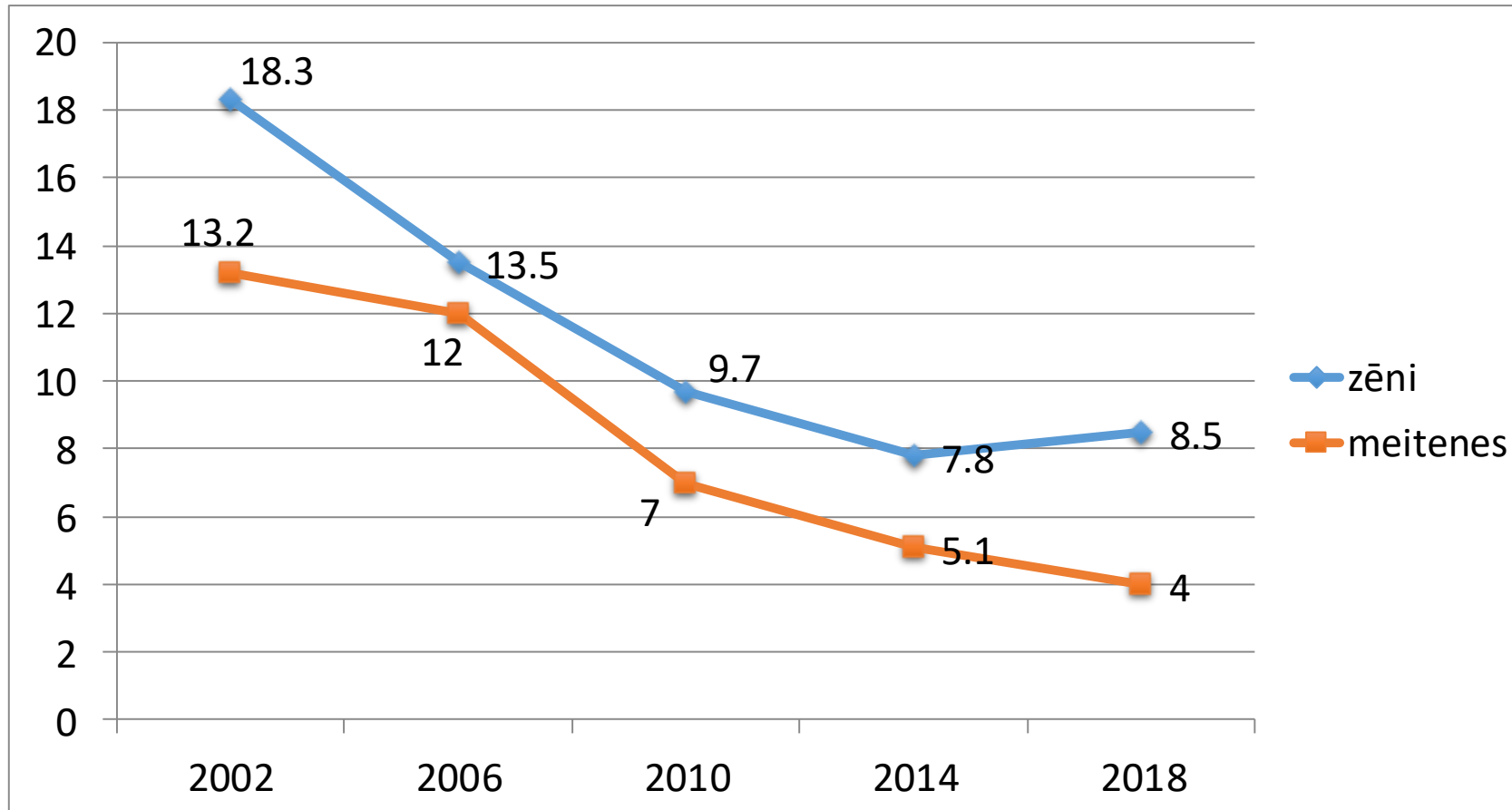
Augļu ēšana vismaz reizi dienā 15-gadīgiem skolēniem Latvijā, 2002.-2018., (%)



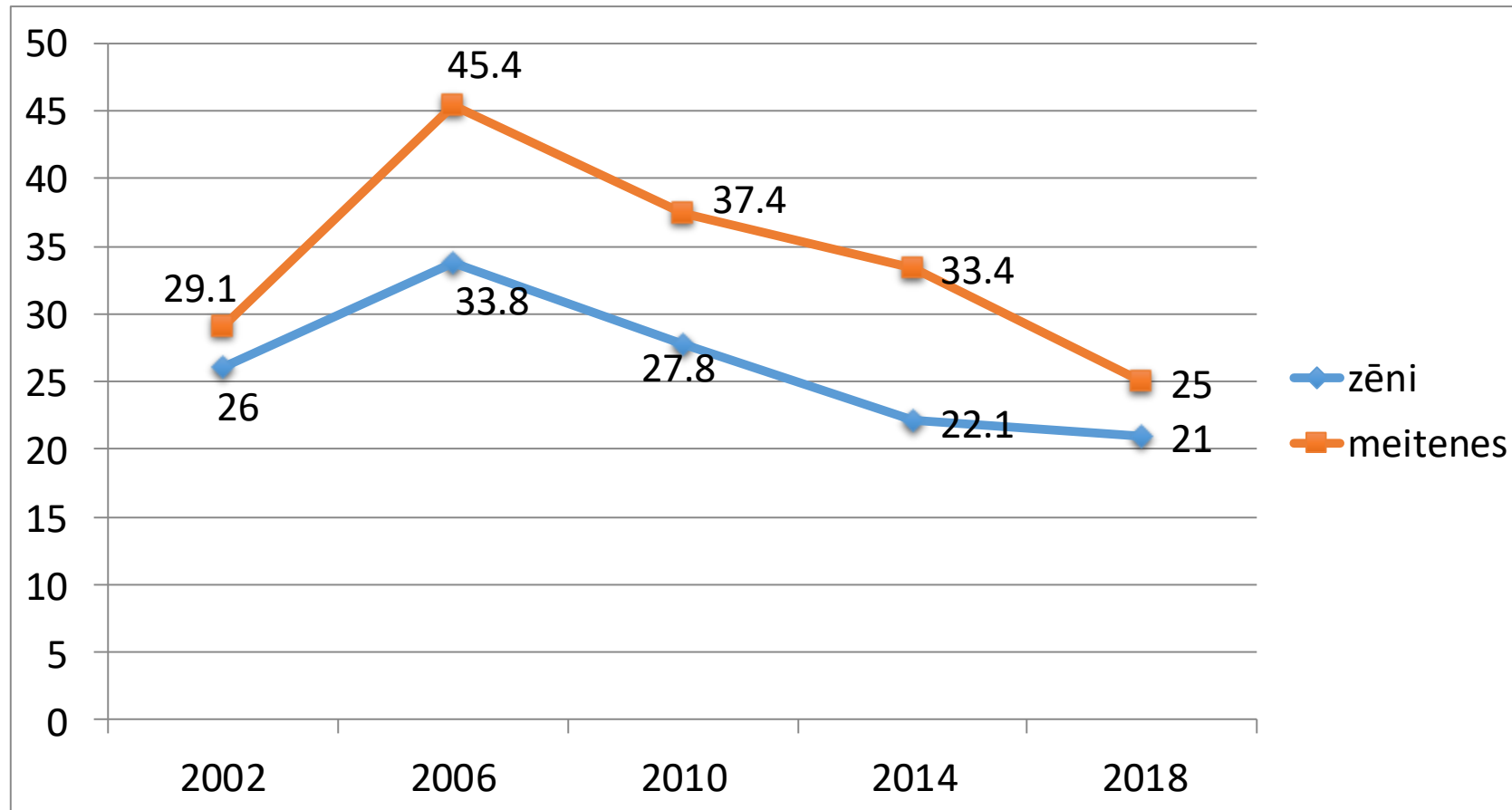
Dārzeņu ēšana vismaz reizi dienā 15-gadīgiem skolēniem Latvijā, 2002.-2018., (%)



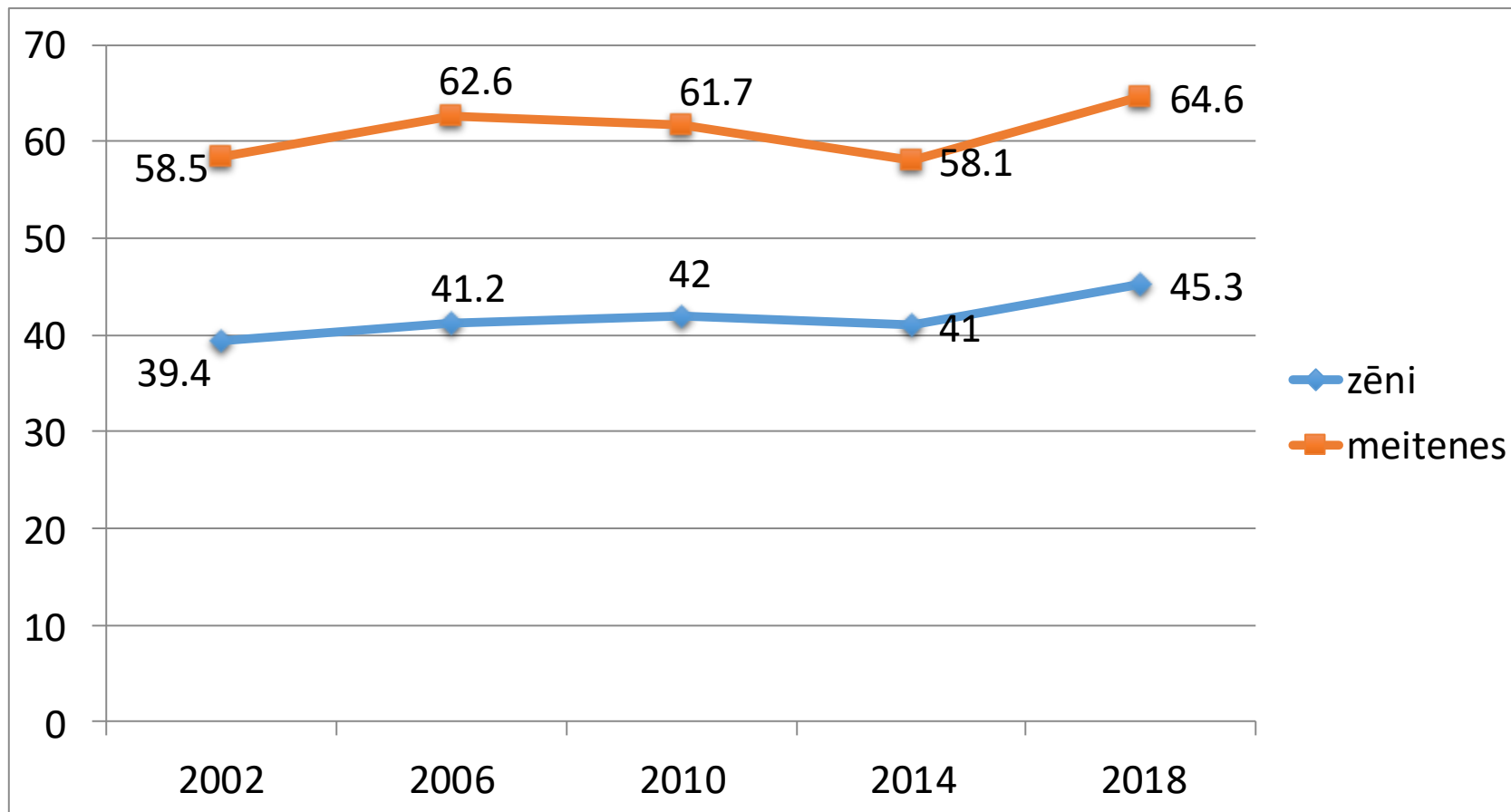
Saldināto gāzēto dzērienu patēriņš vismaz reizi dienā skolēniem Latvijā, 2002.-2018., (%)



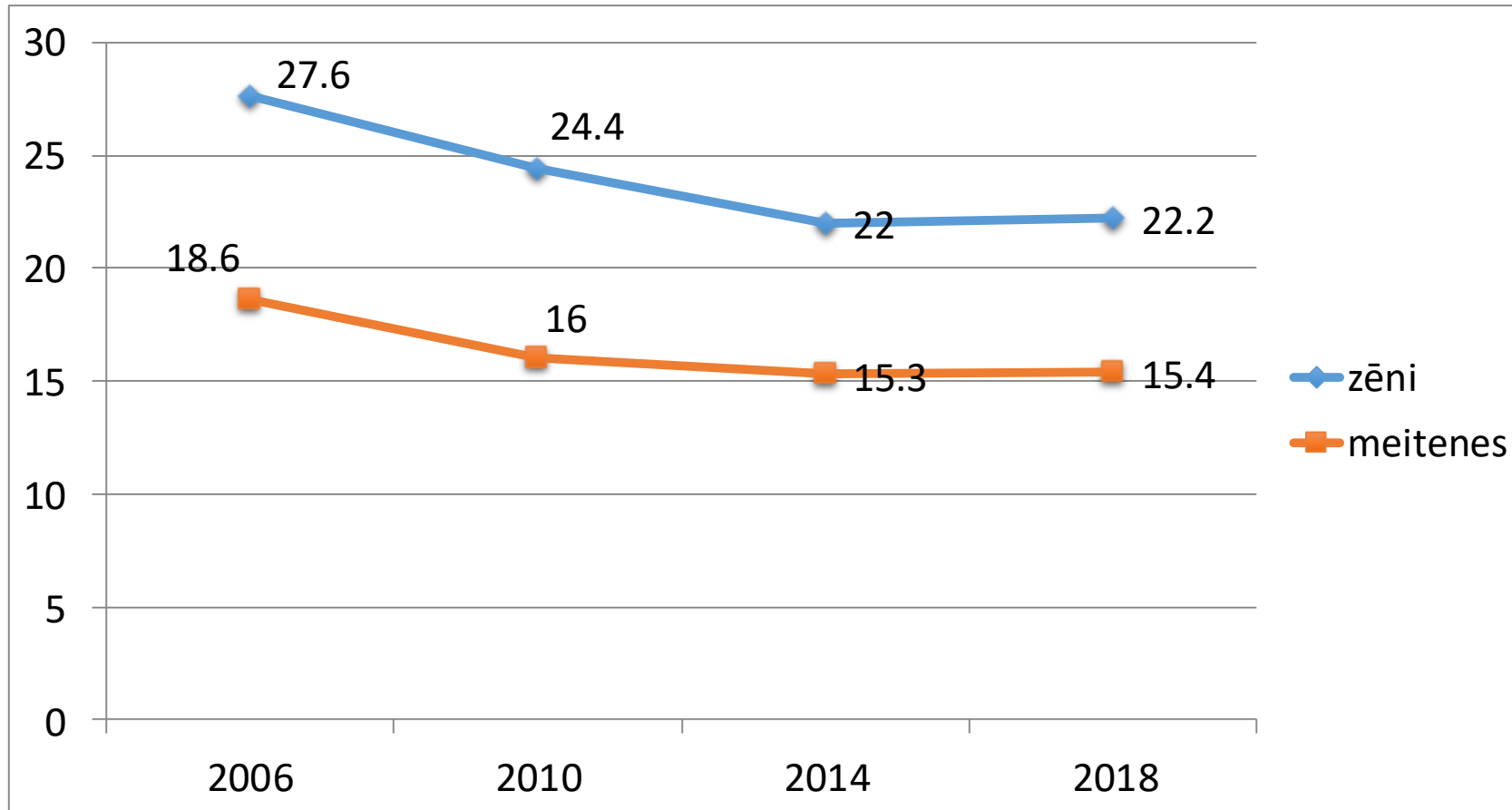
Saldumu ēšana vismaz reizi dienā skolēniem Latvijā, 2002.-2018., (%)



Zobu tīrīšana divas un vairāk reizes dienā, 2002.-2018., (%)



Pietiekama fiziskā aktivitāte (60 minūtes katru dienu) skolēniem Latvijā, 2006.-2018., (%)





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījums Latvijā, 2018./2019. mācību gada dati

- Latvija kopš 2007.gada ir Pasauls Veselības organizācijas (PVO) Eiropas reģiona *Bērnu aptaukošanās pārraudzības iniciatīvas (COSI)* dalībvalsts, kas īsteno Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījumu.
- Latvijā, šīs iniciatīvas ietvaros, pēc vienotas metodikas ir veiktas piecas Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījuma kārtas.
- Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījuma 2018./2019.gada kārtu realizēja 40 PVO Eiropas reģiona dalībvalstis.

Informācija par iniciatīvu:

<http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/activities/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi>



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Mērķis

Iegūt informāciju par liekās ķermeņa masas un aptaukošanās izplatību septiņus un deviņus gadus veciem bērniem, šo bērnu veselības paradumiem mājās, kā arī skolu vides atbilstību veselīgu paradumu veicināšanai.



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Metodika

- Monitoringa tipa šķērsriezuma populācijas pētījums;
- Mērķa grupa: 7-gadīgi 1.klases skolēni un 9-gadīgi 3.klases skolēni;
- Reprezentatīva atlase: 94 Latvijas vispārizglītojošās skolas;
- Sasniegtā atlase 1.klasēs – 3477 skolēni;
- Sasniegtā atlase 3.klasēs - 3554 skolēni;
- Ķermeņa masas indeksa (ĶMI) aprēķināšanai izmantota PVO procentiju metode, atbilstoši katra bērna dzimumam un vecumam.



Slimību profilakses un
kontroles centrs

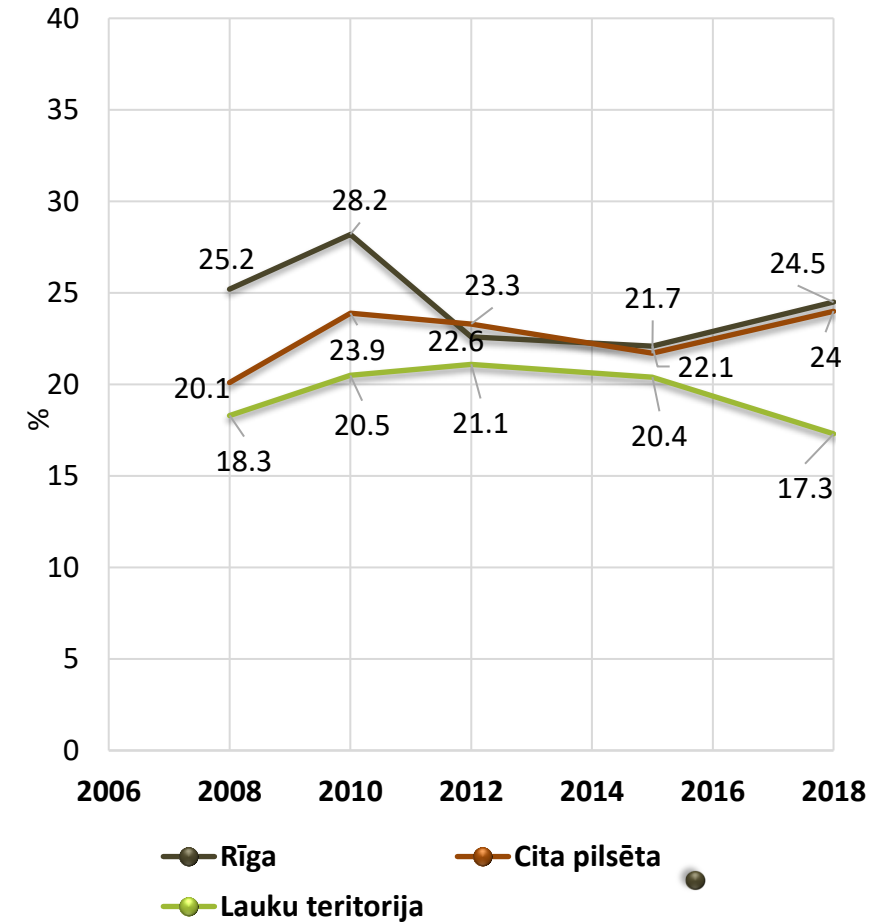
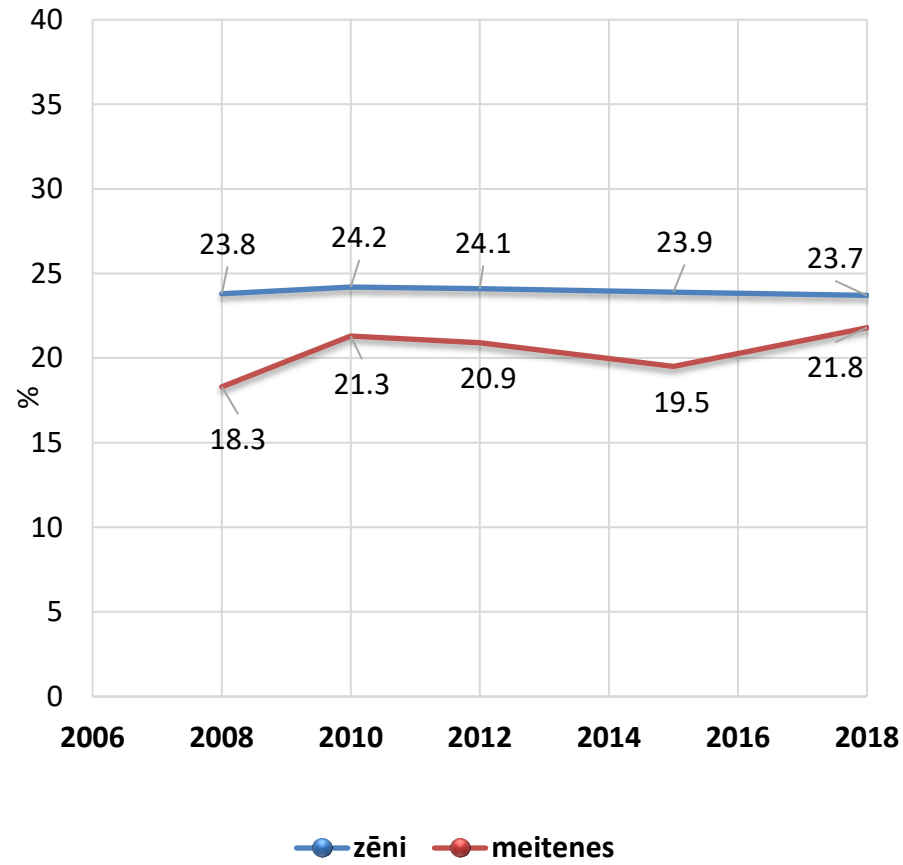


7-gadīgo un 9-gadīgo skolēnu antropometrisko parametru dati



Slimību profilakses un
kontroles centrs

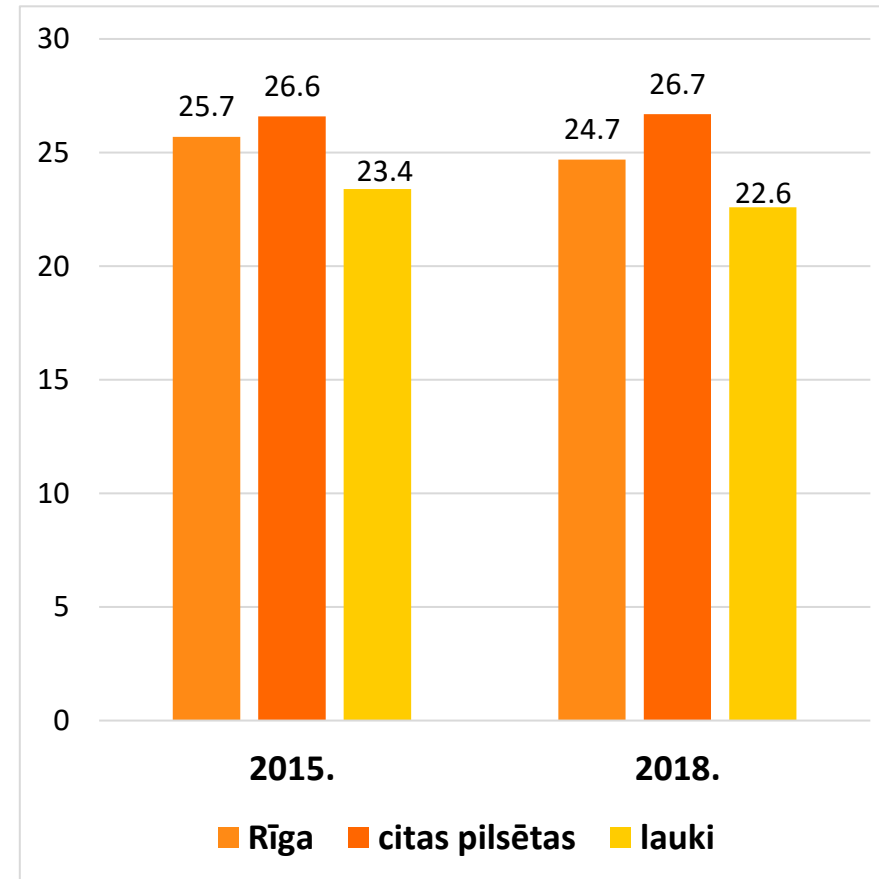
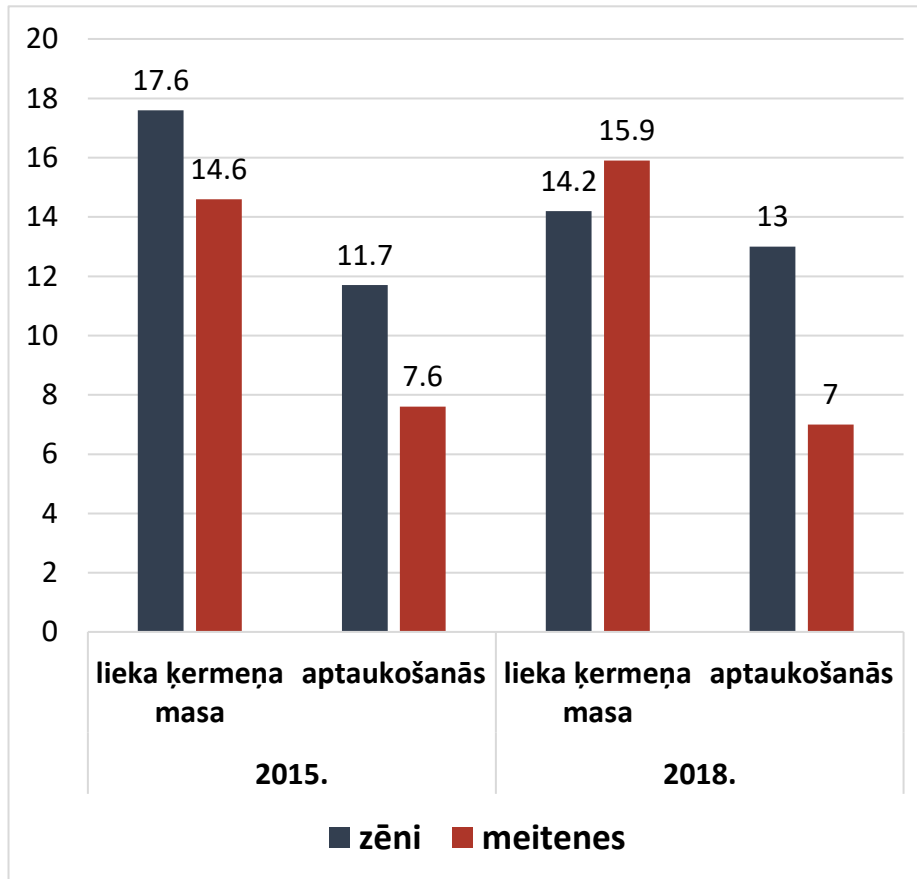
Liekas ķermeņa masas un aptaukošanās izplatība 7-gadīgajiem 1.klases skolēniem dzimuma un dzīvesvietas grupās (%), 2008.-2018.





Slimību profilakses un
kontrols centrs

Liekas ķermeņa masas un aptaukošanās izplatība 9-gadīgajiem 3.klases skolēniem dzimuma un dzīvesvietas grupās (%), 2015.-2018.





Slimību profilakses un
kontroles centrs



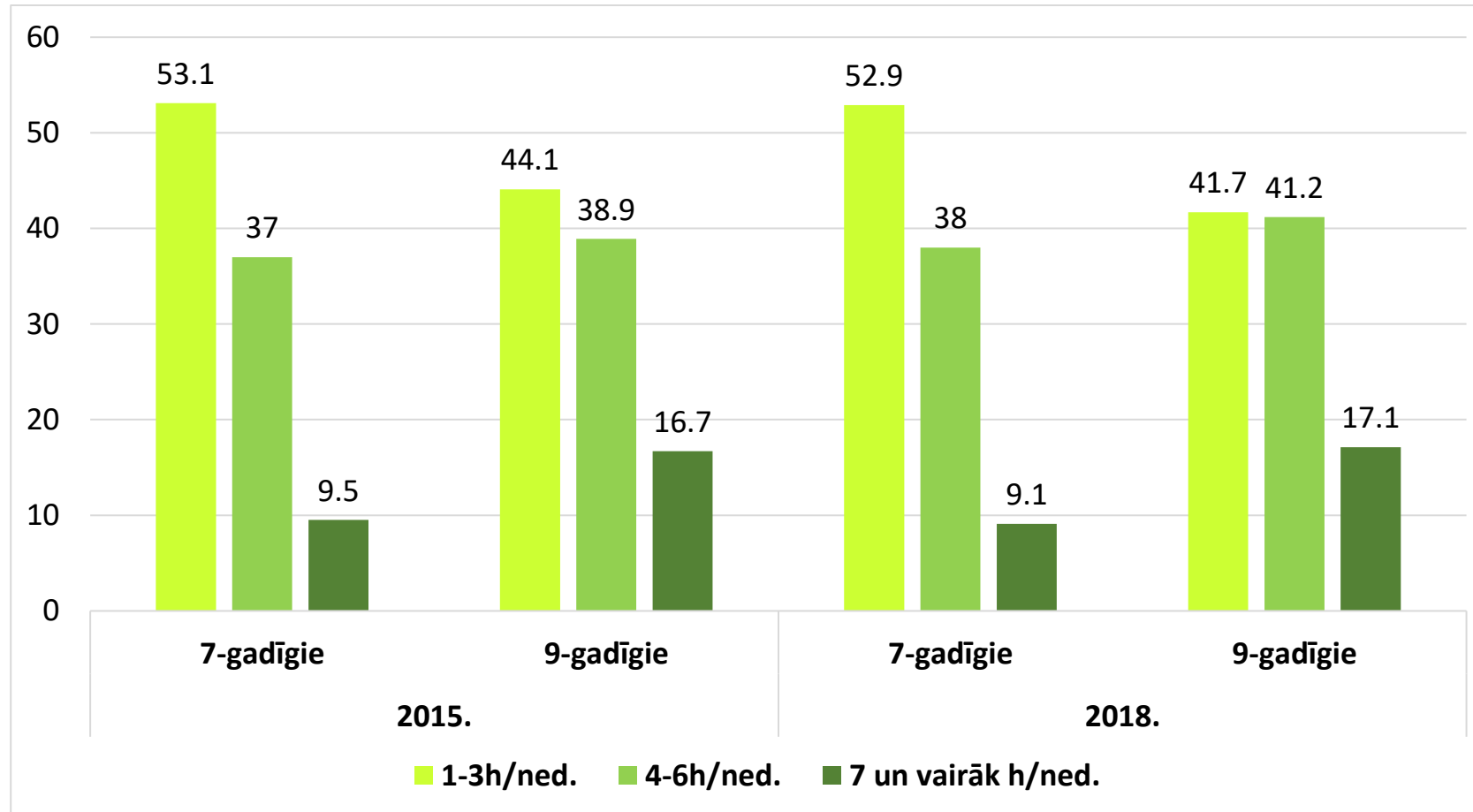
**Bērnu uztura un fiziskās aktivitātes
paradumi ģimenē.**

Vecāku anketas dati



Slimību profilakses un
kontrolē centrs

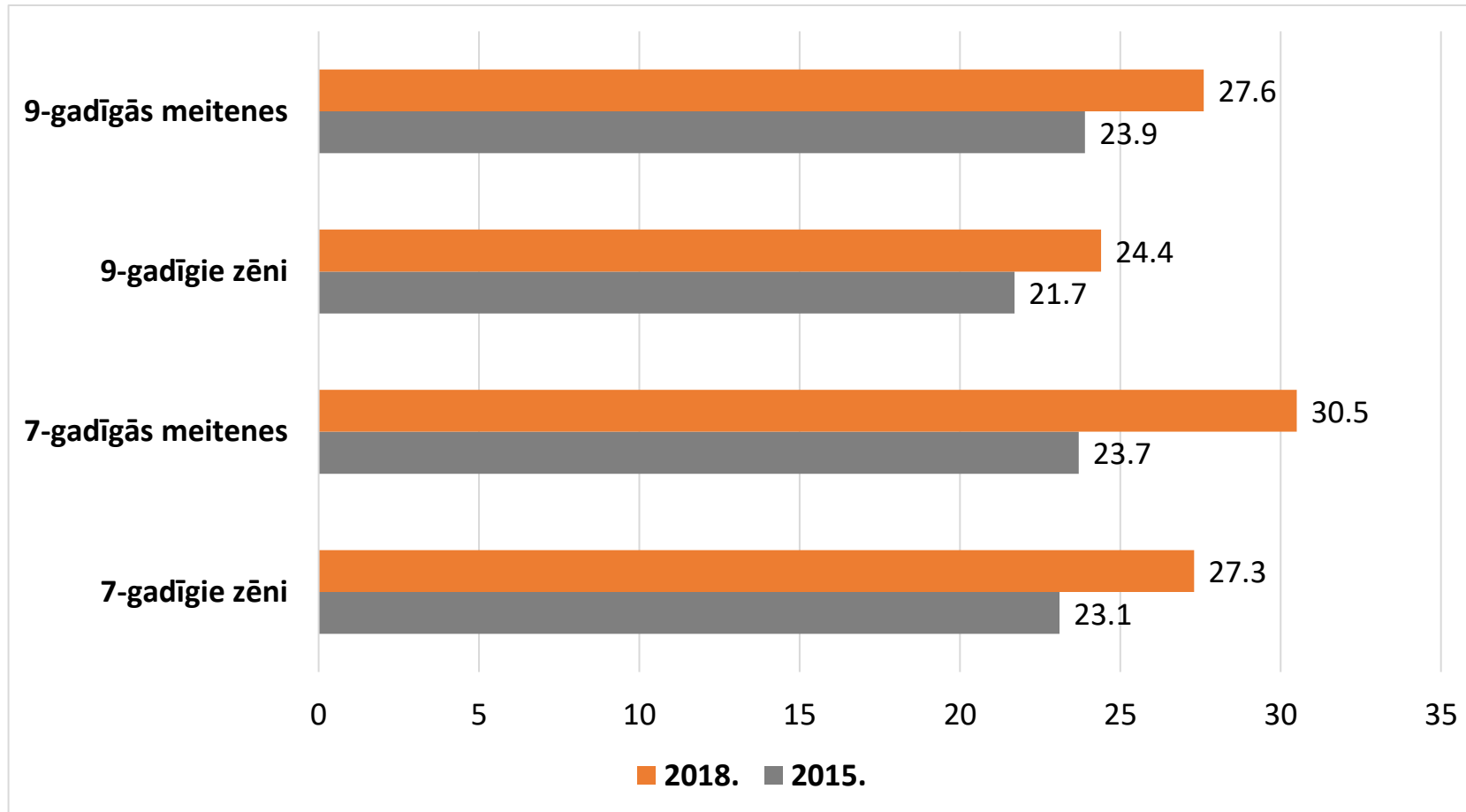
Fiziskās aktivitātes izplatība nedēļā brīvajā laikā, kad skolēni apmeklē sporta un/vai deju nodarbības (%), 2015.-2018.





Slimību profilakses un
kontrolē centrs

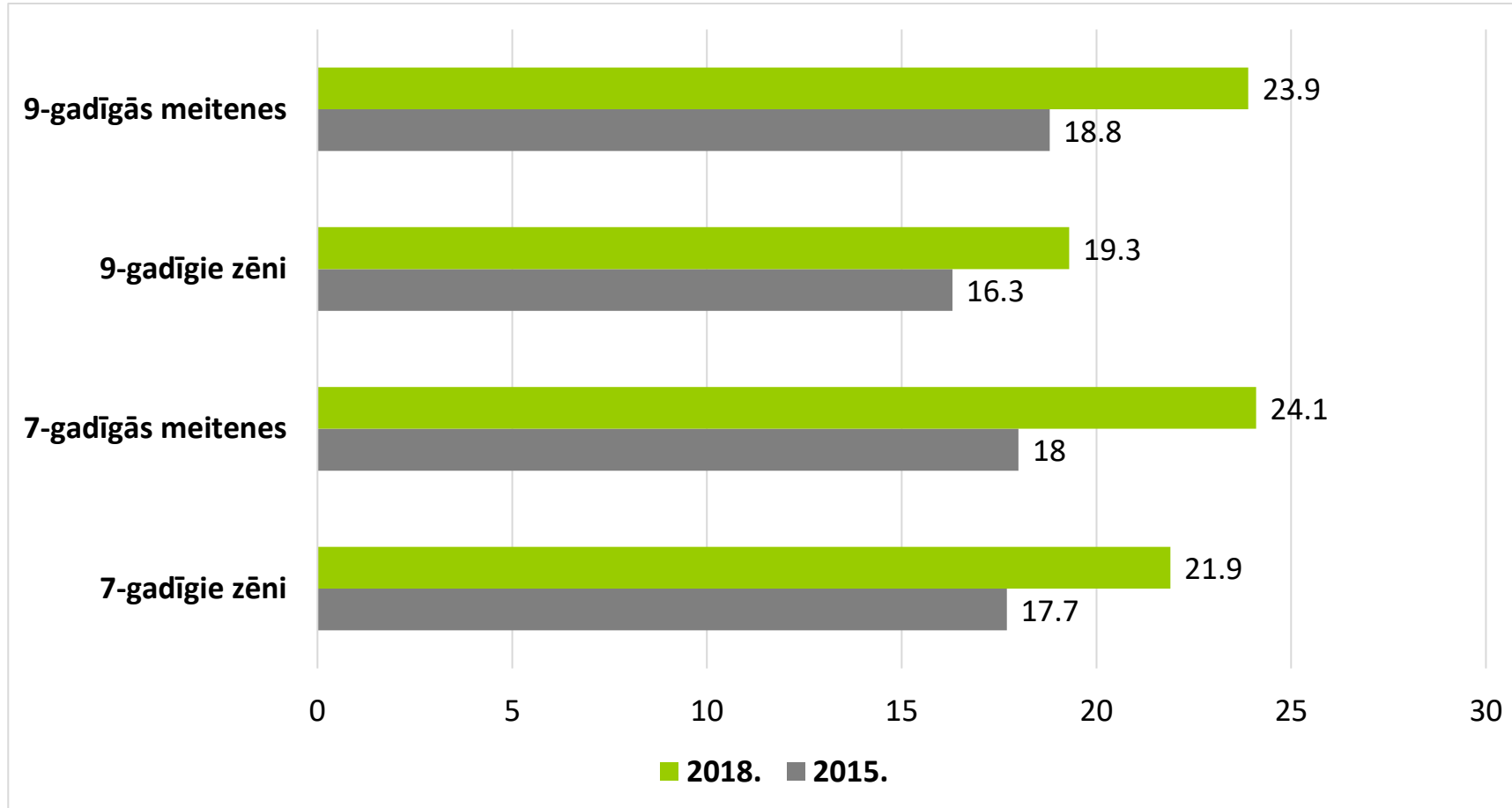
Svaigu augļu lietošana uzturā katru dienu, dzimuma un vecuma grupās (%), 2015.-2018.





Slimību profilakses un
kontrolē centrs

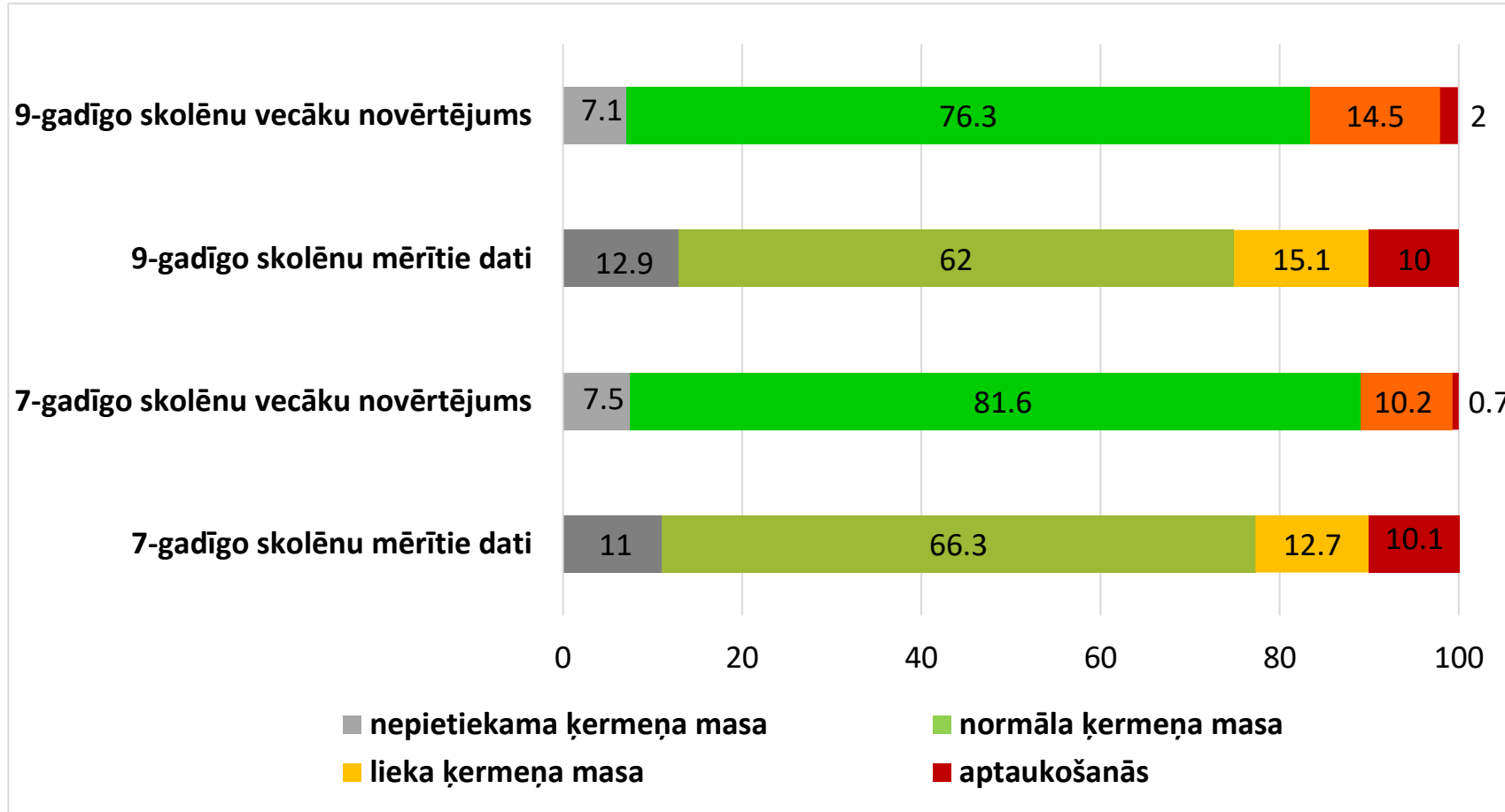
Svaigu dārzeņu lietošana uzturā katru dienu, dzimuma un vecuma grupās (%), 2015.-2018.





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Vecāku viedoklis par viņu bērnu ķermeņa svaru salīdzinājumā ar mērīto antropometrisko datu KMI novērtējumu, 7-gadīgajiem un 9-gadīgajiem skolēniem (%), 2018.





Slimību profilakses un
kontrolē centrs



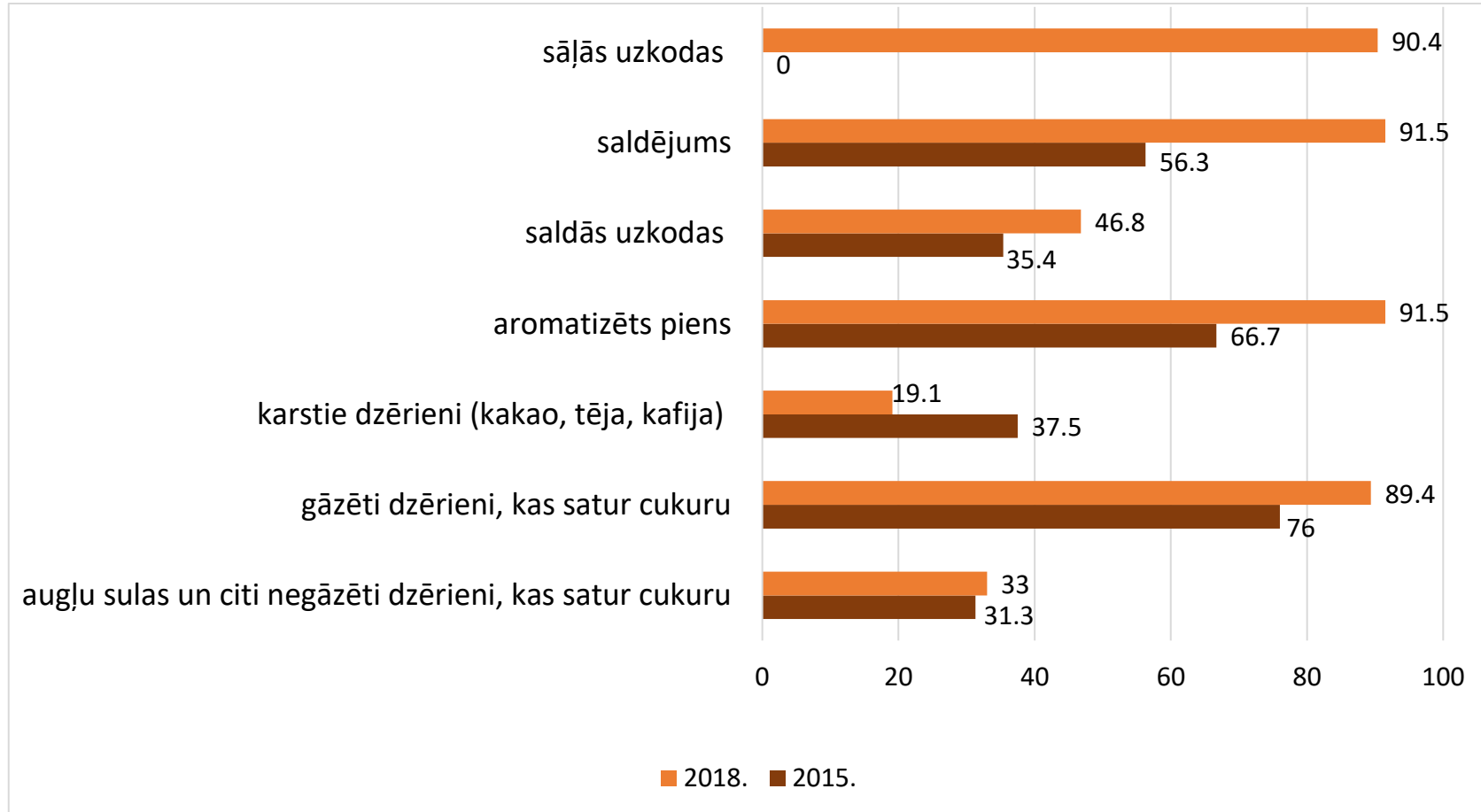
**Skolu vides atbilstība veselīgu
paradumu veicināšanai skolēniem**

Skolu administrācijas anketas dati



Slimību profilakses un
kontroles centrs

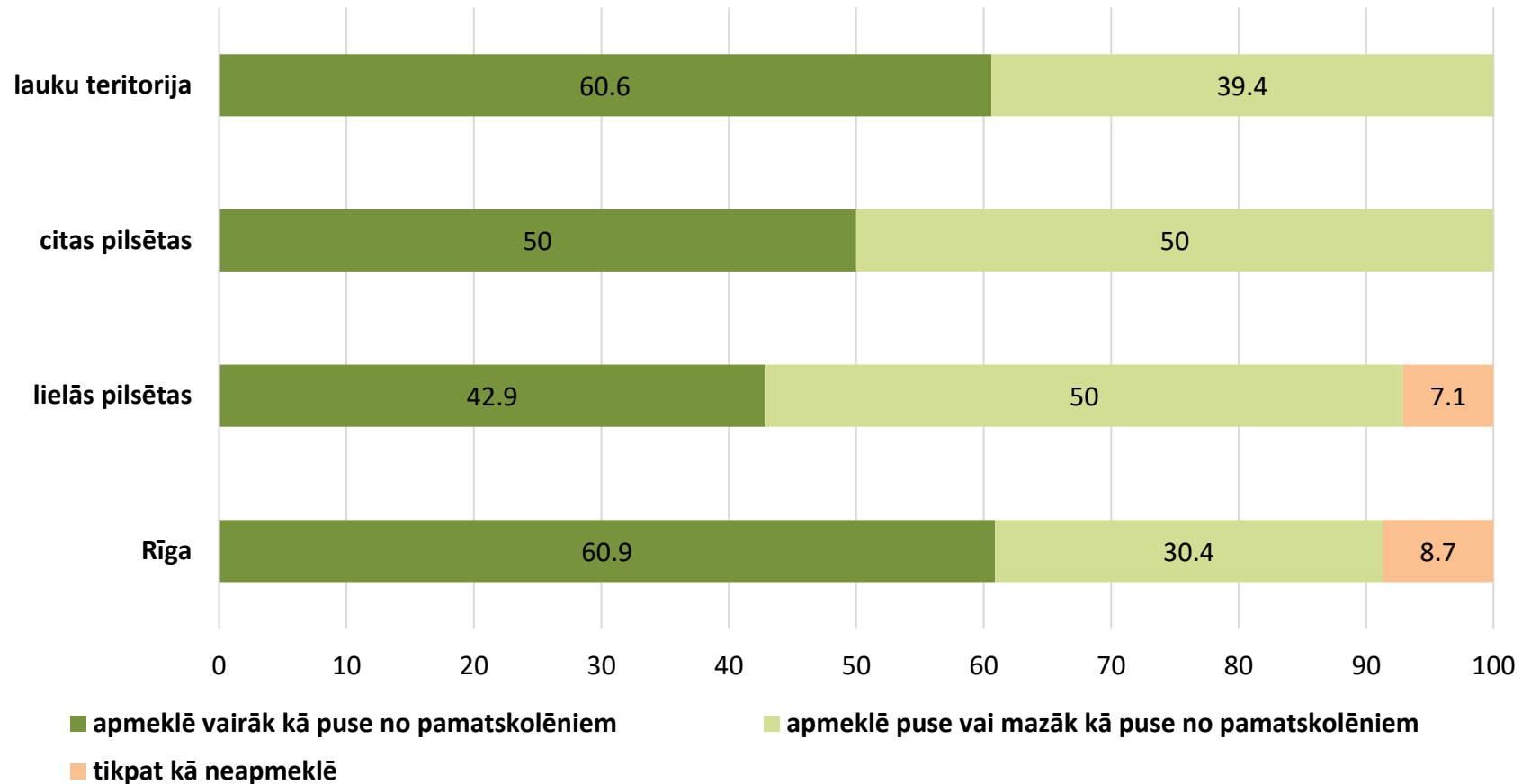
Pārtikas produkti un dzērieni, kuri nav pieejami skolā (skolas ēdnīcā, kafejnīcā/veikalā, preču pārdošanas automātos) (%), 2015. - 2018.





Slimību profilakses un
kontroles centrs

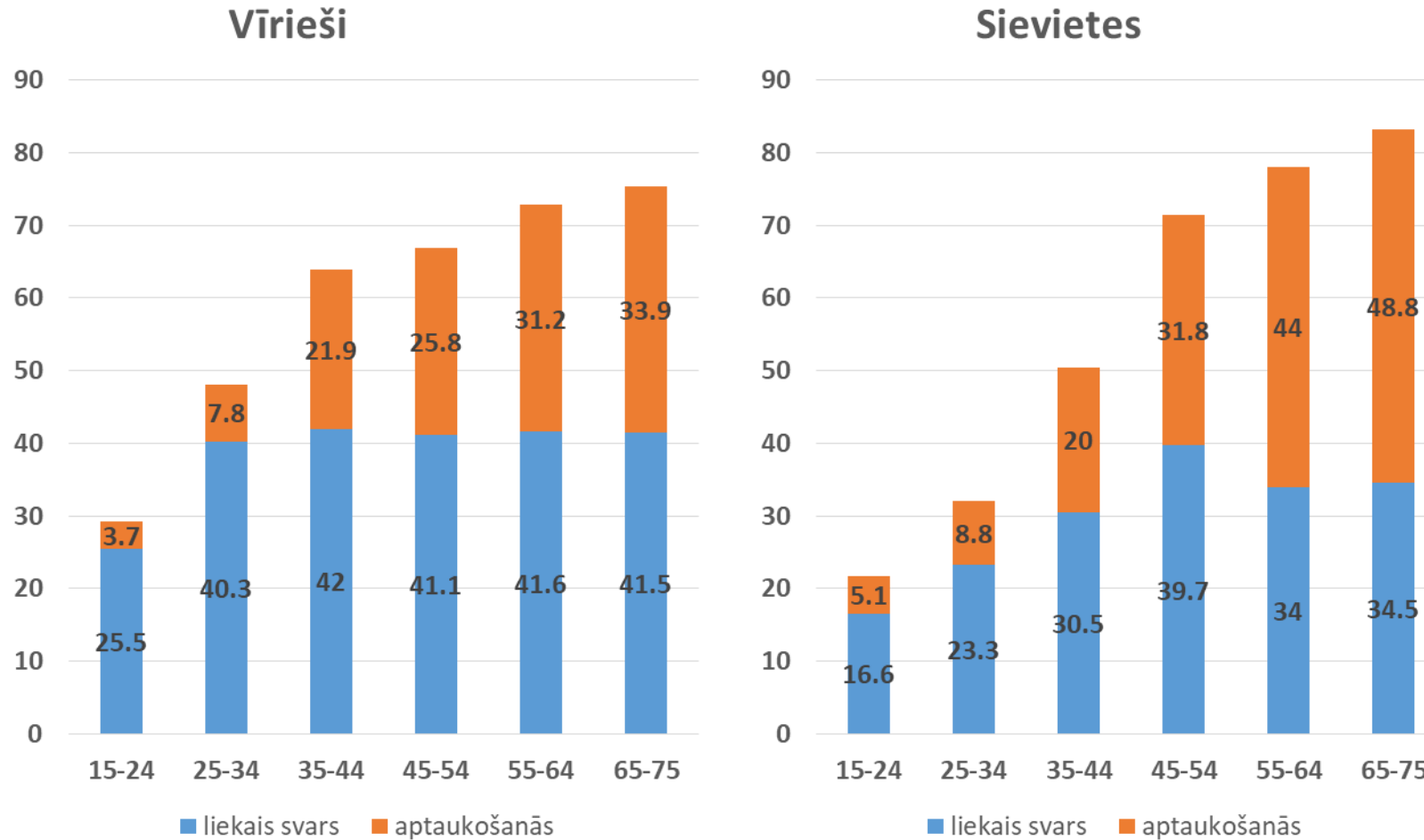
Skolās organizēto sporta/fizisko aktivitāšu pulciņu apmeklētības īpatsvars pamatskolas skolēniem pēc skolas atrašanās vietas (%), 2018.



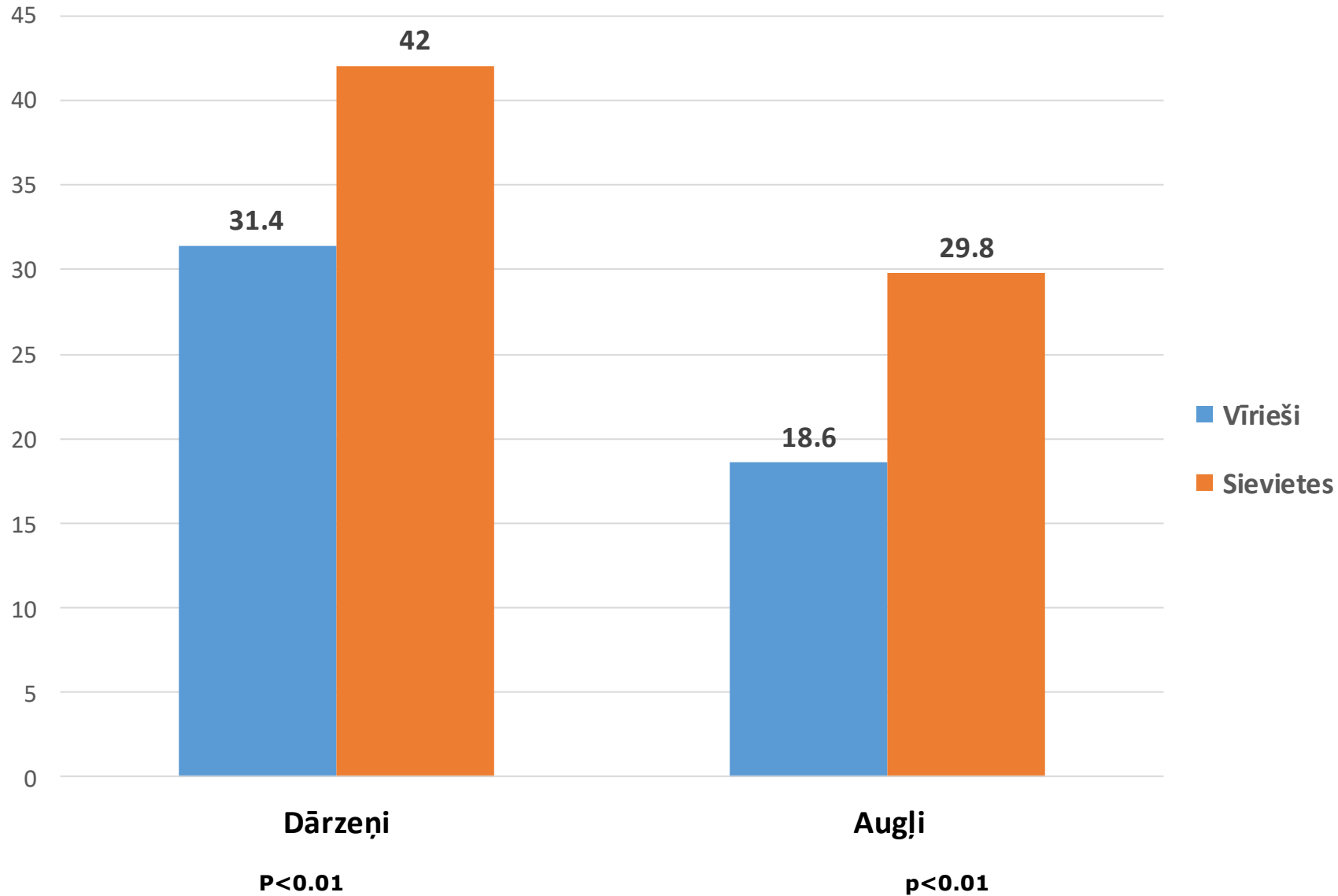
Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījuma 2018.gada aptauja

- Pētījuma atlase 3503 Latvijas iedzīvotāji 15 – 74 gadu vecumā
- Atlase tika stratificēta pēc dzimuma, vecuma, dzīvesvietas un tautības
- Dati tika vākti iedzīvotāju dzīvesvietās standartizētās intervijās 2018.gada aprīlī – jūlijā
- ["Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums 2018" I un II daļa](#)

Liekā svara un aptaukošanās izplatība dzimuma un vecuma grupās 2018. (%)

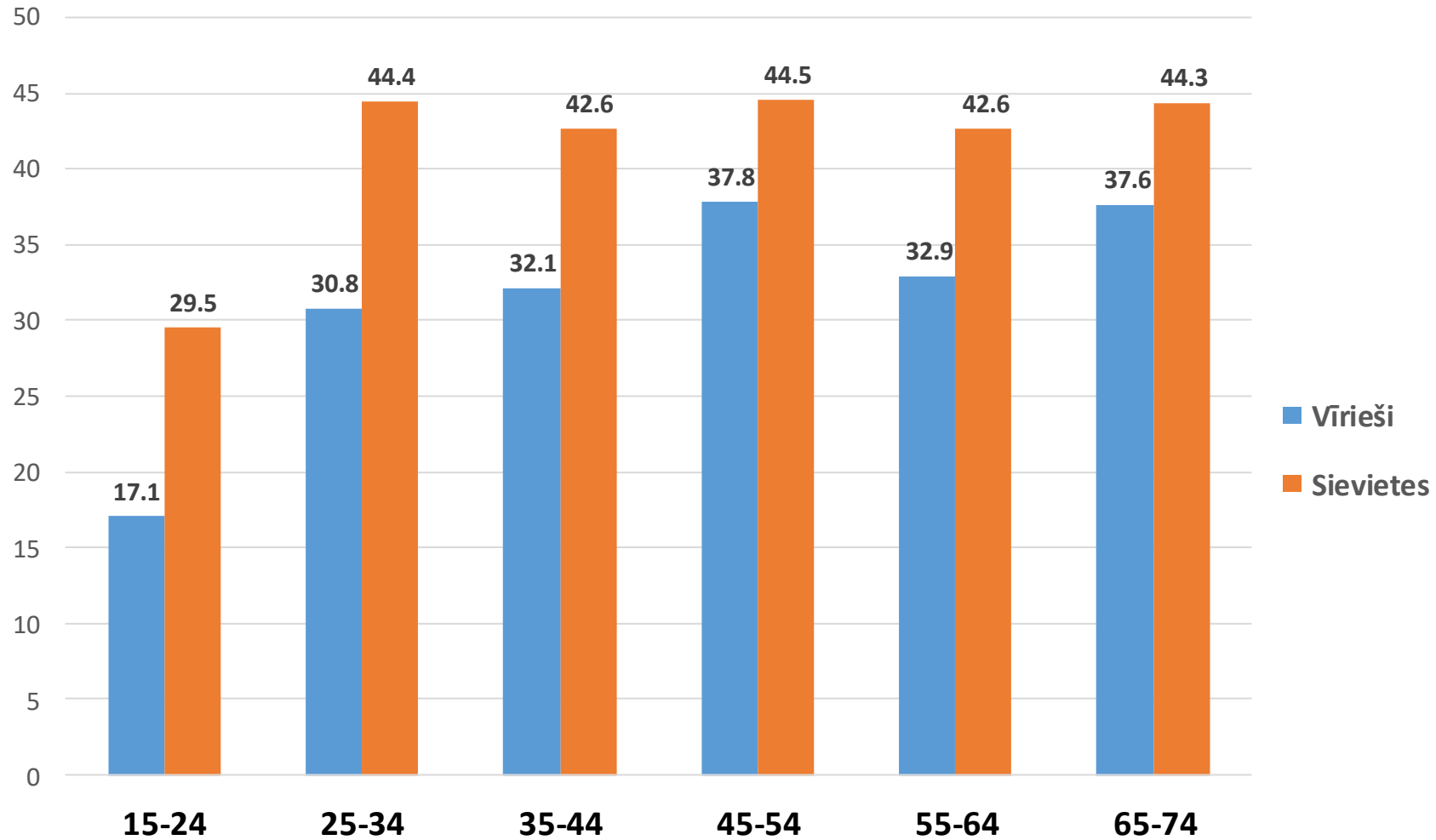


Ikdienas dārzeņu un augļu patēriņš dzimuma grupās 2018. (%)

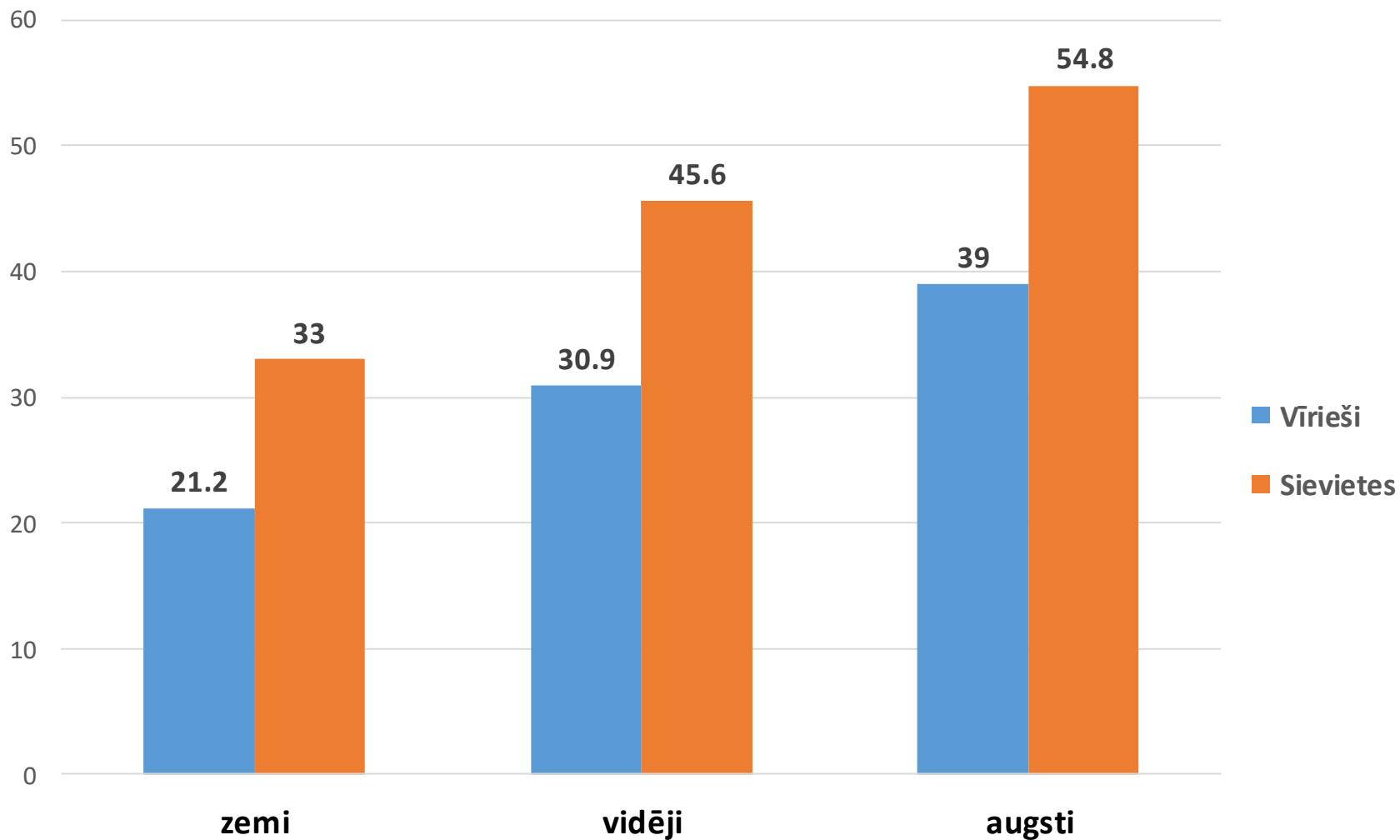




Ikdienas dārzeņu patēriņš dzimuma un vecuma grupās 2018. (%)



Ikdienas dārzeņu patēriņš ieņēmuma grupās 2018.(%)

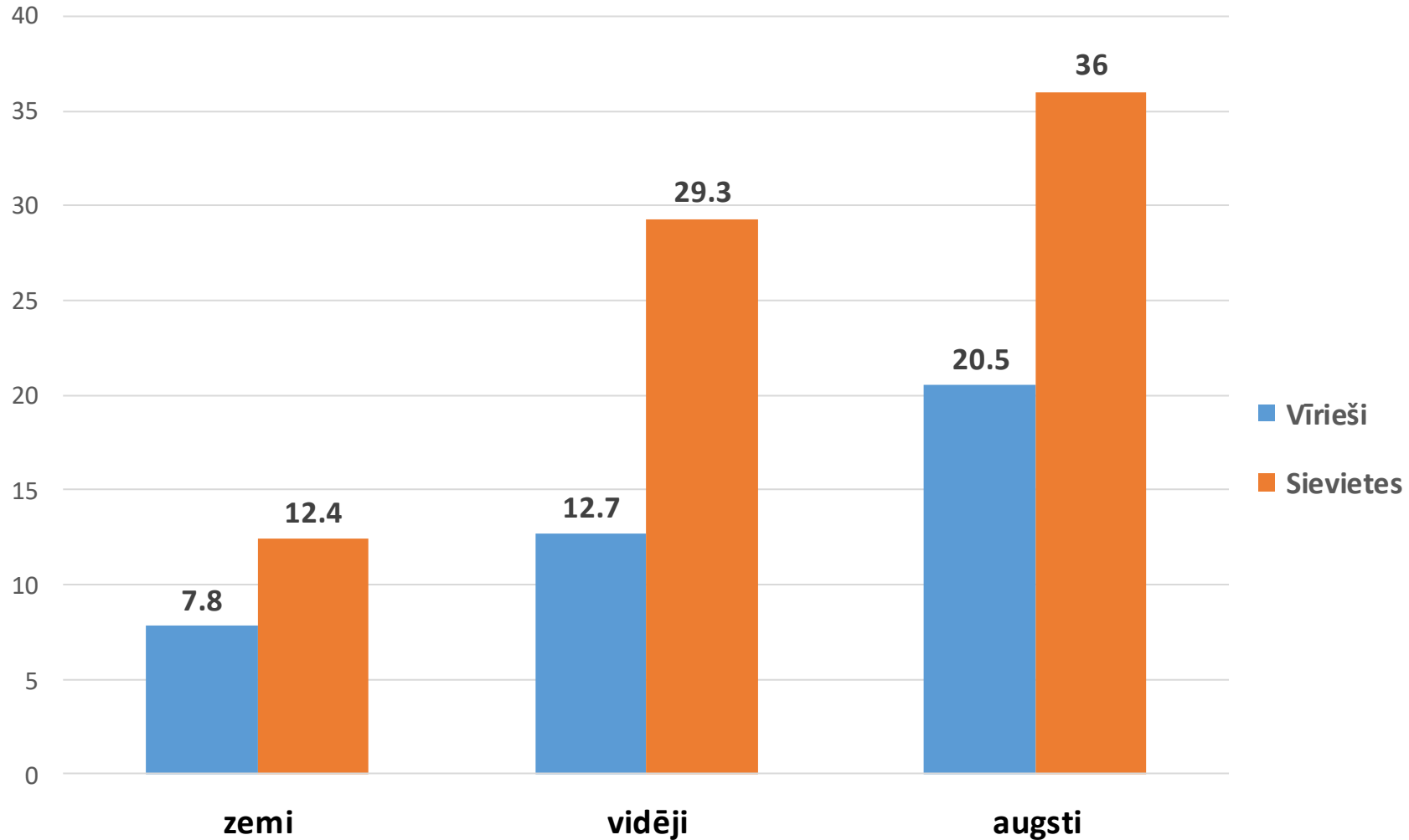


V $p < 0.05$

S $p < 0.001$



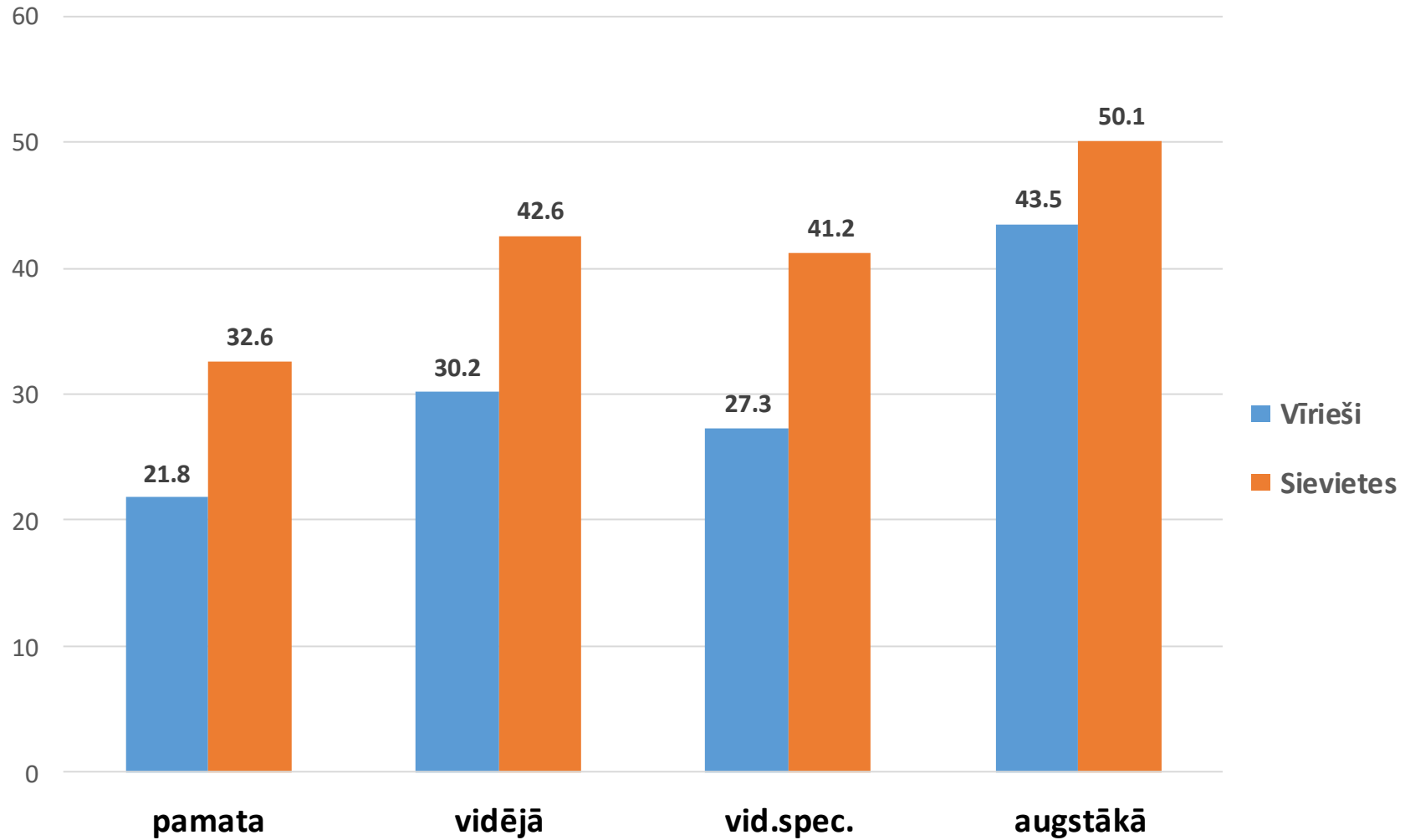
Ikdienas augļu patēriņš ieņēmuma grupās 2018. (%)



$p < 0.001$



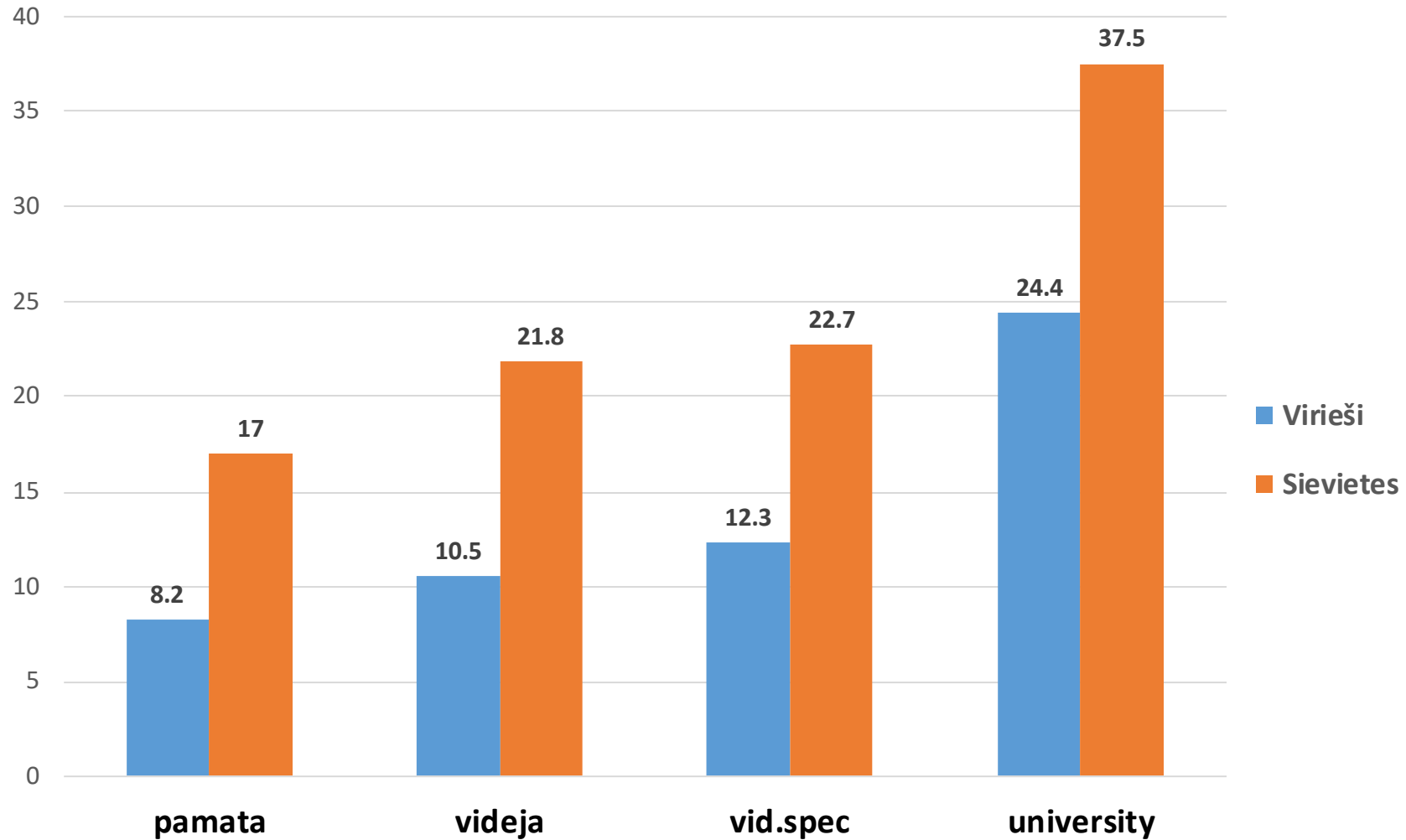
Ikdienas dārzeņu patēriņš izglītības grupās 2018. (%)



$p < 0.001$

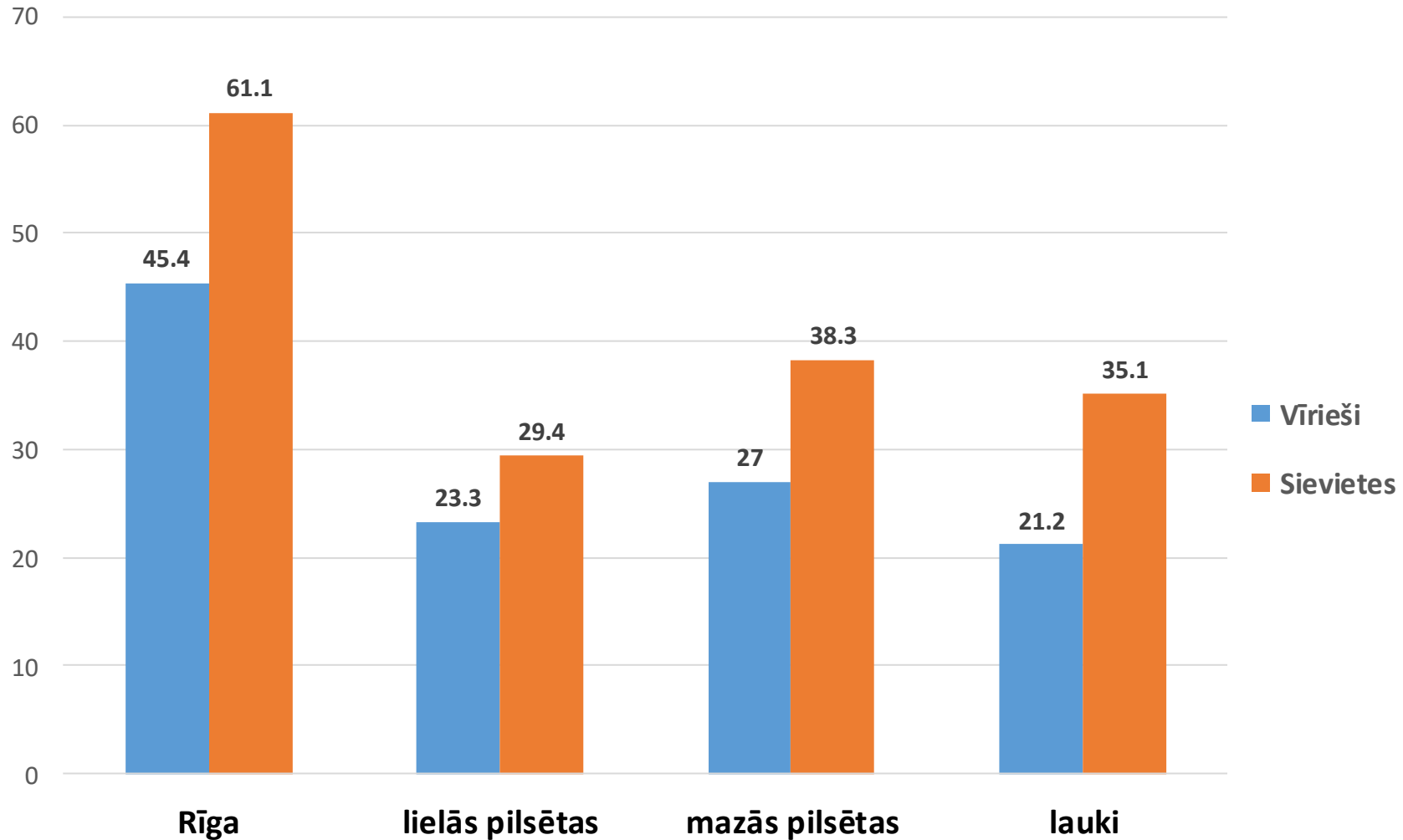


Ikdienas augļu patēriņš izglītības grupās 2018. (%)



$p < 0.001$

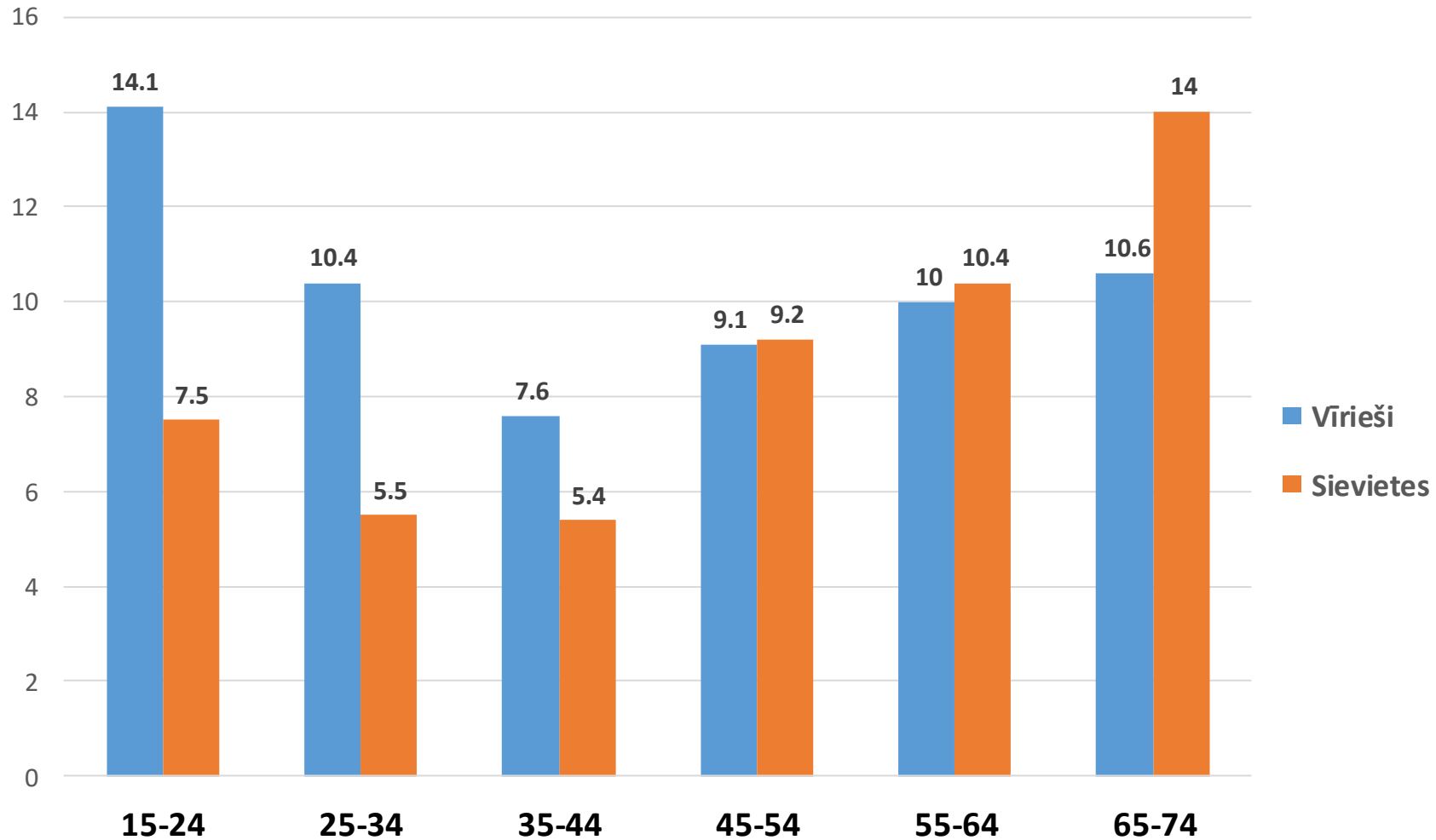
Ikdienas dārzeņu patēriņš pēc urbanizācijas līmeņa 2018 (%)



$p < 0.001$

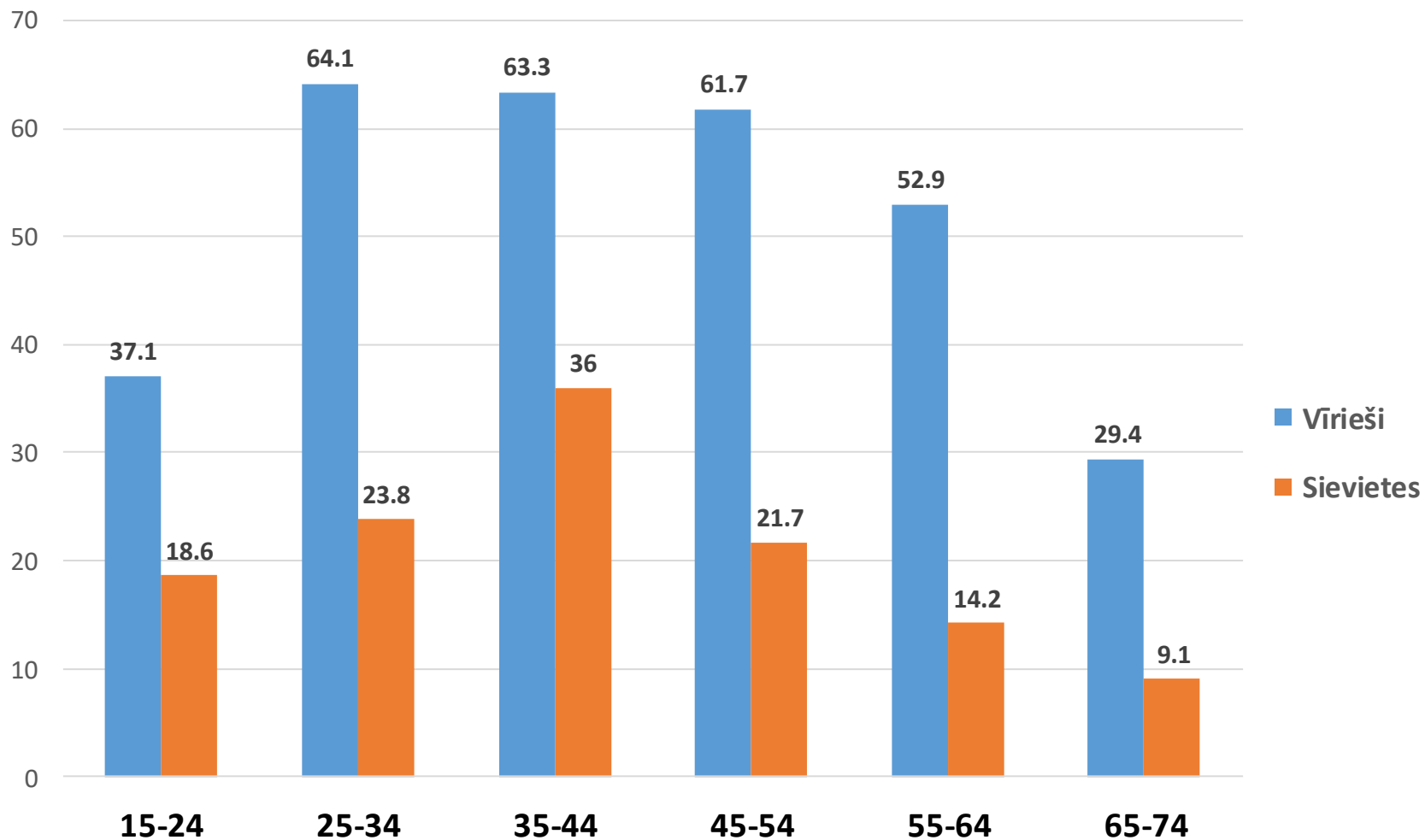


30 minūšu fiziskā aktivitāte vismaz 4 reizes nedēļā dzimuma un vecuma grupās 2018. (%)





6 alkohola devu lietošana vienā reizē dzimuma un vecuma grupās 2018. (%)



Secinājumi



Centre for Disease
Prevention and Control
Republic of Latvia

Novērotas nozīmīgas atšķirības uztura un citos paradumos dzimuma un sociāli-ekonomiskajās grupās:

- Sievietēm ir veselīgāki paradumi nekā vīriešiem
- Cilvēkiem ar augstāku izglītības un ienākumiem ir veselīgāki paradumi
- Fiziskā aktivitāte no darba brīvajā laikā ir ļoti zema visās populācijas grupās.

Attiecīgi veselības veicināšanas pasākumi jāveido, ievērojot mērķa grupu atšķirības.