

A magyar gyerekek negyede túlsúlyos és minden tizedik alultáplált

– ez derült ki az MDOSZ országos GYERE® Programjának friss tápláltsági állapotfelméréséből –

Budapest, 2022. július 11. – Országos lett a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének (MDOSZ) GYERE® – Gyermek Egészsége Programja, ami az Auchan Alapítvány támogatásából 24 hazai település általános iskolájában indult el. A programban több mint 5000 általános iskolás vesz részt, közülük a 6-12 éves korosztályban végeztek tápláltsági állapotfelmérést a dietetikusok április-május folyamán. Ebből az derült ki, hogy minden ötödik gyermek kismértékben túlsúlyos, a gyermekek 7%-a pedig elhízott, de nagyon jelentős az alultápláltak aránya is, ez minden tizedik gyermeket érint. A vizsgált korosztály alig kétharmada tartozik csak a normál tápláltságúak közé.

Az MDOSZ digitálissá vált és országos kiterjesztésű GYERE® Programja hatásosság-vizsgálatának első felmérése az ország három nagy régiójának kilenc településére terjedt ki, amelyben összesen 1264 gyermeket vizsgáltak önkéntes alapon, szülői beleegyezéssel. A települések egy-egy általános iskolájában mérték fel a 6-12 éves gyermekek tápláltsági állapotát a gyermekek nemének, életkorának, testtömegének és testmagasságának rögzítésével.

A testtömeg-index (BMI) alakulása életkor és nem szerint az ismert biológiai törvényszerűséget mutatta: gyermekkorban a BMI értéke az életkorral nő, tükrözve a fejlődés-növekedés során bekövetkező testarány-változásokat, továbbá serdülőkor előtt a fiúk és lányok testtömeg-indexében általában nincs jelentős eltérés. A régiók között sincs szignifikáns különbség a tápláltsági kategóriákat tekintve. Tendenciaként azért elmondható, hogy a közép-magyarországi régióban a legmagasabb a normál tápláltsági állapotú gyermek aránya.

Ami igazán aggasztó, az az, hogy a teljes mintában alig kétharmad (64,2%) a normál tápláltságúak aránya. Majdnem minden ötödik gyermek kismértékben túlsúlyos (18,0%), míg elhízottnak tekinthető 7,1%-uk. Összességében tehát a vizsgált gyermekek mintegy negyede súlyfölséggel küzd. Ezzel párhuzamosan az alultápláltak hányada sem elhanyagolható, hozzávetőlegesen minden tizedik gyermek ebbe a kategóriába sorolható (10,7%). A nemek és korcsoportok között nincs szignifikáns eltérés, az azonban látható, hogy az idősebb fiúknál (10-12 évesek) nagyobb arányban fordulnak elő súlyfölséggel rendelkezők, a legidősebbek körében pedig kiemelkedően magas az elhízottak aránya.

Beavatkozást sürget az is, hogy a II. Országos Növekedésvizsgálat (Bodzsár és Zsákai, 2012) eredményeivel összehasonlítva a fiúknál és a lányoknál is magasabbak a mai 6-12 évesek gyermekek átlagértékei, mint tíz évvel ezelőtt, a tendencia tehát nem javult, hanem romlott. A különbségek korcsoporttól függően kb. 1,2–2,3 kg/m² között mozognak. A lányoknál több korcsoportban is nagymértékű (2,0-2,3 kg/m² körüli) eltérést tapasztalható, míg a fiúknál csak a legidősebb – a 12 éves – korcsoportnál érte el a 2,0 kg/m² -es értéket a különbség.

A szakemberek ugyanakkor azt is megjegyzik, hogy a diagnózis, vagy kezelés megállapításánál természetesen nem elegendő kizárólag a közelítő BMI-értéket figyelembe venni. A felmérés céljainak azonban tökéletesen megfelel ez a módszer, mivel a hangsúly a változások követésén van, s ezeket megbízhatóan mérhetjük BMI-vel is. Jelen vizsgálati projekt elsődleges célja ugyanis az, hogy a GYERE Program végén az azonos módszertannal végrehajtott, ismételt felmérés korrekt összehasonlításon alapuló, releváns megállapításokkal szolgáljon. Összességében érdemes még egyszer kiemelni, hogy a tápláltsági állapotot tekintve ez a minta meglehetősen homogén, nincsenek jellegzetes nemi, életkori és regionális különbségek a tápláltsági arányszámokban.

„A mostani felmérésből is kiderül, hogy nem csak a felnőtt lakosságnál, hanem már a pubertás kor előtt álló gyermekeknél is súlyosak a tápláltságból adódó problémák. Ráadásul a tendencia az elmúlt évtized távlatában nemhogy javult volna, hanem romlott. Nyilván erre a COVID is rátett egy lapáttal, de alapvetően a lakosság egy jelentős hányada nem étkezik helyesen. Ezért is létfontosságú, hogy most az Auchan Alapítvány támogatásából 24 település 5000 diákjához eljuthatunk a másfél éves edukációs GYERE programunkkal. Ettől rövid és hosszú távon is várok eredményeket, bízom benne, hogy a gyerekek a hazavitt tudással a családjuk étkezési szokásait is befolyásolni tudják, illetve később, a saját önálló életükben már egy korszerűbb és egészségesebb étrendet alakítanak ki” – mondta Szűcs Zsuzsanna az MDOSZ elnöke.