



افراط در تماشای تلویزیون و بازی‌های رایانه‌ای از عوامل موثر در بروز چاقی کودکان است

در قالب یک پایان نامه مشخص شد: تماشای تلویزیون و بازی‌های رایانه‌ای در دراز مدت، مصرف شام به عنوان وعده اصلی غذا و استفاده بیش از حد از غذاهای آماده از عوامل موثر در افزایش نمایه توده چربی بدن به عنوان یکی از شاخص‌های چاقی در کودکان است...

در قالب یک پایان نامه مشخص شد: تماشای تلویزیون و بازی‌های رایانه‌ای در دراز مدت، مصرف شام به عنوان وعده اصلی غذا و استفاده بیش از حد از غذاهای آماده از عوامل موثر در افزایش نمایه توده چربی بدن به عنوان یکی از شاخص‌های چاقی در کودکان است.

سیده بهناز بهبانی، دانش‌آموخته علوم پزشکی در تغذیه از دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران در قالب پایان نامه کارشناسی ارشد وضعیت چاقی را بر اساس نمایه توده بدنی و توده چربی بدن (FML) و (BML) و کارایی آن در تعیین چاقی کودکان بررسی کرد.

در مرحله اول این بررسی به صورت مقطعی در دو مرحله بر روی ۱۸۰۰ کودک دبستانی ۶-۱۱ ساله سبزواری انجام شد در این کودکان ضخامت چین پوستی در ناحیه عضله بازو و وزن اندازه‌گیری شدند.

شاخص توده چربی بدن مساوی با بیشتر از صدک ۹۰ در این بررسی به عنوان چاقی واقعی در نظر گرفته شد از طرف دیگر شاخص توده بدنی مساوی یا بیشتر از صدک ۹۵ و مساوی یا بیشتر در صدک ۸۵ و کمتر از صدک ۹۵ استاندارد CD000 به ترتیب به عنوان چاقی و اضافه وزن تعریف شدند.

نتایج آماری نشان می‌دهد: بر اساس نمایه توده بدنی به ترتیب ۴/۸ و ۷/۹ درصد کودکان چاق و دارای اضافه وزن بودند. یافته‌های این مطالعه حاکی است رتبه تولد، مدت تماشای تلویزیون و یا بازی‌های رایانه‌ای، شاخص توده بدنی مادر، مصرف شام به عنوان وعده اصلی و خوردن غذای پر حجم، خوردن غذای بیرون، پفک، دریافت روزانه انرژی و درشت مغذی‌ها به ازای هر کیلو گرم وزن بدن به طور معکوس با شاخص توده چربی بدن ارتباط داشتند.

همچنین میان سن، جنس، فصل تولد، وزن هنگام تولد، سن شروع غذای کمکی، مدت تغذیه با شیر مادر، سن مادر در زمان بارداری، وضعیت اقتصادی، شغل والدین، دفعات مصرف شیر، آب میوه طبیعی، بستنی، شکلات در ماه و درصد انرژی دریافتی روزانه از پروتئین با FML ارتباطی مشاهده نشد.