

## PRACE ORYGINALNE • ORIGINAL PAPERS

## Świadomość posiadania nadwagi pierwszym krokiem w zapobieganiu otyłości i jej powikłaniom

### Awareness of being overweight is the first step to avoid obesity and its complications

ZOFIA BABIŃSKA<sup>A, B, D-F</sup>, PIOTR BANDOSZ<sup>B, C</sup>, BARTOSZ G. TRZECIAK<sup>B</sup>, MAŁGORZATA PIETRZYKOWSKA<sup>B</sup>, MAJA DŁONIAK<sup>B</sup>, PIOTR GUTKNECHT<sup>B</sup>, BARBARA TRZECIAK<sup>C, D</sup>, JANUSZ SIEBERT<sup>A, D, E, G</sup>

Międzyuczelniane Uniwersyteckie Centrum Kardiologii, Katedra Medycyny Rodzinnej Akademii Medycznej w Gdańsku

Kierownik: dr hab. med. Janusz Siebert, prof. nadzw. AM

A – przygotowanie projektu badania, B – zbieranie danych, C – analiza statystyczna, D – interpretacja danych, E – przygotowanie maszynopisu, F – opracowanie piśmiennictwa, G – pozyskanie funduszy

**Streszczenie** **Wstęp.** W ostatnim dwudziestolecu obserwuje się niepokojący wzrost częstości występowania nadwagi i otyłości na całym świecie. Istotnym elementem profilaktyki zapobiegającej dalszemu nadmiernemu rozpowszechnieniu nadwagi i otyłości jest uświadomienie osobom najbardziej zagrożonym posiadania tych zaburzeń.

**Cel pracy.** Niniejsza praca ma na celu ocenę świadomości mieszkańców wsi na temat nadwagi.

**Materiał i metody.** Badaniem objęto 385 dorosłych mieszkańców wsi Kiełpino w województwie pomorskim, objętej programem profilaktyki chorób sercowo-naczyniowych. Badanie przeprowadzono u 385 dorosłych osób, 247 kobiet i 138 mężczyzn, w wieku od 18 do 90 lat (średnia wieku 50,2±15,5). Badanym zadawano pytanie o odczucie masy ciała. Uzyskane odpowiedzi odniesiono do rzeczywistych pomiarów antropometrycznych i przeanalizowano w zależności od parametrów demograficznych, takich jak: wiek, płeć i wykształcenie.

**Wyniki.** Masę ciała jako nadwagę lub otyłość oceniało 54,2% badanych na podstawie kwestionariusza samooceny. U tych samych osób podwyższone wartości BMI  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup> obserwowano u 71,6% badanych metodą antropometryczną.

**Wnioski.** Świadomość otyłości jest niższa niż jej rzeczywiste rozpowszechnienie w populacji wiejskiej.

**Słowa kluczowe:** świadomość, nadwaga, otyłość, profilaktyka.

**Summary** **Background.** In the last decade an alarming increase in prevalence of overweight and obesity was observed all over the world. Awareness of being overweight or obese is one of the most important elements of the therapy.

**Objectives.** Assessing the level of awareness of being overweight or obese in the village population.

**Material and methods.** The 385 adult inhabitants, 247 women and 138 men, whose age ranged from 18 to 90 (mean 50.2±15.5 yr.) were examined by sociologic questionnaire method for description of overweight or obesity self sensitivity. Gathered data underwent statistical analysis according to sex and BMI, groups of age and education status.

**Results.** The self assessment of the overweight or obesity was confirmed by 54.2% examined persons compared to 71.6% with BMI  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup> in the anthropometric examination.

**Conclusions.** Small subgroups of obese inhabitants assess their body mass as overweight or obese.

**Key words:** awareness, overweight, obesity, prevention.

## Wstęp

Znaczny wzrost rozpowszechnienia nadwagi i otyłości na całym świecie oraz fakt, że zaburzenia te stanowią poważny czynnik ryzyka wielu chorób przewlekłych skłaniają do podjęcia przez lekarzy działań profilaktycznych mających na celu zahamowanie wzrostu, a następnie spadek częstości występowania nadwagi i otyłości w populacji całego kraju, a zwłaszcza w populacjach najbardziej dotkniętych tymi zaburzeniami [1–3].

Istotnym elementem działalności profilaktycznej mającej na celu zapobieganie nadwadze i otyłości jest przekazywanie w skali całej populacji lub osobom najbardziej zagrożonym wiedzy o prawidłowych parametrach antropometrycznych własnego ciała. Najczęściej stosowanymi parametrami są: wskaźnik masy ciała BMI oraz obwód w talii. Według zaleceń Europejskiego i Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego pomiary takie powinny być wykonywane u pacjentów przynajmniej raz w roku i odnotowywane w dokumentacji lekarskiej [4].

Pierwszym krokiem działań profilaktycznych jest uświadomienie posiadania nadwagi osobom, które nie dostrzegają tego problemu, a następnie włączenie działań profilaktycznych.

Celem pracy jest ocena świadomości posiadania nadwagi w populacji wiejskiej, badanej w ramach programu profilaktyki chorób sercowo-naczyniowych „Kielpino”.

## Materiał i metody

Badaniem objęto 385 dorosłych mieszkańców wsi Kielpino w województwie pomorskim, objętym programem profilaktyki chorób sercowo-naczyniowych. W trakcie wizyty lekarskiej, podczas zbierania wywiadu, badanym zadawano pytanie: *Czy ma Pan(i) nadwagę?* Następnie uzyskane odpowiedzi odniesiono do rzeczywistych pomiarów antropometrycznych i przeanalizowano w zależności od parametrów demograficznych, takich jak: wiek, płeć i wykształcenie.

## Wyniki

Na pytanie: *Czy ma Pan(i) nadwagę?* twierdząco odpowiedziało 54,2% badanych, a więc znacznie mniej niż osób w rzeczywistości posiadających nadwagę i otyłość. Podwyższone wartości BMI  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup> obserwowano u 71,6%. Kobiety (58,7%) znacznie częściej przyznawały się do nadwagi niż mężczyźni – 46,3%. Podwyższone BMI stwierdzono odpowiednio u 69,5% kobiet i 75,3% mężczyzn. Różnica między świadomością posiadania nadwagi a pomiarami antropometrycznymi u kobiet wynosiła 10,8 punktu procentowego, natomiast u mężczyzn była blisko trzykrotnie wyższa i wynosiła 29 punktów procentowych.

Wśród osób mających nadwagę tylko 52,4% przyznało, że ją posiada, wśród osób otyłych odse-

tek osób świadomych własnej nadwagi wzrósł do 90%, natomiast osoby z otyłością patologiczną w 100% przyznały się do posiadania nadwagi.

Bardziej świadome posiadania nadwagi były osoby młode, do 44 r.ż. Znajomość własnej nadwagi pogarszała się wraz ze wzrostem wieku badanych i była najmniejsza powyżej 64 r.ż.

Również poziom wykształcenia wpływał na świadomość posiadania nadwagi. Osoby z wykształceniem średnim i wyższym częściej przyznawały się do posiadania nadwagi niż osoby z wykształceniem podstawowym i zawodowym.

## Dyskusja

Nie jest bez znaczenia, że ocena świadomości posiadania nadwagi przeprowadzona była w populacji wiejskiej. Badania epidemiologiczne wskazują na większe rozpowszechnienie nadwagi i otyłości właśnie na wsi [5, 6].

W ostatnich latach, w badanych subpopulacjach dorosłych Polaków, pomimo realizowanych programów prewencyjnych oraz mody na szczupłą sylwetkę ciała, propagowanej w pismach kobiecych, radiu i telewizji, nadal stwierdza się wzrost częstości występowania nadwagi i otyłości. Przyczyny tego zjawiska należy upatrywać w zbyt niskiej świadomości posiadania nieprawidłowych parametrów antropometrycznych. Dlatego też pierwszym krokiem w walce z nadwagą i otyłością powinno być uświadomienie faktu posiadania tych zaburzeń i ich roli w rozwoju wielu chorób, a kolejnym wdrożenie programów prewencyjnych i leczenia.

Podsumowując, nasze badanie pokazało, że świadomość posiadania nadwagi w populacji wiejskiej jest ciągle niewystarczająca, co wskazuje na konieczność wprowadzenia działań profilaktycznych ukierunkowanych na mieszkańców wsi, a zwłaszcza mężczyzn, osoby gorzej wykształcone i starsze.

## Piśmiennictwo

1. The European Health Report 2002. WHO Regional Office for Europe. Copenhagen. WHO Regional Publications, European Series, No. 97.
2. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of WHO Consultation presented at: the World Health Organization. June 3–5, 1997. Geneva, Switzerland.
3. Zdrojewski T, Babińska Z, Bandosz P, Wyrzykowski B. Epidemiologia otyłości i otyłości brzusznej w Polsce, Europie Zachodniej i USA. *Kardiologia Praktyczna* 2004; 3: 3–7.
4. WHO Expert Committee. Physical Status: the use and interpretation of anthropometry; report of WHO Expert Committee. Geneva: World Health Organization; 1995. WHO Technical Report Series: 312–340.
5. Babińska Z, Zdrojewski T, Krupa-Wojciechowska B, Wyrzykowski B. Rozpowszechnienie nadwagi, otyłości i otyłości brzusznej w badaniu reprezentatywnej grupy dorosłych Polaków w 2002 r. – NATPOL PLUS. *Pol Med Rodz* 2004; 3.
6. Babińska Z, Zdrojewski T, Babicz-Zielińska E i wsp. Nadwaga i otyłość oraz świadomość własnej nadwagi u dorosłych Polaków w 1997 roku – ocena za pomocą sondażu reprezentatywnego. *Czyn Ryz* 1998; 4: 41–49.

Adres do korespondencji:  
Lek. med. Zofia Babińska  
Katedra Medycyny Rodzinnej AM  
ul. Dębinki 2  
80-211 Gdańsk  
Tel.: (058) 349-15-80  
E-mail: zbab@amg.gda.pl

Praca wpłynęła do Redakcji: 30.06.2006 r.

Po recenzji: 4.07.2006 r.

Zaakceptowano do druku: 6.07.2006 r.