

## **Meedia informatsioon**

18. oktoober 2012

### **Kas varateismeliste puhul mängib perekond kaalu säilitamisel otsustavat osa?**

Selle küsimusega tegeleb Euroopa Komisjoni poolt rahastatav ja kaheksas Euroopa riigis toimuv I.Family uuring, mis tugineb rohkem kui 16 000 last hõlmavale IDEFICS valimile.

Euroopa Komisjoni poolt finantseeritud IDEFICS uuring on näidanud, et alla 10-aastastel lastel, kes söövad regulaarselt koos perekonnaga, kellele meeldib olla oma normaalselt toimivas kodus ning kes kogevad kodust heaolutunnet, on ülekaalulisuse või rasvumise risk 50% väiksem.

Need olulised uuringutulemused, mis näitavad perekonnaelu tähtsust, avaldati äsjasel Euroopa Lapsea Rasvumise Grupi (*European Childhood Obesity Group (ECOG)*) kongressil Palma de Mallorcas.

Kas see olukord jätkub ka varateismelise eas, mil laps ei ole veel päris teismelise ikka jõudnud, kuid tema ellu tuleb juba rohkem mõjutusi väljastpoolt? See on üks olulisi küsimusi, mida I.Family lähemalt uurib.

Iris Pigeot, nii IDEFICS kui ka I.Family asekoordinaator, Saksamaal Bremenis asuva BIPS'i biomeetria ja epidemioloogiliste meetodite professor, ütles ECOG kongressil: „Alla 10 aasta vanuste laste puhul, kes on seotud perekonnaga – eriti siis, kui nad söövad koos perekonnaga – ja tajuvad heaolutunnet, on ülekaalulisuse või rasvumise risk poole võrra väiksem. Soe ja toetav perekondlik õhkkond on samuti olulise tähtsusega tervisliku kehakaalu säilitamisel. Seda silmatorkavat ja olulist mõju kinnitavad meie 16 000 last ja kaheksat Euroopa riiki hõlmaval valimil põhinevad IDEFICS andmed.”

Pigeot jätkas: “I.Family uuringus jälgime nüüd IDEFICS valimit kasutades, kui kaua kestab perekonna toetuse oluline osa varateismelise jaoks, kas selle rolli võtavad üle lapse eakaaslased ning kas muud tegurid nagu keskkond, omavad kasvavat mõju.”

IDEFICS uuring näitas selgelt, et lapse emotsionaalne heaolu, tema enesehinnang, suhted perekonnas ning sotsiaalsed kontaktid on olulisteks teguriteks tervisliku kehakaalu säilitamisel. I.Family püüab välja selgitada, kui kaua kestab perekonna oluline osa Euroopa varateismeliste toetamisel võitluses rasvumisega.

### **Uuringu taust**

- I.Family uuringut, mis kestab märtsist 2012 kuni veebruarini 2017, finantseeritakse Euroopa Komisjoni poolt 7. Raamprogrammi teadmispõhise bio-majanduse (KBBE) raames programmi „Toit, Põllumajandus ja Biotehnoloogia“ alt.
- Projektis osaleb 17 partnerit 11 riigist, kasutades kaheksa Euroopa riigi – Saksamaa, Itaalia, Rootsi, Ungari, Küprose, Eesti, Hispaania ja Belgia – valimeid.
- Uuringul on kaks strateegilist eesmärki:
  - selgitada välja tervislikku toiduvalikut soodustavate ja takistavate tegurite vastastikune mõju,
  - arendada ja levitada strateegiaid Euroopa tarbijate, eriti noorte ja nende vanemate tervisliku toitumise edendamiseks.
- I.Family hindab uuesti neid perekondi, kes osalesid IDEFICS uuringus, kui laste vanus oli alla 10 aasta. Nüüd on lapsed jõudnud varateismelise ikka. Selgitatakse välja perekonnad, kes on omandanud tervislikud toitumisharjumused, eristades need neist, kes seda teinud ei ole. I.Family kasutab kompleksset lähenemist uurides ka bioloogilisi, käitumuslikke, sotsiaalseid ja keskkonnaga seotud tegureid, mis avaldavad mõju toitumisharjumustele laste sirgumisel täiskasvanuteks.