

SVEIKATOS MOKYMO IR LIGŲ PREVENCIJOS CENTRAS

Suaugusių ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių bei žinių apie mitybą ir fizinį aktyvumą **tyrimas**
(2019/2020 m.)

V dalis.

**Suaugusių ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų
KŪNO MASĖS INDEKSO (KMI) tyrimo ATASKAITA, 2021**

Ataskaitą PARENGĖ:

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Mitybos ir fizinio aktyvumo skyrius
(G. Bulotaitė, dr. R. Bartkevičiūtė, dr. A. Barzda, R. Miliauskė, V. Drungilas)

PADĖKA. Dėkojame savivaldybių visuomenės sveikatos biurų specialistams už geranoriškumą ir aktyvų dalyvavimą, atliekant Lietuvos suaugusių ir pagyvenusių gyventojų faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių bei žinių apie mitybą ir fizinį aktyvumą tyrimą.

Vilnius, 2021 m.

Turinys

1.	ĮVADAS.....	3
2.	TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI	3
2.1.	Tyrimo imtis ir metodika	3
2.2.	Statistinė duomenų analizė	3
3.	RESPONDENTŲ CHARAKTERISTIKA	4
4.	REZULTATAI.....	5
4.1.	Lietuvos gyventojų kūno masės indeksas (KMI)	5

1. ĮVADAS

Tyrimo tikslas – įvertinti suaugusių ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų ėmitimo būklę – kūno masės indeksą (KMI).

2. TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI

2.1. Tyrimo imtis ir metodika

Lietuvos suaugusių ir pagyvenusių gyventojų kūno masės indeksas buvo vertinamas 2019 m. rugsėjo–gruodžio mėnesiais vykusio sudėtinio Lietuvos suaugusių ir pagyvenusių gyventojų faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių bei žinių apie mitybą ir fizinį aktyvumą tyrimo metu. Tyrimo tikslinė populiacija – suaugę (19–64 m.) ir pagyvenę (65–75 m.) abiejų lyčių Lietuvos gyventojai. Tyrimą vykdė Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras (SMLPC) kartu su savivaldybių visuomenės sveikatos biurų specialistais.

Remiantis Lietuvos Respublikos Statistikos departamento pateiktais paskutiniojo šalies gyventojų visuotinio surašymo duomenimis apie bendrą gyventojų skaičių ir jų procentinį pasiskirstymą pagal demografinius požymius, buvo sudaryta atsitiktinė būtina tyrimui atlikti gyventojų imtis, reprezentuojanti suaugusius ir pagyvenusius Lietuvos gyventojus pagal lytį, amžių ir proporcingai gyventojų skaičiui kiekvienoje apskrityje. SMLPC parengė ir kiekvienam SVSB išsiuntė 2019 m. numatomų apklausti Lietuvos suaugusių ir pagyvenusių gyventojų skaičių kiekvienoje apskrityje pagal amžių, lytį ir gyvenamąją vietą.

Nustatant kūno masės indeksą (KMI) buvo vertinami respondentų antropometriniai rodikliai. Visi respondentai buvo matuojami ir sveriami: tiriamieji be batų, apsirengus drabužiais, skirtais būti kambario temperatūroje, buvo sveriami svarstyklėmis, jų ūgis matuojamas ūgio matuokliais. KMI buvo vertinamas pagal PSO rekomendacijas, apibūdinančias nepakankamą, normalią kūno masę, antsvorį ir nutukimą.

2.2. Statistinė duomenų analizė

Statistinė duomenų analizė atlikta naudojantis „Microsoft Excel 2010“ programa bei „IBM SPSS Statistics 20.0“ (Statistical Package for Social Sciences) statistiniu duomenų paketu. Kategorinių duomenų analizei naudotas χ^2 (chi kvadrato) testas, pasirenkant statistinio reikšmingumo lygmenį $\alpha = 0,05$. Rezultatų skirtumas buvo laikomas statistiškai reikšmingu, kai $p \leq 0,05$.

3. RESPONDENTŲ CHARAKTERISTIKA

Iš viso buvo apklausta ir ištirta 2910 suaugusių ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų imitimo būklė – KMI, iš jų 1348 (46,3 proc.) vyrai ir 1562 (53,7 proc.) moterys. Respondentų vyrų ir moterų sociodemografinė charakteristika pateikta 1 lentelėje.

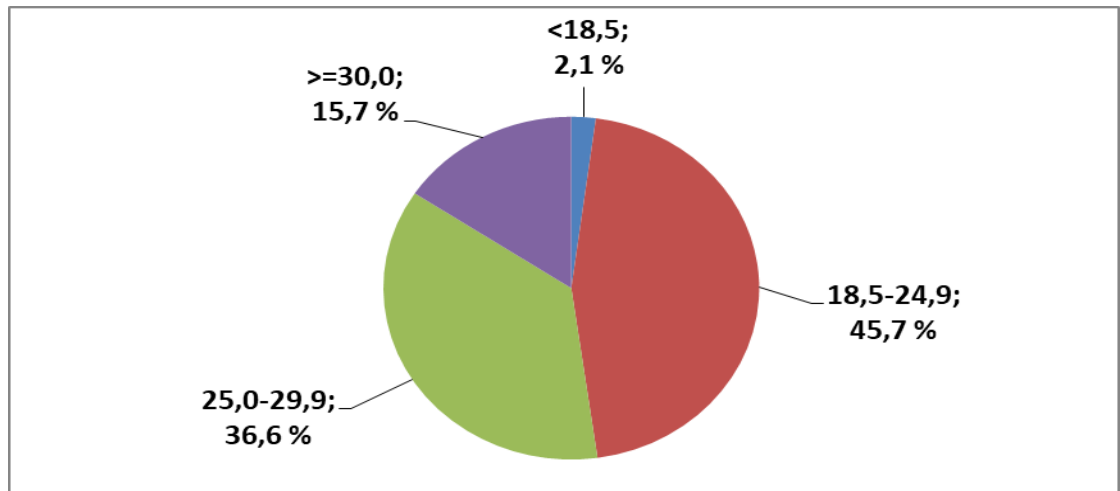
1 lentelė. Respondentų vyrų ir moterų sociodemografinė charakteristika

Požymis	Vyrai		Moterys		Iš viso	
	n	proc.	n	proc.	n	proc.
Iš viso	1348	46,3	1562	53,7	2910	100,0
AMŽIUS (METAIS)						
19–34	436	32,3	488	31,2	924	31,8
35–49	404	30,0	464	29,7	868	29,8
50–64	345	25,6	425	27,2	770	26,5
65–75	159	11,8	178	11,4	337	11,6
Nenurodė	4	0,3	7	0,4	11	0,4
GYVENAMOJI VIETA						
Miestas	1044	77,4	1242	79,5	2286	78,6
Kaimas	304	22,6	320	20,5	624	21,4
IŠSILAVINIMAS						
Pradinis	24	1,8	19	1,2	43	1,5
Pagrindinis, vidurinis	356	26,4	265	17,0	621	21,3
Specialusis, aukštesnysis	462	34,3	469	30,0	931	32,0
Aukštasis	494	36,6	787	50,4	1281	44,0
Nenurodė	12	0,9	22	1,4	34	1,2
UŽIMTUMAS						
Darbininkas	623	46,2	552	35,3	1175	40,4
Tarnautojas	253	18,8	516	33,0	769	26,4
Verslininkas	128	9,5	83	5,3	211	7,3
Pensininkas	150	11,1	181	11,6	331	11,4
Namų šeimininkė	14	1,0	93	6,0	107	3,7
Moksleivis, studentas	91	6,8	68	4,4	159	5,5
Bedarbis	67	5,0	34	2,2	101	3,5
Nenurodė	22	1,6	35	2,2	57	2,0

4. REZULTATAI

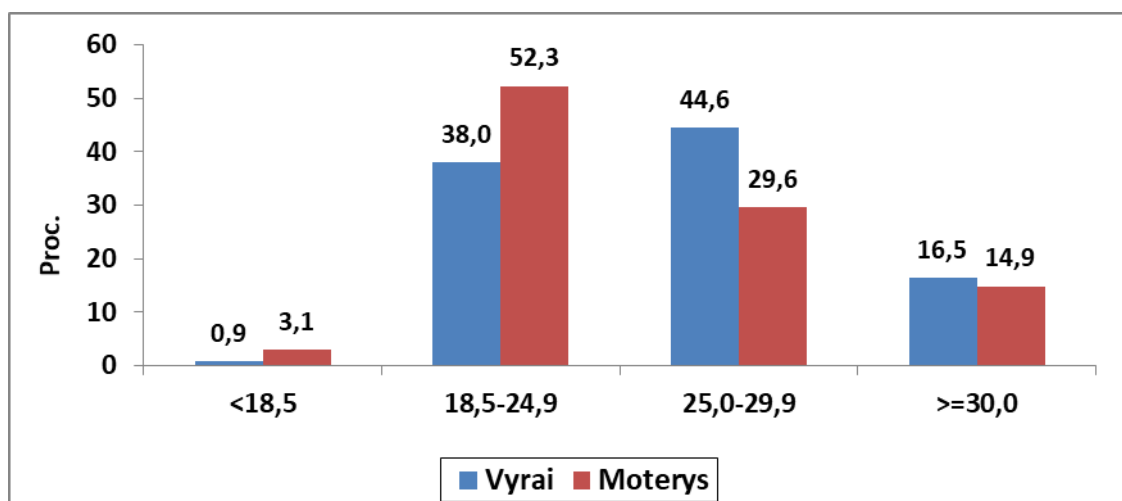
4.1. Lietuvos gyventojų kūno masės indeksas (KMI)

Suaugusiųjų ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų kūno masės indekso (KMI) duomenų analizė rodo, kad **normalų kūno svorį** (18,5–24,9 KMI) turi **tik** mažiau kaip pusė (**45,7 proc.**) visų gyventojų, **antsvorį** (25,0–29,9 KMI) daugiau kaip trečdalis (**36,6 proc.**), **nutukę** ($\geq 30,0$ KMI) yra **15,4 proc.** gyventojų ir **nepakankamą svorį** ($< 18,5$ KMI) turi **2,1 proc.** gyventojų (1 pav.).



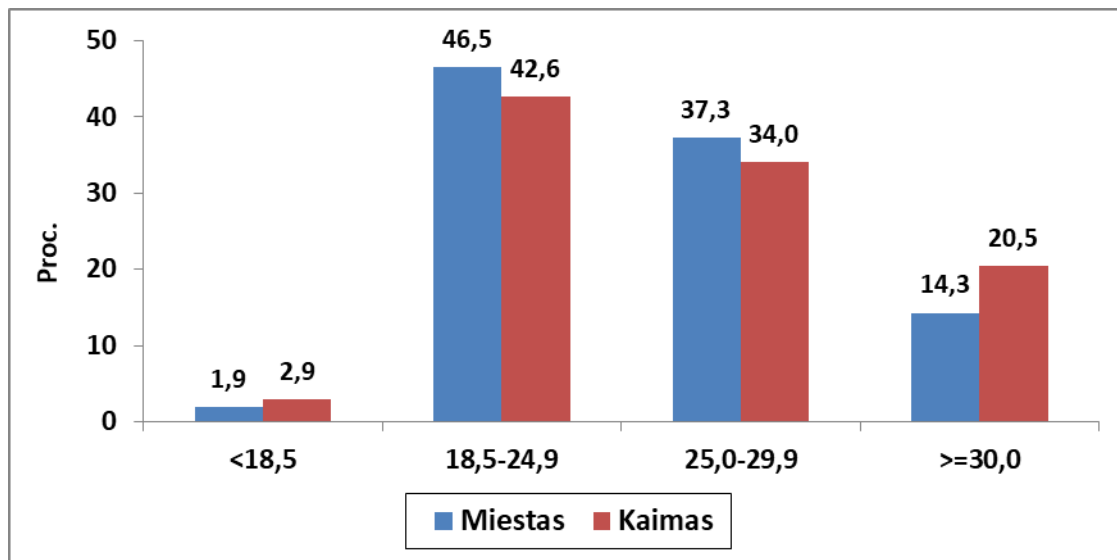
1 pav. Respondentų (19–75 m. amžiaus) pasiskirstymas (proc.) pagal KMI

Nustatyti statistiškai reikšmingi skirtumai tarp vyrų ir moterų kūno masės indekso – **moterų, turinčių normalų kūno svorį, yra daugiau negu vyrų** – atitinkamai **52,3 proc.** ir **38,0 proc.**, o **antsvorį turi daugiau vyrų (44,6 proc.)** negu moterų (**29,6 proc.**) ($p < 0,001$). **Daugiau vyrų** negu moterų **yra nutukę** (atitinkamai 16,5 proc. ir 14,9 proc.), o daugiau moterų negu vyrų turi nepakankamą kūno svorį (atitinkamai 3,1 proc. ir 0,9 proc.) (2 pav).



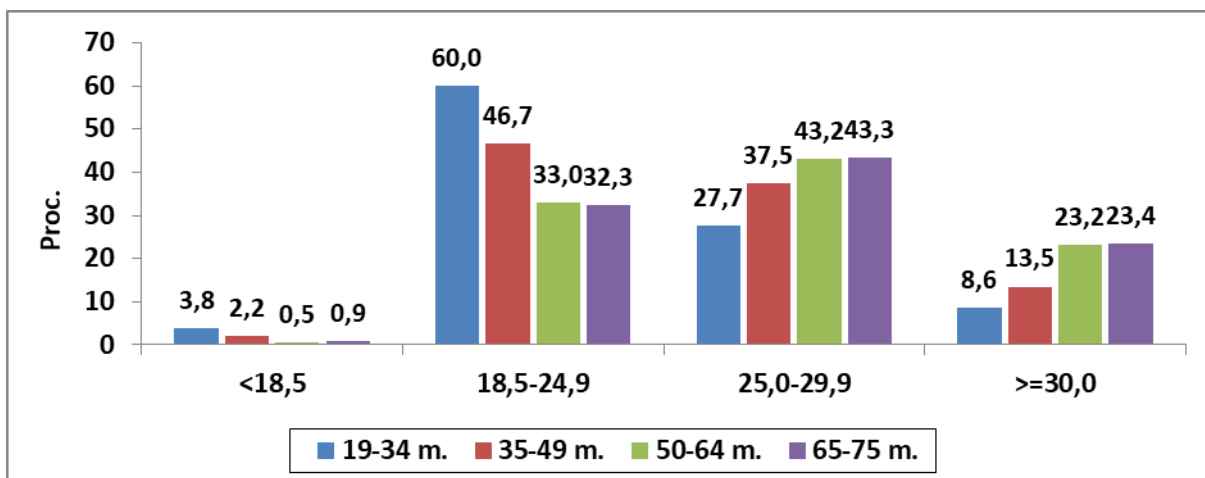
2 pav. Respondentų pasiskirstymas (proc.) pagal KMI priklausomai nuo lyties ($p < 0,001$)

Įvertinus suaugusių ir pagyvenusių gyventojų KMI priklausomai nuo gyvenamosios vietos, stebime, kad tarp **miesto gyventojų nežymiai daugiau yra turinčių normalų kūno svorį bei turinčių antsvorį**, o tarp **kaimo gyventojų daugiau yra nutukusių**, bet taip pat ir nepakankamą svorį turinčių gyventojų ($p < 0,001$) (3 pav.).



3 pav. Respondentų pasiskirstymas (proc.) pagal KMI priklausomai nuo gyvenamosios vietos ($p < 0,001$)

Palyginus suaugusių ir pagyvenusių gyventojų KMI priklausomai nuo amžiaus, stebime, kad **60,0 proc. jaunesnių (19–34 m.) gyventojų turi normalų kūno svorį ir jau virš ketvirtadalio – antsvorį (27,7 proc.)**. Antsvorį taip pat turi apie 40 proc. vyresnių kaip 35 m. amžiaus gyventojų, o ketvirtadalis vyresnių kaip 50 m. amžiaus gyventojų yra nutukę ($p < 0,001$) (4 pav.).



4 pav. Respondentų pasiskirstymas (proc.) pagal KMI priklausomai nuo amžiaus ($p < 0,001$)

Įvertinus suaugusių ir pagyvenusių gyventojų KMI priklausomai nuo jų išsilavinimo, nustatyta, kad statistiškai reikšmingai mažiau pradinį išsilavinimą turinčių respondentų, lyginant su kitą išsilavinimą įgijusiais respondentais, turi normalų kūno svorį ir daugiausiai jų yra nutukę ($p < 0,001$). Pastebima, kad antsvorį turi statistiškai reikšmingai daugiau specialųjį, aukštesnįjį išsilavinimą įgijusių respondentų, lyginant su kitą išsilavinimą įgijusiais respondentais ($p < 0,001$) (2 lentelė).

2 lentelė. Respondentų pasiskirstymas (proc.) pagal KMI priklausomai nuo išsilavinimo

Respondentų grupės pagal	<18,5		18,5–24,9		25,0–29,9		≥30,0	
	n	proc.	n	proc.	n	proc.	n	proc.
Išsilavinimą*								
Pradinis	1	2,3	12	27,9	17	39,5	13	30,2
Pagrindinis, vidurinis	15	2,4	306	49,3	209	33,7	91	14,7
Specialusis, aukštesnysis	9	1,0	342	36,7	399	42,9	181	19,4
Aukštasis	35	2,7	653	51,0	428	33,4	165	12,9
Iš viso	61	2,1	1329	45,7	1064	36,6	456	15,7

*34 respondentai nenurodė savo išsilavinimo

Palyginus suaugusių ir pagyvenusių gyventojų KMI priklausomai nuo užimtumo, stebima, kad normalų kūno svorį turi statistiškai reikšmingai daugiau moksleivių/studentų, lyginant su kitą užimtumą nurodžiusiais respondentais ($p < 0,001$) (3 lentelė). Tuo tarpu daugiau verslininkų bei pensininkų, lyginant su kitomis užimtumo grupėmis, turi anstvorį, o daugiau pensininkų taip pat yra nutukę ($p < 0,001$).

3 lentelė. Respondentų pasiskirstymas (proc.) pagal KMI priklausomai nuo užimtumo

Respondentų grupės pagal	<18,5		18,5–24,9		25,0–29,9		≥30,0	
	n	proc.	n	proc.	n	proc.	n	proc.
Užimtumą*								
Darbininkas	27	2,3	545	46,4	436	37,1	167	14,2
Tarnautojas	18	2,3	347	45,1	277	36,0	127	16,5
Verslininkas	2	0,9	90	42,7	89	42,2	30	14,2
Pensininkas	1	0,3	98	29,6	146	44,1	86	26,0
Namų šeimininkė	1	0,9	58	54,2	36	33,6	12	11,2
Moksleivis/Studentas	8	5,0	115	72,3	32	20,1	4	2,5
Bedarbis	3	3,0	48	47,5	33	32,7	17	16,8
Iš viso	61	2,1	1329	45,7	1064	36,6	456	15,7

*57 respondentai nenurodė savo užimtumo