

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ Ε.Υ.ΖΗ.Ν 2012-13

Το Ε.Υ.ΖΗ.Ν. είναι πρόγραμμα του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων που στοχεύει στη διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης των παιδιών και των εφήβων μέσα από την υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών διατροφής και σωματικής δραστηριότητας. Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει διάφορες δραστηριότητες στο επίπεδο της Πρωτοβάθμιας φροντίδας, οι οποίες αποσκοπούν στην προσφορά γνώσεων, την καλλιέργεια δεξιοτήτων και τη δημιουργία υπηρεσιών για το παιδί, το σχολείο αλλά και την οικογένεια, με άξονα τη διαμόρφωση μιας υγιεινής στάσης ζωής.

Το Ε.Υ.ΖΗ.Ν απευθύνεται σε όλους τους μαθητές των Νηπιαγωγείων, Δημοτικών, Γυμνασίων και Λυκείων της χώρας και – κάθε έτος – καταγράφει και αξιολογεί το ρυθμό ανάπτυξης, τις διατροφικές συνήθειες, τη σωματική δραστηριότητα και το επίπεδο της φυσικής τους κατάστασης. Ταυτόχρονα, το Ε.Υ.ΖΗ.Ν., μέσα από παράλληλες ενέργειες, παρέχει διαρκή συμβουλευτική ενημέρωση και εκπαίδευση σε μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς. Τέλος, με συγκεκριμένες δράσεις, το Ε.Υ.ΖΗ.Ν. παρεμβαίνει στην καθημερινότητα της ελληνικής οικογένειας, του σχολείου και της κοινωνίας.

Το σχολικό έτος 2012-13, το Ε.Υ.ΖΗ.Ν. πραγματοποιήθηκε στα Νηπιαγωγεία, Δημοτικά και Γυμνάσια, ενώ για το σχολικό έτος 2013-14 θα διενεργηθεί και στα Λύκεια. Συνολικά, κατά το α΄ έτος εφαρμογής του συμμετείχαν συνολικά 359.262 μαθητές από 4.451 σχολεία της χώρας. Από τα στοιχεία που συλλέχθηκαν προέκυψαν δείκτες αξιολόγησης της σωματικής τους διάπλασης, της ποιότητας της διατροφής, της σωματικής δραστηριότητας, των καθιστικών συνηθειών και της φυσικής κατάστασης των παιδιών της χώρας. Ατομικές αναφορές για κάθε παιδί προέκυψαν αυτόματα με τη συμπλήρωση του ηλεκτρονικού ερωτηματολογίου και δόθηκαν στους γονείς των παιδιών από τους αρμόδιους εκπαιδευτικούς.

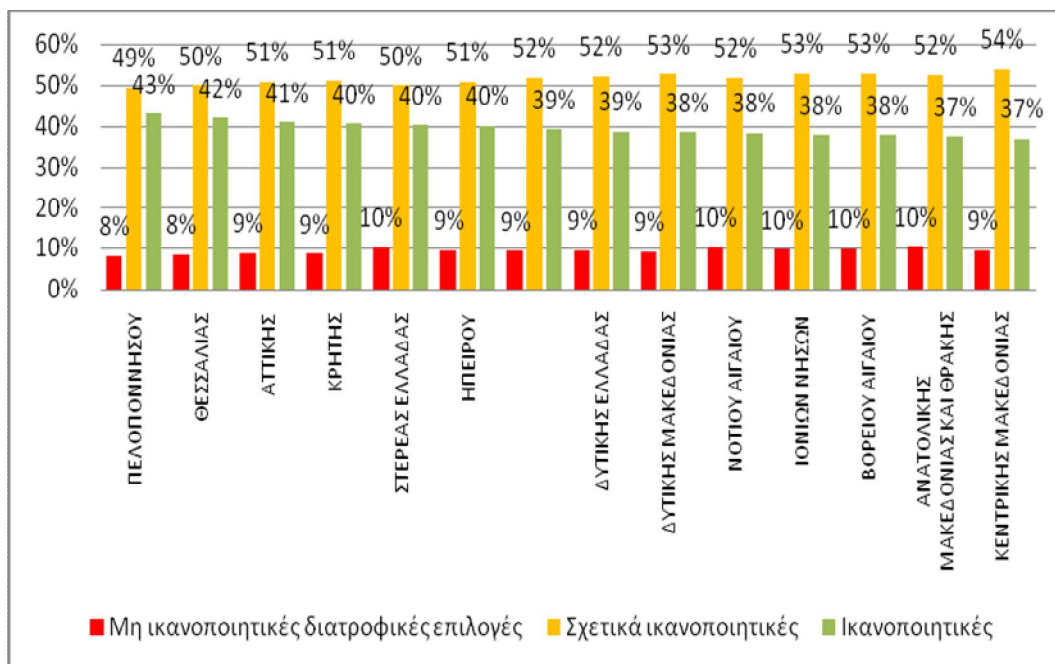
ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

- Το μεγαλύτερο ποσοστό συμμετοχής είχαν τα σχολεία της Ανατολικής Μακεδονίας & Θράκης (57%).
- Το μικρότερο ποσοστό συμμετοχής είχαν τα σχολεία της Αττικής (28%).

Διατροφικές συνήθειες

Από την επεξεργασία των στοιχείων φαίνεται ότι:

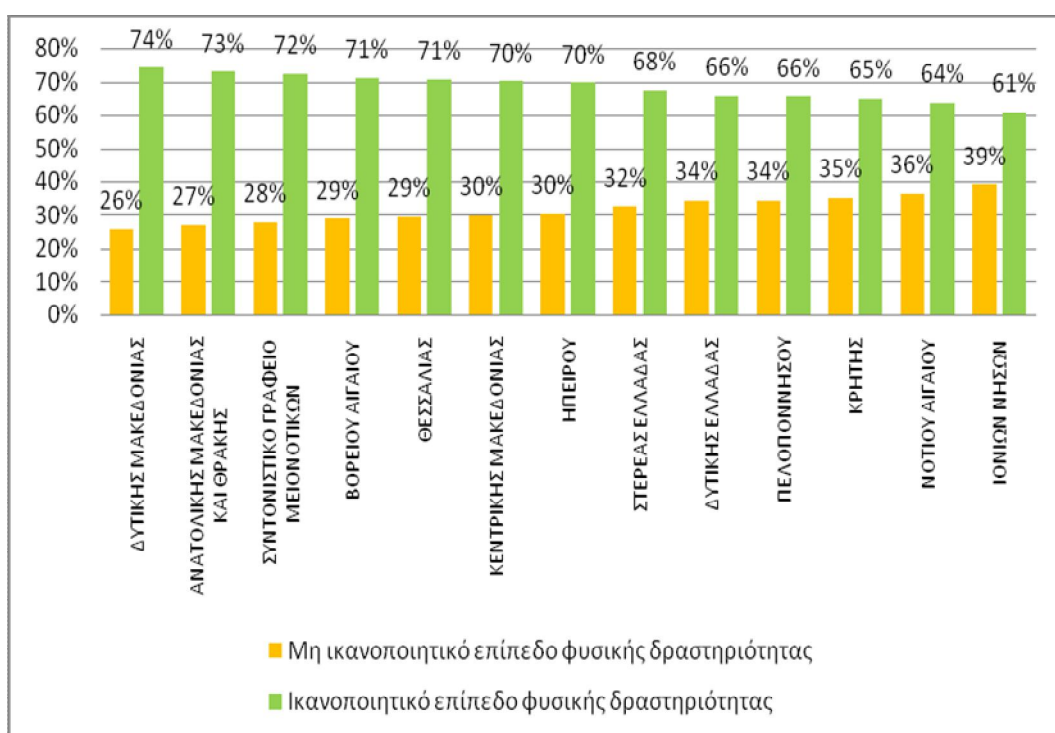
- Τόσο τα αγόρια όσο και τα κορίτσια είχαν παρόμοια αξιολόγηση ως προς το διατροφικό δείκτη και φάνηκε ότι απέχουν αρκετά από το ιδανικό μοτίβο της υγιεινής Μεσογειακής Δίαιτας.
- Ωστόσο, τα κορίτσια είχαν σε μεγαλύτερο ποσοστό ικανοποιητικές διατροφικές συνήθειες (40,3%), σε σύγκριση με τα αγόρια (37,9%).
- Αν και δεν υπήρχαν σημαντικές διαφοροποιήσεις μεταξύ των περιφερειών της χώρας, φαίνεται ότι στις περιφέρειες της Πελοποννήσου και της Θεσσαλίας τα παιδιά παρουσίαζαν ελαφρώς καλύτερες διατροφικές συνήθειες σε σχέση με τα αντίστοιχα των υπόλοιπων περιοχών της Ελλάδας (**Γράφημα 1**).



Σωματική Δραστηριότητα-Καθιστικές συνήθειες

- Το 72% των αγοριών είχαν ικανοποιητικό επίπεδο σωματικής δραστηριότητας, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τα κορίτσια ήταν (60,7%).
- Ποσοστό 26% και 31% των αγοριών και των κοριτσιών, αντιστοίχως, δεν συμμετείχαν σε άλλη αθλητική δραστηριότητα εκτός του σχολείου.
- Όπως φαίνεται στο **Γράφημα 2**, το υψηλότερο ποσοστό ικανοποιητικών επιπέδων σωματικής δραστηριότητας εμφάνισαν οι μαθητές της Δυτικής Μακεδονίας.
- Αντιθέτως, το χαμηλότερο ποσοστό καταγράφηκε στα Ιόνια Νησιά (Γράφημα 2).
- Τα αγόρια σε μεγαλύτερο ποσοστό (27,4%) υπερέβαιναν τον επιτρεπτό χρόνο παρακολούθησης τηλεόρασης και βιντεοπαιχνιδιών (2 ώρες), σε σύγκριση με τα κορίτσια (21,6%).

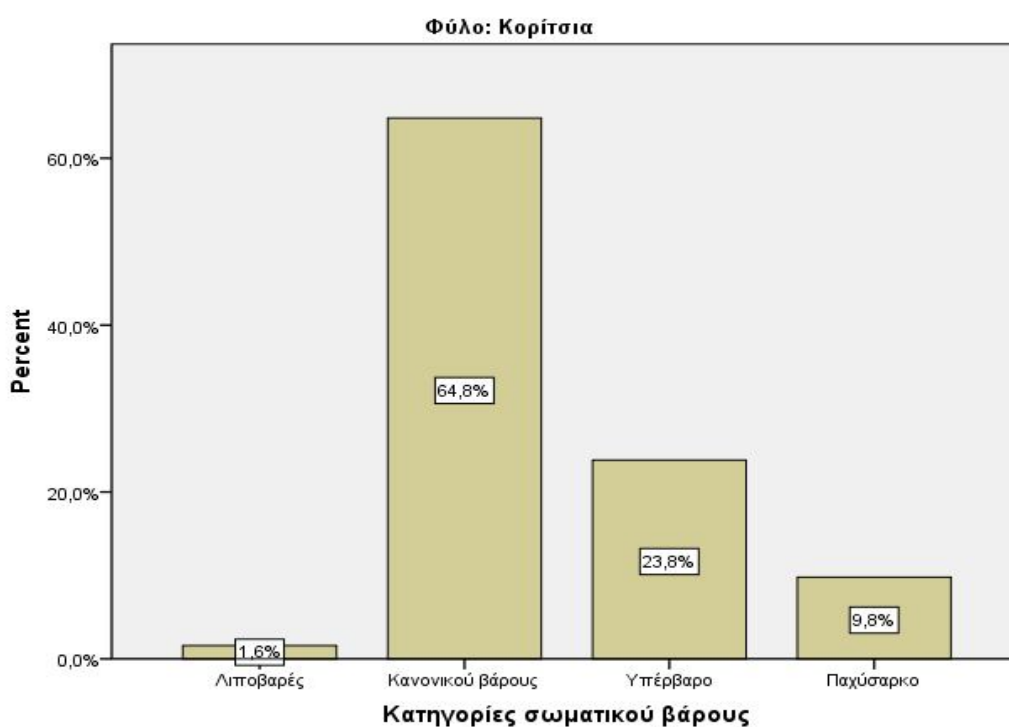
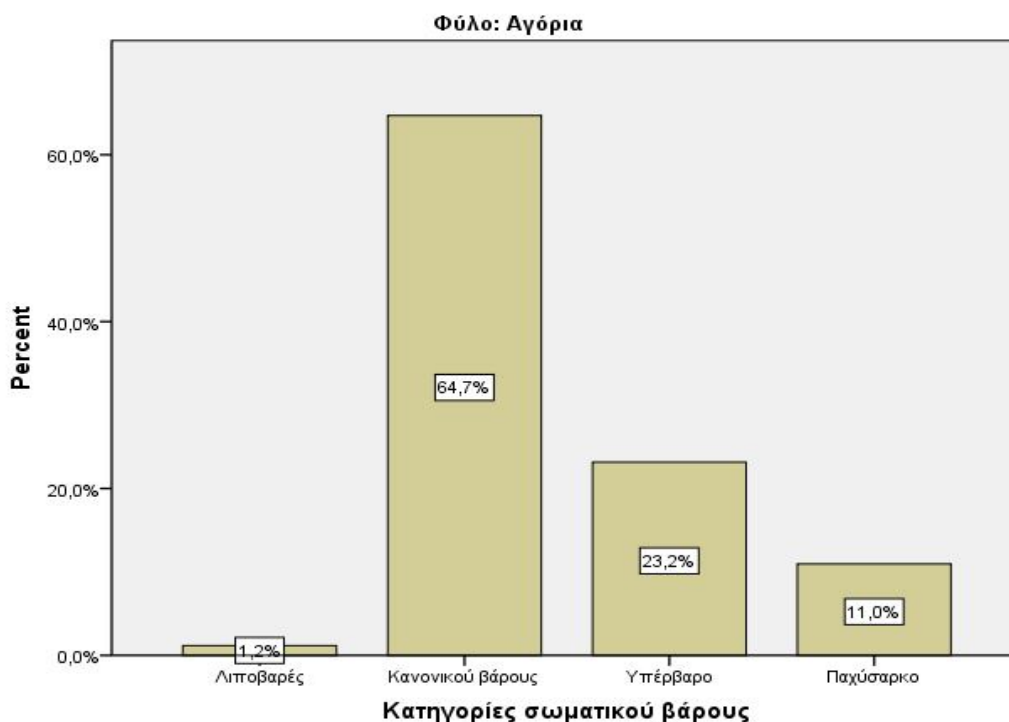
Γράφημα 2



Ανθρωπομετρικές μετρήσεις (κατηγορίες βάρους)

- Συνολικά, το 23,2% των αγοριών και το 23,8% των κοριτσιών αξιολογήθηκαν ως υπέρβαρα (Γράφημα 3).
- Επιπλέον, το 11% και το 9,8% των αγοριών και κοριτσιών, αντιστοίχως, αξιολογήθηκαν ως παχύσαρκα (Γράφημα 3).
- Στα υπέρβαρα παιδιά τα υψηλότερα ποσοστά καταγράφηκαν στα Νησιά του Βόρειου Αιγαίου (25%) και τα χαμηλότερα στη Δυτική Ελλάδα (22%).
- Τα υψηλότερα ποσοστά παχυσαρκίας καταγράφηκαν στα Νησιά του Βόρειου (13%) και Νότιου (12,8%) Αιγαίου και τα χαμηλότερα στη Δυτική Ελλάδα (9,2%).

Γράφημα 3



Αναλυτικότερα, ο επιπολασμός των υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών ανά φύλο και νομό παρουσιάζονται στον Πίνακα 1.

Πίνακας 1. Ποσοστά των υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών ηλικίας 5-16 ετών της χώρας				
N=360.000	Υπέρβαρα (%)		Παχύσαρκα (%)	
ΝΟΜΟΣ	Αγόρια	Κορίτσια	Αγόρια	Κορίτσια
ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ	20,4	21,7	9,7	9,6
ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ	23,3	25,5	11,6	10,8
ΑΡΚΑΔΙΑΣ	24,1	22,1	9,2	8,0
ΑΡΤΑΣ	24,6	25,5	12,7	9,3
ΑΤΤΙΚΗΣ	23,5	23,7	9,6	8,5
ΑΧΑΪΑΣ	21,6	22,4	8,4	7,4
ΒΟΙΩΤΙΑΣ	25,1	24,8	9,8	8,9
ΓΡΕΒΕΝΩΝ	21,4	24,8	8,9	11,7
ΔΡΑΜΑΣ	22,7	24,3	11,3	12,5
ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ	24,7	25,9	14,2	12,9
ΕΒΡΟΥ	23,6	24,6	13,0	11,9
ΕΥΒΟΙΑΣ	23,6	24,8	11,8	10,2
ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ	17,8	20,9	9,4	7,8
ΖΑΚΥΝΘΟΥ	25,1	23,7	13,7	11,1
ΗΛΕΙΑΣ	21,8	24,1	10,3	9,9
ΗΜΑΘΙΑΣ	25,0	23,1	11,8	10,7
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	23,1	24,4	13,7	11,9
ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ	23,1	20,9	8,1	7,4
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	23,1	24,0	10,0	8,9
ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	24,0	25,0	9,3	8,5
ΚΑΒΑΛΑΣ	23,7	23,2	11,6	11,1
ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	23,4	26,3	11,8	9,2
ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	24,4	20,4	11,2	7,2
ΚΕΡΚΥΡΑΣ	23,5	23,6	12,4	9,5
ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ	21,9	24,2	12,5	10,7
ΚΙΛΚΙΣ	24,6	23,0	12,8	12,7
ΚΟΖΑΝΗΣ	23,0	23,9	13,1	12,1
ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ	23,8	24,3	10,6	10,4
ΚΥΚΛΑΔΩΝ	22,1	24,5	12,3	11,4
ΛΑΚΩΝΙΑΣ	22,1	22,6	11,7	10,3
ΛΑΡΙΣΑΣ	22,4	22,9	10,0	8,3
ΛΑΣΙΘΙΟΥ	22,8	24,0	15,4	13,2
ΛΕΣΒΟΥ	25,3	24,1	12,6	11,4
ΛΕΥΚΑΔΑΣ	25,7	21,0	9,8	10,6
ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ	22,5	21,2	10,6	8,5
ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ	22,3	23,3	10,9	10,5
ΞΑΝΘΗΣ	21,1	23,0	11,4	10,0
ΠΕΛΛΑΣ	24,2	25,7	14,8	12,3
ΠΙΕΡΙΑΣ	21,3	23,0	9,9	8,4
ΠΡΕΒΕΖΑΣ	23,9	23,7	10,6	9,6
ΡΕΘΥΜΝΟΥ	23,2	23,5	12,1	10,3
ΡΟΔΟΠΗΣ	23,2	24,9	13,8	12,8
ΣΑΜΟΥ	27,2	24,3	7,4	11,9
ΣΕΡΡΩΝ	21,5	24,0	11,6	10,5
ΤΡΙΚΑΛΩΝ	21,1	24,3	9,3	10,2
ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ	22,1	23,3	10,3	9,9
ΦΛΩΡΙΝΑΣ	23,3	25,7	13,8	10,3
ΦΩΚΙΔΑΣ	25,9	25,6	10,7	11,2
ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ	24,8	24,0	11,6	9,2
ΧΑΝΙΩΝ	24,4	23,2	10,5	10,1
ΧΙΟΥ	24,3	26,7	17,8	13,0
ΣΥΝΟΛΟ	23,2	23,8	11,0	9,8

Φυσική κατάσταση

Τέλος, από τις παραμέτρους της φυσικής κατάστασης που μετρήθηκαν φάνηκε ότι:

- Τα αγόρια υπερερούσαν σε σύγκριση με τα κορίτσια ως προς την αντοχή, την ταχύτητα και τη δύναμη,
- Τα κορίτσια υπερερούσαν ως προς την ευλυγισία.