

Ķermeņa audu proporciju novērtējums Latvijas studējošajiem jauniešiem: 2009.gada pētījums

Līga Ozolina-Moll, Karīna Volčeka, Aija Strode, Juris Imants Aivars

Latvijas Universitātes Cilvēka un dzīvnieku fizioloģijas katedra, Kronvalda bulv.4, Rīga,
LV-1586

Ievads. 21.gadsimtā atpaukošanās tiek definēta kā viena no sabiedrības lielākajām veselības problēmām. Pēc Pasaules Veselības organizācijas (PVO) datiem, aptaukošanās pasaulē ir sasniegusi epidēmijas apmērus. Aptaukošanās ir būtisks riska faktors tādām saslimšanām, kas samazina dzīves ilgumu un palielina mirstību: 2.tipa diabēts, kardio-vaskulārās slimības, hipertenzija, metabolais sindroms, dažāda tipa onkoloģiskās saslimšanas.

Latvijā patreiz nav pieejami dati, kas ļauj objektīvi izvērtēt ķermeņa masu un audu proporcijas veseliem, pieaugušiem cilvēkiem. Iztrūkts arī vienotas kritēriju sistēmas, kas ļautu prognozēt riska grupu iespējamajām ar aptaukošanos saistītajām saslimšanām. Tomēr veselības riska grupas novērtēšanā vērā jāņem arī cilvēka ķermeņa veidols. Zinātniskā literatūra uzrāda korelāciju starp cilvēka ķermeņa veidolu – somatotipu, un dažādu saslimšanu biežumu (Buffa et.all, 2007; Herrera et.all, 2004).

Pētījuma mērķis. Izvērtēt ķermeņa audu proporcijas un relatīvo tauku daudzumu studējošajiem jauniešiem, un izvērtēt potenciālo veselības riska grupu jauniešu vidū.

Metodes. Pētījumā piedalījās 294 studējošie jaunieši: 88 vīrieši un 206 sievietes vecumā no 18 līdz 25 gadiem. Pētījuma dalībnieku somatotips tika noteikts pēc Kārtera-Hītas antropometriskās metodes (Carter, 2002).

Ķermeņa masas raksturošanai tika izmantots ķermeņa masas indekss (ĶMI), aprēķināts pēc indivīda svara un auguma proporcijas. Relatīvais tauku daudzums tika noteikts pēc bioelektriskās impedances analīzes metodes ar multifrekvences analizatoru *Tanita MC180 MA*. Ķermeņa masa tika novērtēta pēc ĶMI, izmantojot PVO vērtējumu skalu. Relatīvā tauku daudzuma novērtēšanai izmantojām vecumam un dzimumam atbilstošus vērtēšanas kritērijus.

Rezultāti un diskusija. Iegūtie dati rāda, ka atbilstoši ĶMI vērtējumam, normāls svars bija 71% sieviešu un 82% vīriešu. Analogiski noskaidrojām pētāmās grupas sadalījumu pēc relatīvās tauku masas: standartam atbilstošajā grupā bija 76% sievietes un 38% vīriešu, grupā ar pazeminātu relatīvo tauku masu sievietes bija 11%, vīrieši - 20%; grupā ar palielinātu relatīvo tauku masu – 13% sievietes un 42% vīriešu.

Novērtējot pētījuma dalībniekus pēc somatotipa iezīmēm, jāsecina, ka pētījuma dalībnieku – gan sieviešu, gan vīriešu, vidū dominē piederība *ekto-mezomorfam* un *mezo-ektomorfam* somatotipam. Salīdzinoši mazs ir personu skaits ar *endomorfijas* iezīmēm.

Secinājumi. Izvērtējot ar aptaukošanos saistīto riska grupas lielumu jauniešu vidū, jāsecina, ka iegūtie dati nav viennozīmīgi. Darbā analizētie ķermeņa svaru un adipozo audu lielumu raksturojošie kritēriji var atšķirīgi raksturot personas piederību riska grupai. Objektīvai riska grupas noteikšanai ir ieteicams izmantot vairākus lieko svaru un aptaukošanos raksturojošus kritērijus.

Literatūra.

Buffa R., Lodde M., Floris G., Zaru C., Putzu M., Marini P. (2007). Somatotype in Alzheimer's Disease: *Gerontology*, 53, 200-204.

Carter J.E.L.(2002). The Heath-Carter Anthropometric Somatotype. Instruction Manual, San Diego, CA, USA.

Herrera H., Rebato E., Hernandez R., Hernandez - Valera Y., Alfonso-Sanchez M.A. (2004). Relationship between Somatotype and Blood Pressure in a Institutionalized Elders. *Gerontology*, 50, 223-229.