

**RECENZÍÓK**

## Cikkismertetés: A gyermekkori elhízás vizsgálata - egészségtudatosabbak a fiúk, mint a lányok?

*Article review: Study of childhood obesity - are boys more health-conscious than girls?*

**Ismertető:** [Devosa Iván](#)

**Doi:** [10.58701/mej.18246](https://doi.org/10.58701/mej.18246)

**Ismertetett cikk:** Strugnell, C., Orellana, L., Crooks, N. *et al.* (2024): Healthy together Victoria and childhood obesity study: effects of a large scale, community-based cluster randomised trial of a systems thinking approach for the prevention of childhood obesity among secondary school students 2014–2016. *BMC Public Health* 24, 355. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17906-2>

**Kulcsszavak:** egészségfejlesztés; túlsúly; elhízottság; cukorral édesített italok; derékbőség  
**Keywords:** *health promotion; overweight; obesity; sugar-sweetened beverages; waist circumference*

### ELŐZMÉNYEK

A Healthy Together Victoria (HTV) egy ausztrál, Viktória Állami kormányzati kezdeményezés volt, amelynek célja a túlsúly és az elhízás előfordulásának csökkentése volt a krónikus betegségek kockázati tényezőinek – például a mozgásszegény életmód, a helytelen étrend, a dohányzás és az alkoholfogyasztás – kezelésén keresztül. A programban több mint 170 helyi munkatárs dolgozott 12 közösségben, hogy támogassák az egyéneket, családokat és közösségeket egészségét és jóllétét. Az elhízás megelőzésére irányuló rendszerszemléletű megközelítés klaszteres, randomizált vizsgálatát (CRT) beépítették a HTV programba. Ebben a tanulmányban bemutatják a túlsúly, az elhízás és a kapcsolódó viselkedési szokások terén tapasztalt kétéves változásokat az ausztráliai Viktória Állami középiskolások körében.

### MÓDSZERTAN

Huszonhárom földrajzilag meghatározott területet randomizáltak beavatkozási (12 közösség) és kontroll (11 közösség) csoportokba. Az egyes közösségekben véletlenszerűen kiválasztott középiskolákat hívtak meg a vizsgálatba 2014-ben és 2016-ban. A vizsgálatba a 8. (kb. 13–15 éves) és a 10. évfolyamos (kb. 15–16 éves) diákokat vonták be 2014 júliusában és szeptemberében, valamint 2016 ugyanazon időszakában között. Az elsődleges kimeneti mutatók a testtömegindex (BMI) és a derékbőség voltak. A másodlagos kimenetek közé tartozott a fizikai aktivitás, a mozgásszegény viselkedés, az étrend minősége, az egészséggel összefüggő életminőség és a depressziós tünetek. A beavatkozás hatásának elemzésére lineáris vegyes modelleket alkalmaztak, figyelembe véve a gyermekek és az iskolák jellemzőit.

## EREDMÉNYEK

Az elemzésben 4242 gyermek vett részt a beavatkozási (intervenció) csoportban és 2999 gyermek a kontrollcsoportban. A fiúk esetében két év alatt kedvező változásokat figyeltek meg a derékbőség csökkenésében ( $-2,5$  cm volt a változás különbsége), valamint a cukros üdítőitalok napi fogyasztásának mérséklésében ( $<1$  adag:  $8,5$  százalékpont). A lányok esetében nem tapasztaltak statisztikailag szignifikáns különbségeket a két csoport között. A fiúknál a derékbőség jelentős csökkenését nem kísérte a BMI érték szignifikáns csökkenése. Ennek ellenére a teljes mintára vonatkozó BMI-változás ( $-0,07$ ), valamint a fiúknál mért változás ( $-0,04$ ) a várt irányba mutatott. Az kutatók által megfigyelt mintázat – jelentős derékbőség-csökkenés és nem szignifikáns BMI-változás – hasonló egy másik, serdülők körében végzett kutatáshoz, amely a cukros üdítőitalok fogyasztása és a testösszetétel közötti kapcsolatot vizsgálta. További kutatásokra van szükség annak megértéséhez, hogy miért érhető el statisztikailag szignifikáns változás a derékbőség esetében, míg a BMI nem mutat hasonló eredményt. Jóllehet a tanulmány célja nem a nemek közötti különbségek vizsgálata volt, a szerzők megjegyezték, hogy a fiúk és lányok között jelentős eltérések mutatkoztak a cukros üdítőfogyasztás, a hasi elhízás és a fizikai aktivitási irányelvek betartása terén, mindhárom a fiúk javára. A beavatkozásban részt vevő fiúk esetében kedvezők és statisztikailag szignifikánsak voltak a változások, míg a lányoknál nem. Ezek az eredmények ellentmondanak más ausztrál kutatások eredményeinek, amelyek szerint nincs különbség a lányok és fiúk cukros-üdítőital-fogyasztása között, vagy a fiúk

fogyasztása nagyobb. Lehetségesnek tartják, hogy a mintában szereplő fiúk egészségtudatosabbak voltak, mint a lányok, és fogékonyabbak a cukros üdítőfogyasztásával kapcsolatos üzenetekre.

## KÖVETKEZTETÉSEK

A HTV program kedvező hatásokat mutatott a fiúk derékbőségének csökkentésében és a cukros üdítőitalok fogyasztásának mérséklésében, ugyanakkor nem befolyásolta a BMI értékét. Bár a program idő előtt befejeződött, és a két adatgyűjtési időpont közötti időszak viszonylag rövid volt, az eredményeik hozzájárulnak a gyermekkori elhízás elleni, közösségi alapú beavatkozások növekvő bizonyítékaihoz.

## AJÁNLÁS

Magyarországon a népegészségügyi termékadó (röviden neta), közismert nevén „chipsadó”, 2011. szeptember 1-je óta érvényben lévő adónem: bevezetésének célja nemcsak az állami adóbevételek növelése volt, hanem az is, hogy visszaszorítsák az egészségre káros termékek fogyasztását. Az ausztrál fiúknál megfigyelt derékbőség-csökkenés és a – hazánkban a neta alá tartozó – cukros üdítőfogyasztásának mérséklődése alapján érdemes a magyar fiatal fiúk számára célzott beavatkozásokat tervezni, míg a lányok esetében további kutatásra van szükség a hatékony stratégiák kidolgozásához. Az iskolák és a helyi közösségek aktív bevonása kulcsfontosságú a programok sikeréhez, mivel ezek a színterek ideálisak az egészségtudatos viselkedésformák ösztönzésére.

## HIVATKOZÁSOK

Strugnell, C., Orellana, L., Crooks, N. *et al.* (2024): Healthy together Victoria and childhood obesity study: effects of a large scale, community-based cluster randomised trial of a systems thinking approach for the prevention of childhood obesity among secondary school students 2014–2016. *BMC Public Health* 24, 355. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17906-2>

## INFORMÁCIÓK A SZERZŐRŐL

Devosa Iván  
Károli Gáspár Református Egyetem, Pedagógiai Kar, Budapest  
[ivan@devosa.hu](mailto:ivan@devosa.hu)

## CIKKINFORMÁCIÓK

Beküldve: 2025. 01. 27.  
Elfogadva: 2025. 01. 30.  
Megjelentetve: 2025. 03. 03.

Copyright © 2025 Devosa Iván. Kiadó: Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenstszerződés alapján.