

Ismertetés: A környezeti tényezők hatása a testmozgási és étkezési szokásokra - a közösségi szintű fellépések lehetőségei

Contextual influences on physical activity and eating habits - options for action on the community level

Ismerteti: Veress Réka ✉
Emberi Erőforrások Minisztériuma, HEPA nemzeti kapcsolattartó

Szerzők: Sven Schneider, Katharina Diehl, Tatiana Görig, Laura Schilling, Freia De Bock, Kristina Hoffmann, Maren Albrecht, Diana Sonntag és Joachim Fischer
Megjelenés: BMC Public Health (2017) 17:760; doi:10.1186/s12889-017-4790-x

Beküldve: 2017. 10. 17.
doi: 10.24365/ef.v.58i4197

Kulcsszavak: elhízás; testmozgás; étkezés; étkezési szokások; környezeti tényezők; közösségi fellépés; obezogén

Keywords: obesity; physical activity; nutrition; eating habits; contextual influence; community interventions; obesogenic

ÖSSZEFOGLALÁS

A cikk szerzői, a világban széleskörűen elterjedt elhízást és az azt okozó elégtelen testmozgási és egészségtelen táplálkozási szokásokat vizsgálják. Az elhízás, mint világméretű kihívás kezelésében, a korábban széleskörűen elterjedt, egyéneket célzó beavatkozások helyett, a kontextuális, vagyis az egyének teljes környezetét bevonó intézkedéseket veszik górcső alá. A túlzott súlygyarapodás ugyanis tudományos konszenzus szerint nem szűkíthető pusztán az egyének mozgási és étkezési szokásaira. Az utóbbi években egyre nagyobb hangsúlyt kap maga a környezet, amelynek hatására az elhízás kialakul. A szakemberek egyre nyitottabban tekintenek az ún. „obezogén”, vagyis az elhízást elősegítő környezet megközelítésre. A környezet egyaránt hat a benne élő felnőtt és gyermek lakosságra, úgy,

hogyan olyan választási lehetőségeket nyújt, amelyek a fizikai inaktivitás és egészségtelen táplálkozás felé sodorhatják őket. Az obezogén környezetet a cikk szerzői mikro- és makroszinten különítik el. [1. ábra]

A mikro szint magába foglalja az összes olyan helyszínt és színteret, amelyek az egyének mindennapjaiban közvetlenül jelen vannak, így az otthonukon és munkahelyükön kívül a helyi infrastruktúrát (közlekedési lehetőségek), rekreációs létesítményeket, boltokat is ideértjük. Gyermekes esetekben tipikusan ide tartozik még az óvoda, iskola, tanulói környezet, a látogatott sportegyesületi helyszínek. A mikro szinthez tartozó adottságok földrajzilag behatárolhatóak, kisléptékűek és nagyban befolyásolhatóak a helyi szereplők (polgármester, képviselők, lakók) által.

Ezzel szemben a makro szinten olyan átfogó közegek, szektorok szerepelnek, mint az oktatási vagy egészségügyi ágazat, közlekedéspolitikai, élelmiszeripar, sportszektor, tömegkommunikáció, kulturális sajátosságok, stb.

A mikro és makro szinteken egyaránt megkülönböztetnek a szerzők fizikai, gazdasági, politikai és szociokulturális környezetet. A makro szint hatással van a mikro szintre, és a mikro szint jellemzői közvetlenül befolyásolják az egyének életkörülményeit. Ezen gondolatmeneten alapulva, egy elhízást elősegítő környezet a különböző szektorokon és helyi körülményen keresztül eljut az egyének szintjére is. Az obezogen környezettel kapcsolatos tudományos, valamint tapasztalati vizsgálódások még gyerekcipőben járnak. A túlzott súlygyarapodás soktényezős eredete okán, illetve az említett modell komplexitása miatt is, számos módszertani kihívás merül fel. Ide tartozik például az, hogy sok kutatás az egyes szektorokra vagy egyes célcsoportokra külön-külön fókuszál. További nehézség, hogy a legtöbb tanulmány az Egyesült Államokban készült, azok eredményeit nem lehet egyszerűen általánosítani, és felhasználni a többi kontinensre vetítve.

Az egyének étkezési és testmozgási szokásaira nézve a környezeti hatások mellett további fontos befolyásoló tényező az egyének szubjektív értékelése. A szubjektív felfogás gyakran eltér a valóságtól, és nagymértékben befolyásolja az egyének cseleke-

deteit (pl. ha valaki úgy értékeli, hogy a környezete nem alkalmas sportolásra, ám ez a valóságban nincs így, az adott személy, egyéni felfogásának megfelelően, kevesebbet fog mozogni). Az ilyen és ehhez hasonló, a személyiséget jellemző tényezők hozzáadódnak a környezeti hatásokhoz, és együttesen hatva befolyásolják az egészségi állapotot, a testmozgási és étkezési szokásokat.

A cikk felhívja a figyelmet egy fontos jelenségre: egyes kutatási eredmények hasonló elhízási állapotokat tükröznek különböző földrajzi területeken, mely hasonlóság abból is adódhat, hogy bizonyos társadalmi csoportok klaszterszerűen egy helyre tömörülnek. Ezek az eredmények a társadalmi összetételre vezethetőek vissza és nem a környezeti hatásokra, pl. a jobb anyagi helyzetben levő családok szívesebben laknak jó infrastruktúrával rendelkező helyeken, míg a kevésbé tehető családok kevésbé jó adottságú városrészekre költöznek.

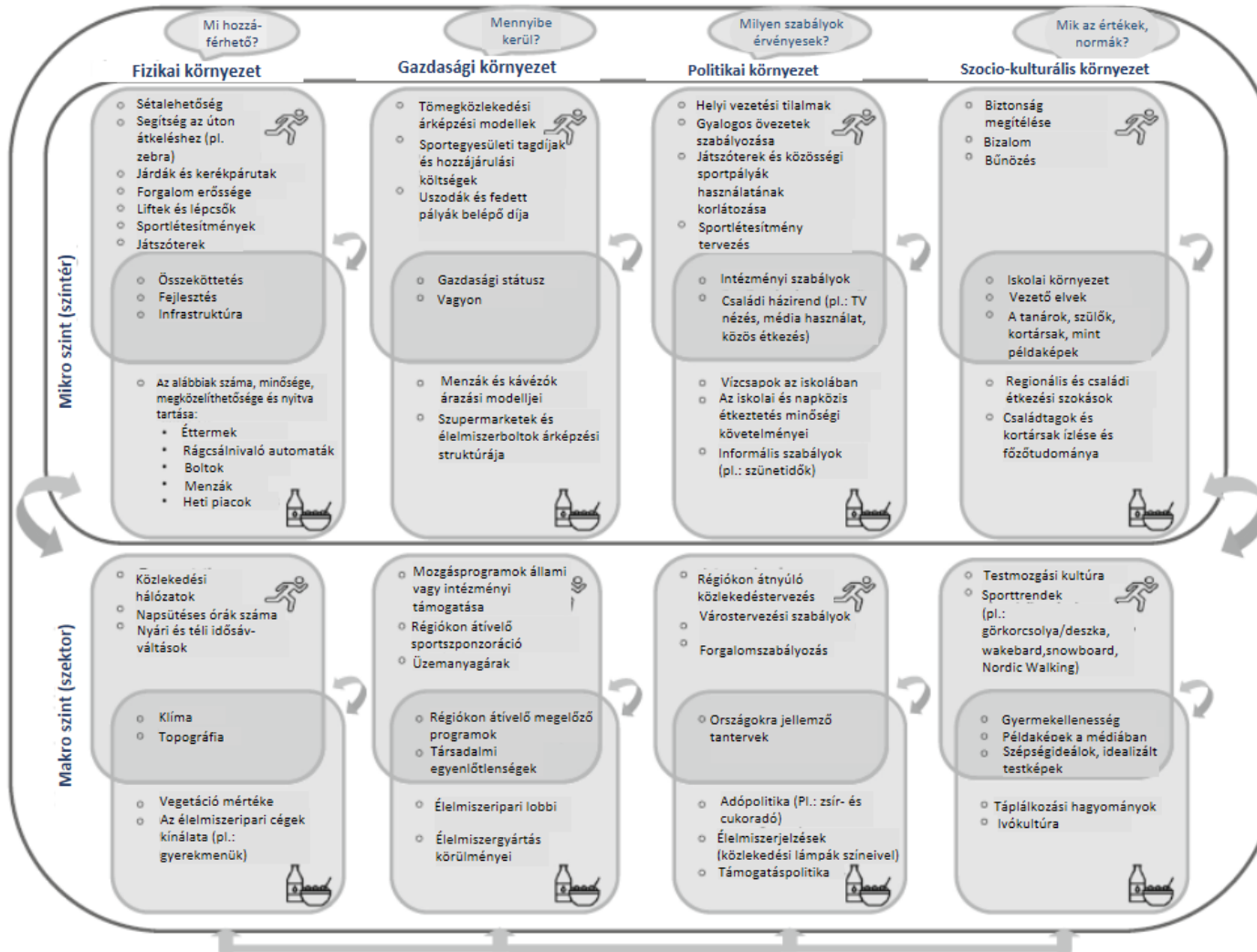
A környezeti hatások vizsgálata során figyelembe kell venni azt is, hogy sokan a szűk értelemben vett lokális környezetükön kívül töltik idejük nagy részét, ld. munkahely, így a különböző helyi szintű intézkedések nem egyenlő mértékben érintik őket.

A környezeti hatások hosszú távú befolyásának mértékét nehéz pontosan megállapítani. Jelenlegi tanulmányok alapján az egyes kontextuális/környezeti tényezők szerepe nagyobb, mint az általános külső tényezőké.

TANULSÁGOK A HAZAI SZAKEMBEREK SZÁMÁRA

A túlsúly és elhízás elleni harcban a genetikai adottságok számba vétele mellett óriási szerepe van a célcsoportra jellemző környezeti tényezők beazonosításának. Ezek felhasználásával összetársadalmi szinten hatékonyabb eredményt lehet elérni. Az obezogen környezet vizsgálata rámutat arra, hogy azok a beavatkozások, amelyek nem veszik figyelembe a célcsoport életkörülményeit mikro- és makroszinteken, hosszú távon nem lehetnek sikeresek. Így felértékelődnek a közösségeket befolyásoló szereplők hatásai, beleértve a polgármestert, a várostervezést, az óvodai-iskolai környezet irányítóit, a munkáltatókat és a sportegyesületi vezetőket.

1. ábra: Obezogén környezet - A túlsúly kialakulását befolyásoló potenciális tényezők mikro- és makroszintű rendszere



Forrás: Schneider et al. BMC Public Health (2017) 17:760