

OBEZITETI DHE FAKTORËT E LIDHUR ME TË TEK NXËNËSIT E SHKOLLAVE TË MESME NË QYTETIN E TIRANËS

ENKELEJDA SHKURTI, YLLI SAROLLI, MEHDI NDREU*

Summary

OBSESITY AND THE FACTORS RELATED TO IT IN HIGH SCHOOL STUDENTS IN THE CITY OF TIRANA

Background: Actually obesity is made a world epidemic. In a developing country, as Albania, the prevalence of obesity is increasing dramatically in the adults and the children.

Methods: A cross-sectional study was made in the city of Tirana in March-May 2011. The objective of the study was to determine the prevalence of obesity and the factors related to it in the high school students in Tirana. 230 students were selected from cluster sampling with proportional sizes. Anthropometric measurements were done and a questionnaire was used to assess the factors related to obesity.

Results: The study revealed in the selected cluster a prevalence of obesity 8.7%, overweight 6.04% and slightly overweight 5.65%. Parental employment resulted to have a significant relation to obesity status. There was no significant relation regarding sex, civil status of the parents and parental education to the status of obesity. The study showed that the students that consume fruits more than three times a week were 3.69 times more in risk to become obese than the others that consume less (odds ratio= 3.69 95CI 1.04-13.13). The consume of the other foods like fast-food or other fatty foods did not have a significant relation to obesity. Physical activity and the knowledge about nutrition appeared to be non significant in this study.

Conclusion: The high potential of being obese is alarming. The overweight and obese students need to be monitored closely. Methods for prevention of obesity like the promotion of healthy food and physical activity need to be implemented in a continuous manner.

Key words: Obesity, nutritional behavior, physical activity.

Mbipesha përbën një nga sfidat më serioze të shëndetit publik të shekullit të XXI-te në të gjithë botën. Obeziteti ka marrë proporcione epidemike dhe është një kontribues i sëmundjeve kronike dhe paaftësisë fizike (1). Në vendet në zhvillim duke ekzistuar së bashku me nënushqyerjen obeziteti është një gjendje komplekse me dimensione serioze sociale dhe psikosociale që ndikon virtualisht të gjitha moshat dhe grupet socio-ekonomike (2).

Konsumi i rritur i ushqimeve energjike, i ushqimeve me vlera të pakta me nivele të larta të karbohidrateve dhe triglicerideve të saturuara e kombinuar me një zvogëlim të aktivitetit fizik ka rritur tre herë më shumë vlerat e obezitetit nga vitet 80^{te}, në Amerikën e Veriut, në Angli, në Evropën Juglindore, dhe Australi. Epidemia e obezitetit nuk kufizohet

vetëm në vendet e industrializura, madje ajo po rritet më shpejt në vendet në zhvillim si vendi ynë (5).

Metodologjia

Ky lloj studimi është i tipit transversal. Popullata në studim përbëhet nga nxënës të klasës së 9-te-12-te. Kriteri i përjashtimit lidhet me atë që studentët të cilët ishin duke përdorur ndonjë medikament gjatë mbledhjes së të dhënave, nuk u përfshinë në studim. U përdor mostra me grupe. Si instrument kërkimi për mbledhjen e të dhënave shërbyen matjet antropometrike të peshës dhe gjatësisë. Për mbledhjen e të dhënave u përdor një pyetësor i strukturuar, që përfshinte të dhënat socio-demografike si: seksi, ditëlindja, gjendja civile e prindërve, punësimi dhe të ardhurat. Një pjesë tjetër e pyetësorit përbëhej nga