



**Döntő szerepet játszik-e a család abban, hogy a kiskamaszok megőrizték egészséges te**  
**stsúlyukat**

**?**

**Ezen  
kérdés  
megválaszolása**

**a  
feladata**

**az  
Európai  
Közösség  
alapította**

**I.Family  
kutatási  
programnak**

**,  
melyet**

**8  
európai  
országban  
végeznek**

**,  
és  
az  
IDEFICS  
programban**

**részt  
vett  
több  
mint 16.000**

**gyermek  
vizsgálatán  
alapul**

**.**

Az Európai Közösség által támogatott IDEFICS tanulmány kimutatta, hogy a 10 év alatti gyermekeknek

,  
akik

rendszeresen

családi

körben

étkeznek

,  
rendezett

otthoni

körülmények

között

élnek

és

jól

érik

magukat

, 50%

-kal

kisebb

az

esélyük

arra

,  
hogy

túlsúlyosak

vagy

elhízottak

legyenek

.

Az

IDEFICS

tanulmány

eredményei

alapján

kiderült

jelentős

felfedezést

,  
mely

a

családi  
élet  
fontosságára  
világít  
rá  
Palma de  
Mallorcán  
,  
az  
European Childhood Obesity Group  
–ECO  
(  
Európai  
Gyermekkori  
Elhízás  
Elleni  
Társaság  
)  
kongresszusán  
jelentették  
be. De  
vajon  
folytatódik-e  
ez  
a  
kedvező  
hatás  
,  
amikor  
a  
gyermekek  
elérik  
a  
“kiskamasz”  
kort  
,  
amikor  
már  
nem  
kisgyermekek  
, de  
még  
nem  
is  
nagy  
tizenévesek

–  
tehát  
egy  
olyan  
időszakban  
,  
amikor  
egyre  
több  
külső  
,  
étkezést  
befolyásoló  
tényező  
jut  
fontos  
szerephez  
?

Ez az egyik kulcskérdés, melyre az I.Family tanulmány hivatott választ adni. Az I.Family me  
gpróbálja  
felderíteni

,  
hogy  
meddig  
számít  
a  
családi  
egység  
az  
egyik  
–  
vagy  
inkább  
“A” -  
döntő  
tényezőnek  
abban  
,  
hogy  
támogassa  
az  
európai  
“kiskamaszokat”

az  
elhízással  
szemben  
vívott  
küzdelemben

.

**Iris**  
**Pigeot**

,

az  
IDEFICS  
és  
I.Family  
tanulmányok  
helyettes  
koordinátora  
említette  
az  
ECOG-on  
: "A 10  
év  
alatti  
gyermekek  
még  
teljesen  
részt  
vesznek  
a  
családi  
életben

,

különösen  
abban

,

hogy  
családi  
egységként  
étkezzenek

,

és  
ez  
, ha  
egy  
általános  
jó  
közérzettel

társul  
, 50%  
-kal  
csökkenti  
annak  
a  
veszélyét  
,  
hogy  
túlsúlyosak  
vagy  
elhízottak  
legyenek  
. A  
támogató  
és  
meleg  
családi  
háttér  
tapasztalata  
számukra  
döntő  
tényező  
abban  
,  
hogy  
megőrizték  
egészséges  
testsúlyukat.”

“Az I.Family tanulmányban ezt a 16.000 gyermeket követjük - folytatta Pigeot- hogy lássuk, f  
olytatódik-e  
a  
támogató  
családi  
háttér  
szerepe  
ezen  
jelentős  
hatást  
illetően  
, ha a  
gyermekek  
kiskamaszokká

válnak

,

vagy

átveszik

a

befolyásoló

szerepet

a

kortársak

szokásai

,

esetleg

a

környezeti

tényezők

hatása

növekszik

meg.”

“Az

IDEFICS

tanulmányból

egyértelműen

kiderült

,

hogy

a

gyermek

érzelmi

jóléte

,

önbecsülése

,

családi-és

szociális

kapcsolatai

kulcsszerepet

játszanak

az

egészséges

testsúly

megőrzésében.” A

kutatásokban

Pécsett

a

PTE

KK

Gyermecklinika

vesz

részt

.