

ΤΙΤΛΟΣ: Δείκτης Τρόπου Ζωής για την Πρόληψη Παχυσαρκίας συσχετίζεται αρνητικά με την ιατρική διάγνωση άσθματος: Αποτελέσματα παιδιατρικής μελέτης ασθενών-μαρτύρων

Εισαγωγή: Ο επιπολασμός του παιδιατρικού άσθματος και της παχυσαρκίας είναι ανησυχητικά υψηλοί. Παιδιά με υψηλό σωματικό βάρος (τουλάχιστον υπέρβαρα) έχουν υψηλότερο κίνδυνο να εμφανίσουν άσθμα. Πρόσφατα, ο τρόπος ζωής – συμπεριλαμβανόμενης της δυτικοποιημένης διατροφής και της καθιστικότητας- έχει προταθεί ως αίτιο που οδηγεί όχι μόνο σε υψηλό σωματικό βάρος αλλά και στο άσθμα.

Σκοπός: Να υπολογιστεί Δείκτης Τρόπου ζωής που αξιολογεί συνήθειες διατροφής και σωματικής δραστηριότητας και να εξεταστεί πως αυτός επηρεάζει την πιθανότητα εμφάνισης άσθματος.

Σχεδιασμός: Μελέτη ασθενών-μαρτύρων.

Συμμετέχοντες: Μελετήθηκαν 514 παιδιά (217 παιδιά με ιατρική διάγνωση άσθματος και 297 υγιή παιδιά) ηλικίας 5-11 ετών. Μεταξύ άλλων μετρήθηκαν ύψος, βάρος περιφέρεια μέσης. Επίσης καταγράφηκαν συμπτώματα άσθματος, ιατρικό ιστορικό, προσωπικό ιστορικό, κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο, συνήθης διατροφική πρόσληψη και σωματική δραστηριότητα. Υπολογίστηκε για όλα τα παιδιά Δείκτης Τρόπου Ζωής για την πρόληψη της παχυσαρκίας. Ο Δείκτης συντέθηκε από 9 συνιστώσες (συμπεριφορές στόχοι, βάσει των συστάσεων της Αμερικανικής Παιδιατρικής Ακαδημίας). Οι συμπεριφορές στόχοι βαθμολογήθηκαν με αρνητικό ή θετικό βαθμό ανάλογα με την επίδραση της συμπεριφοράς στην παχυσαρκία (πχ χρόνος μπροστά σε οθόνη – όπως τηλεθέαση, έλαβε αρνητικό βαθμό). Η βαθμοί του δείκτη κυμάνθηκαν από 0 έως 18 μονάδες. Υψηλότερος βαθμός δείκτη ήταν προστατευτικός ενάντια της παχυσαρκίας.

Αποτελέσματα: Ο Δείκτης Τρόπου Ζωής για την Πρόληψη Παχυσαρκίας συσχετίστηκε αρνητικά με δείκτες παχυσαρκίας (Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ), περιφέρεια μέσης (ΠΜ), πηλίκιο περιφέρειας μέσης/ύψος ΠΠΜΥ),  $p < 0.05$ . Τα παιδιά της ομάδας ελέγχου είχαν κατά μέσο όρο υψηλότερο Δείκτη Τρόπου Ζωής σε σύγκριση με τους μάρτυρες ( $9.3 \pm 2.7$  vs.  $8.6 \pm 2.9$ ,  $p = 0.007$ ). Επίσης ο Δείκτης Τρόπου Ζωής βρέθηκε ότι είναι προστατευτικός έναντι του άσθματος (OR 0.92; 95% CI 0.86 to 0.98,  $p = 0.014$ ), κατόπιν προσαρμογής για διάφορους συγχυτικούς παράγοντες.

Συμπεράσματα: Τα αποτελέσματα υποστηρίζουν την υιοθέτηση τρόπου ζωής που είναι συμβατός με την πρόληψη της παχυσαρκίας – υψηλότερη σωματική δραστηριότητα και υγιεινή διατροφή – ως προστατευτικό μέσο μείωσης της πιθανότητας εμφάνισης άσθματος. Περισσότερες έρευνες είναι απαραίτητες για την επιβεβαίωση των παρόντων ευρημάτων.

Ονόματα συγγραφέων:

Κων/να Παπουτσάκη<sup>1</sup>, Ελένη Παπαδάκου<sup>1</sup>, Μαρία Χονδρονικόλα<sup>2,3</sup>, Γιώργος Αντωνογεώργος<sup>2</sup>, Βασιλική Μάτζιου<sup>1</sup>, Εύα Κωνσταντακάκη<sup>1</sup>, Μαρία Δρακούλη<sup>1</sup>, Κώστας Ν Πρίφτης<sup>1</sup>

1 Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

2 Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

3 University of Texas Medical Branch