

POVEZANOST STRESA I TJELESNE TEŽINE

SAMOSTALNI ISTRAŽIVAČKI RAD ZA DRŽAVNO NATJECANJE I SMOTRU MLADIH BIOLOGA 2008.

Autori rada:

Leona Lovrenčić, 3.a
Nikolina Šaić, 3.a

Mentor:

Ana Culej, prof.

Gimnazija A.G. Matoša, Zabok

UVOD I OBRAZLOŽENJE TEME

Poremećaji tjelesne težine jedni su od fizičkih simptoma utjecaja stresnih situacija na pojedinca. Istraživači su ustanovili proporcionalnu povezanost izloženosti stresu s povećanjem rizika za pretilost.

Cilj istraživanja:

- Upitnikom intenziteta stresa u školi ustanoviti razinu intenziteta stresa

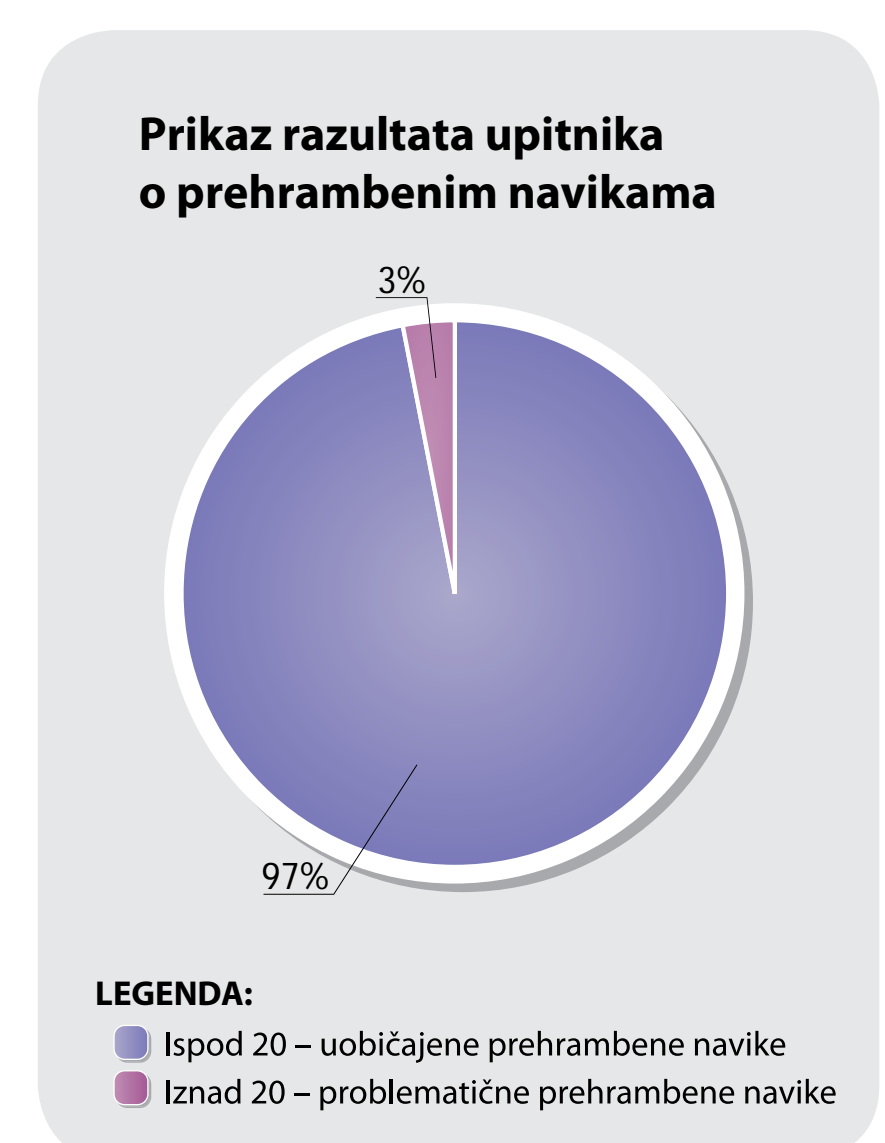
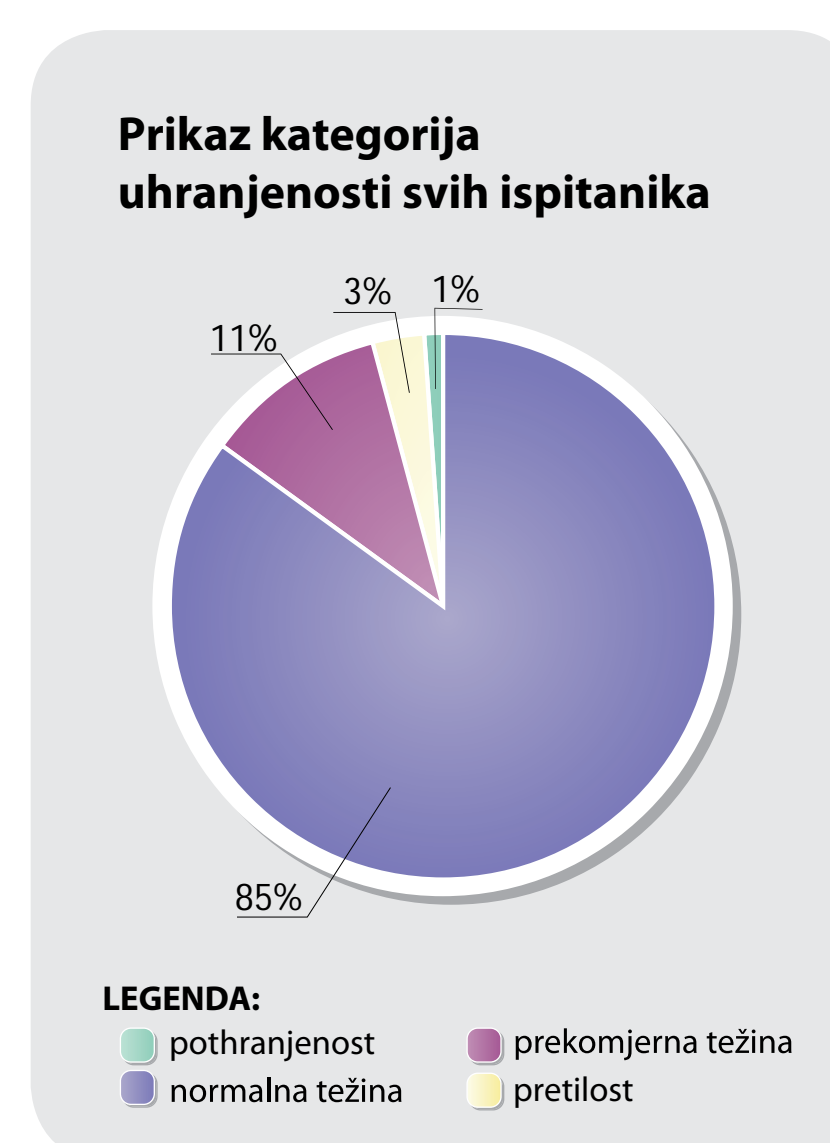
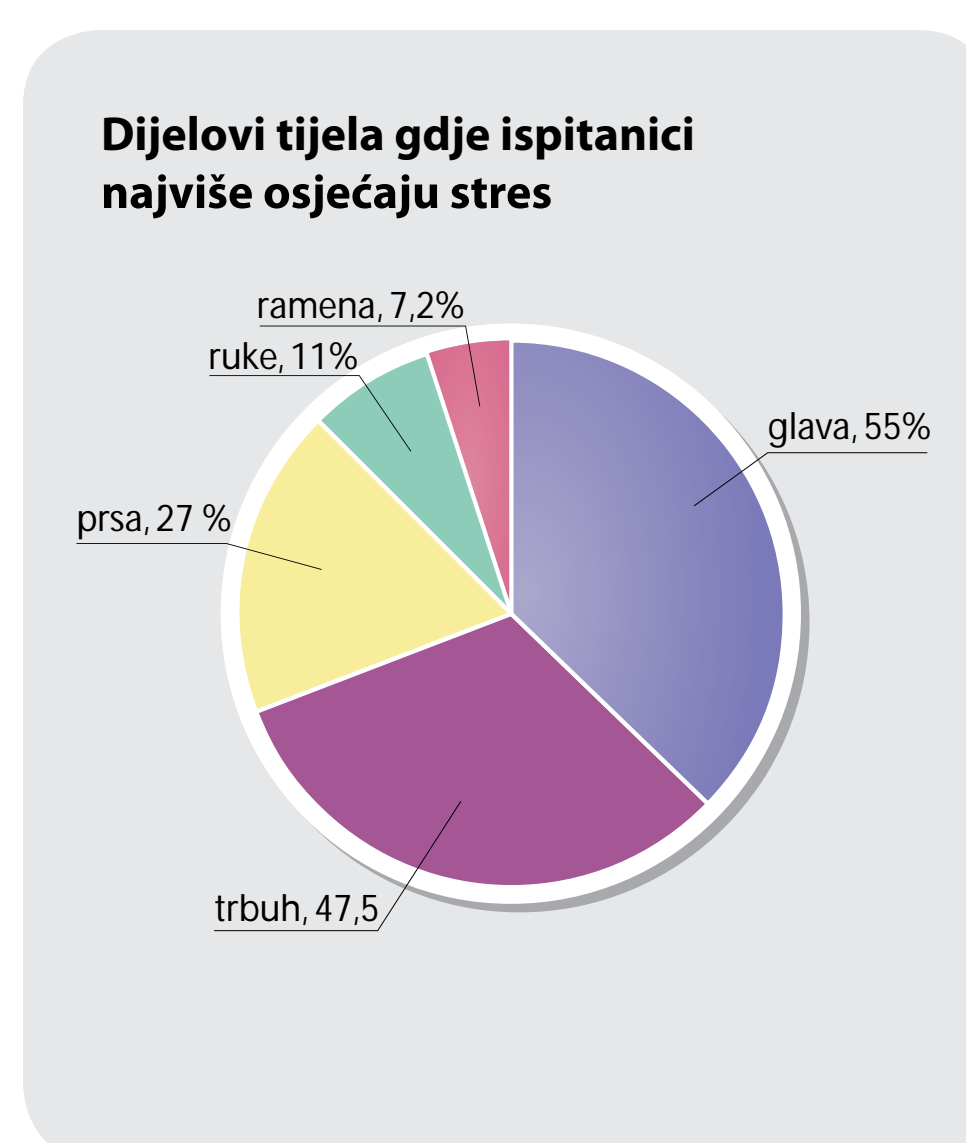
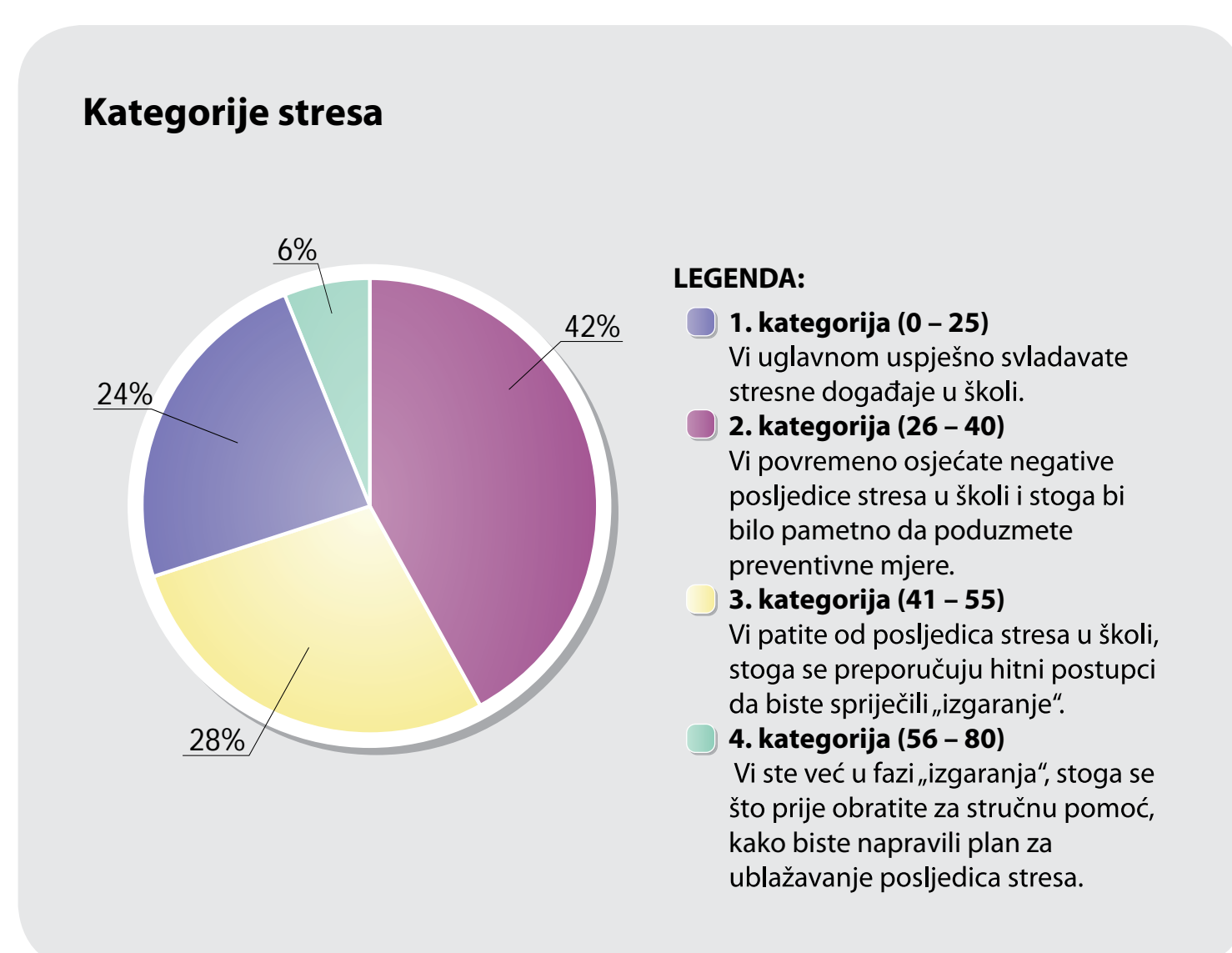


- Upitnikom EATING ATTITUDES TEST (EAT - 26) ustanoviti učestalost stresa simptoma poremećaja prehrane
- Uočiti dijelove tijela gdje učenici najviše osjećaju simptome stresa
- Ustanoviti statističku povezanost između razine stresa i tjelesne težine

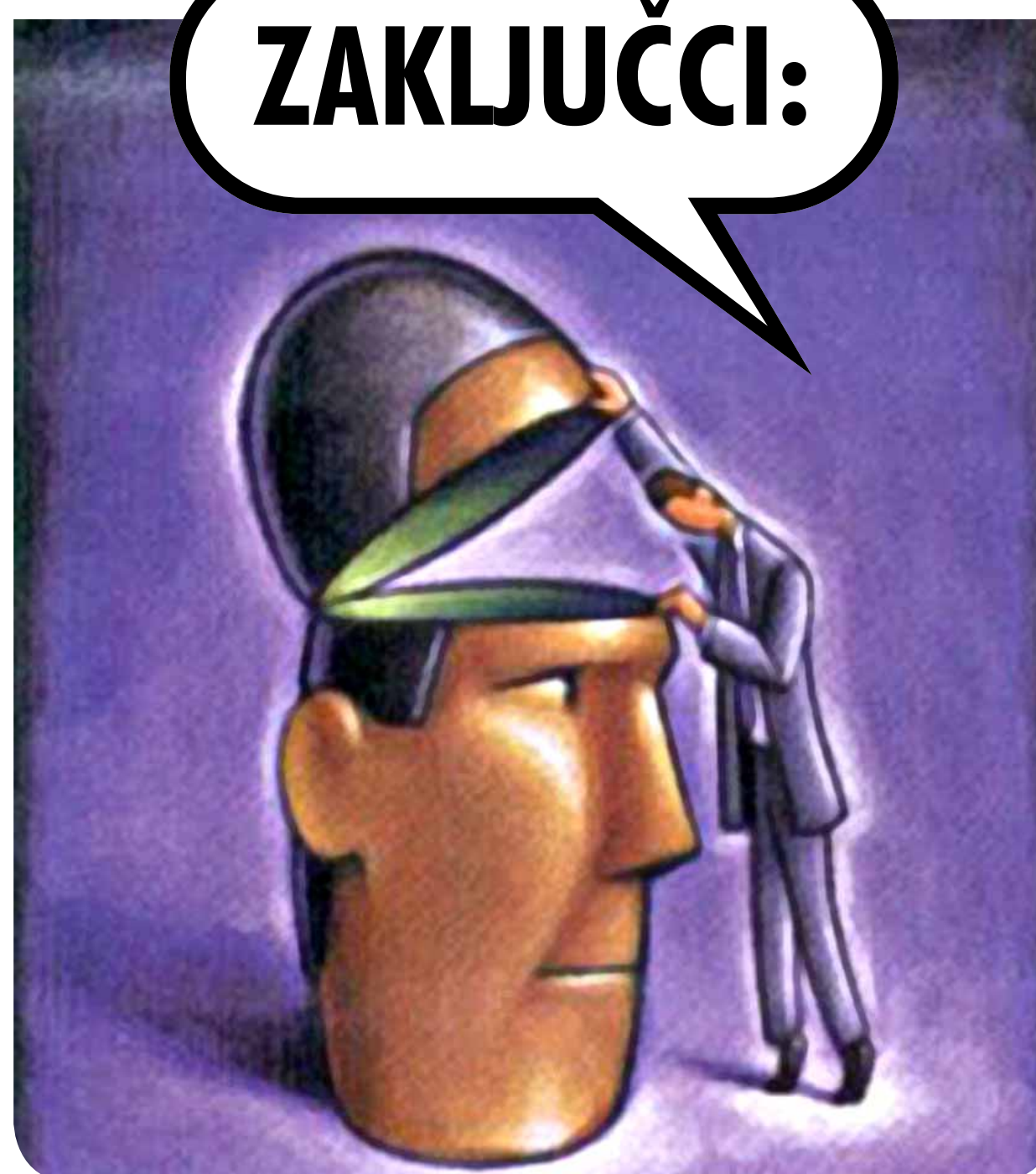
MATERIJALI I METODE RADA

- Ispitano 345 ispitanika naše škole u vremenu od 10.-12. mjeseca 2007. godine
- Upitnik intenziteta stresa u školi
- Mjerenje tjelesne težine i visine i izračunavanje indeksa tjelesne mase
- Upitnik o prehranbenim navikama – EATING ATTITUDES TEST (EAT-26)

REZULTATI:



ZAKLJUČCI:



Samo 24,4% ispitanika uspješno svladava simptome stresa

Izraženije simptome stresa imaju djevojke trećih razreda općeg usmjerenja

Najveći broj ispitanika ima normalnu tjelesnu težinu (84,6%), pretilih je 3,2%, a pothranjeno je 0,9% ispitanika

Primjenom upitnika EAT-26 o prehranbenim navikama pronašli smo deset suspektnih učenika (2,9%) - 7 djevojaka i 3 mladića

Dobivena je statistički značajna korelacija između intenziteta stresa i pojedinih dijelova tijela (glava i prsa)

Nije dobivena statistički značajna korelacija između razine stresa i tjelesne težine

Posljedice stresa pokazuje 27,8% učenika, a 6,1% učenika treba hitnu stručnu pomoć

Ispitanici najviše osjećaju stres u području glave (55,1%), trbuha (47,5%) i prsa (27,7%)