

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΓΕΩΠΟΝΙΑΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ**

**<<ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ
ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΔΗΜΟ ΝΕΑΠΟΛΗΣ-ΣΥΚΕΩΝ>>**

ΜΠΕΤΑ ΕΥΤΥΧΙΑ Α.Μ:3568

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:ΧΑΣΑΠΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ

Παράγοντες που επηρεάζουν τη διατροφή του ανθρώπου

- Φυσιολογική ρύθμιση της πρόσληψης της τροφής
- Περιβαλλοντικοί παράγοντες
- Κοινωνικοί παράγοντες
- Ψυχολογικοί παράγοντες
- Πολιτιστικοί παράγοντες

ΕΡΕΥΝΑ	ΔΕΙΓΜΑ	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ
Grigorakis et al,2015	124.133 μαθητές 3 ^{ης} και 5 ^{ης} Τάξης Δημοτικών Σχολείων	Συσχέτιση διατροφικής συμπεριφοράς και φυσικής δραστηριότητας με την Κεντρική Παιδική Παχυσαρκία
Brithish Heart Foundation and Health Economics Research Center,2008	55% των θανάτων στις γυναίκες και το 43% των θανάτων στους άνδρες	Συσχέτιση Καρδιαγγειακών Νοσημάτων με χαμηλότερη κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη
ATTICA Study,2002	1.514 άνδρες και 1.528 γυναίκες	Συσχέτιση ΣΔ με επίπεδο μόρφωσης

Σκοπός

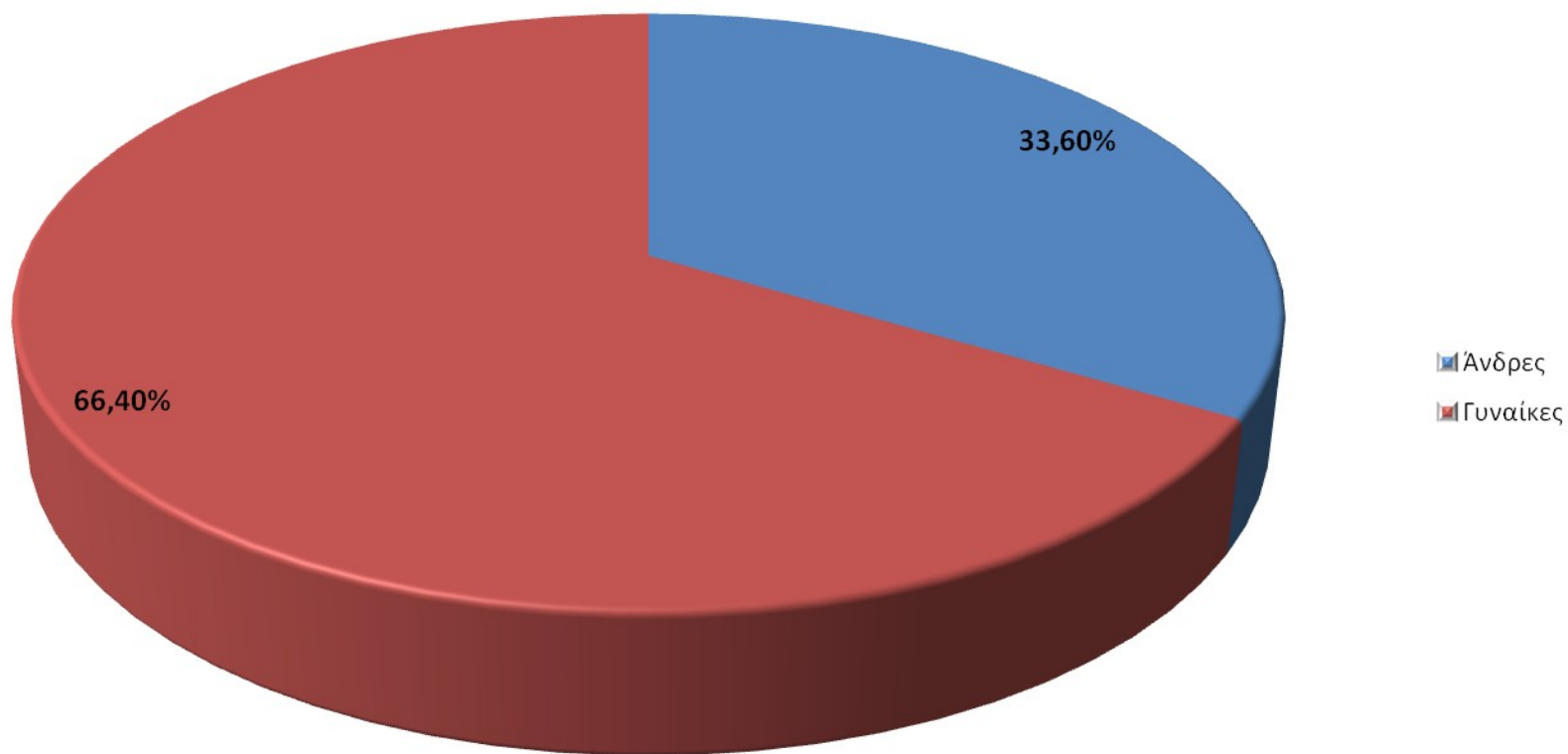
Διερεύνηση της επίδρασης των διατροφικών συνηθειών σε εκφυλιστικές παθήσεις όπως:

- Παχυσαρκία
- Σακχαρώδης Διαβήτης
- Δυσλιπιδαιμία
- Υπέρταση
- Καρδιαγγειακά Νοσήματα

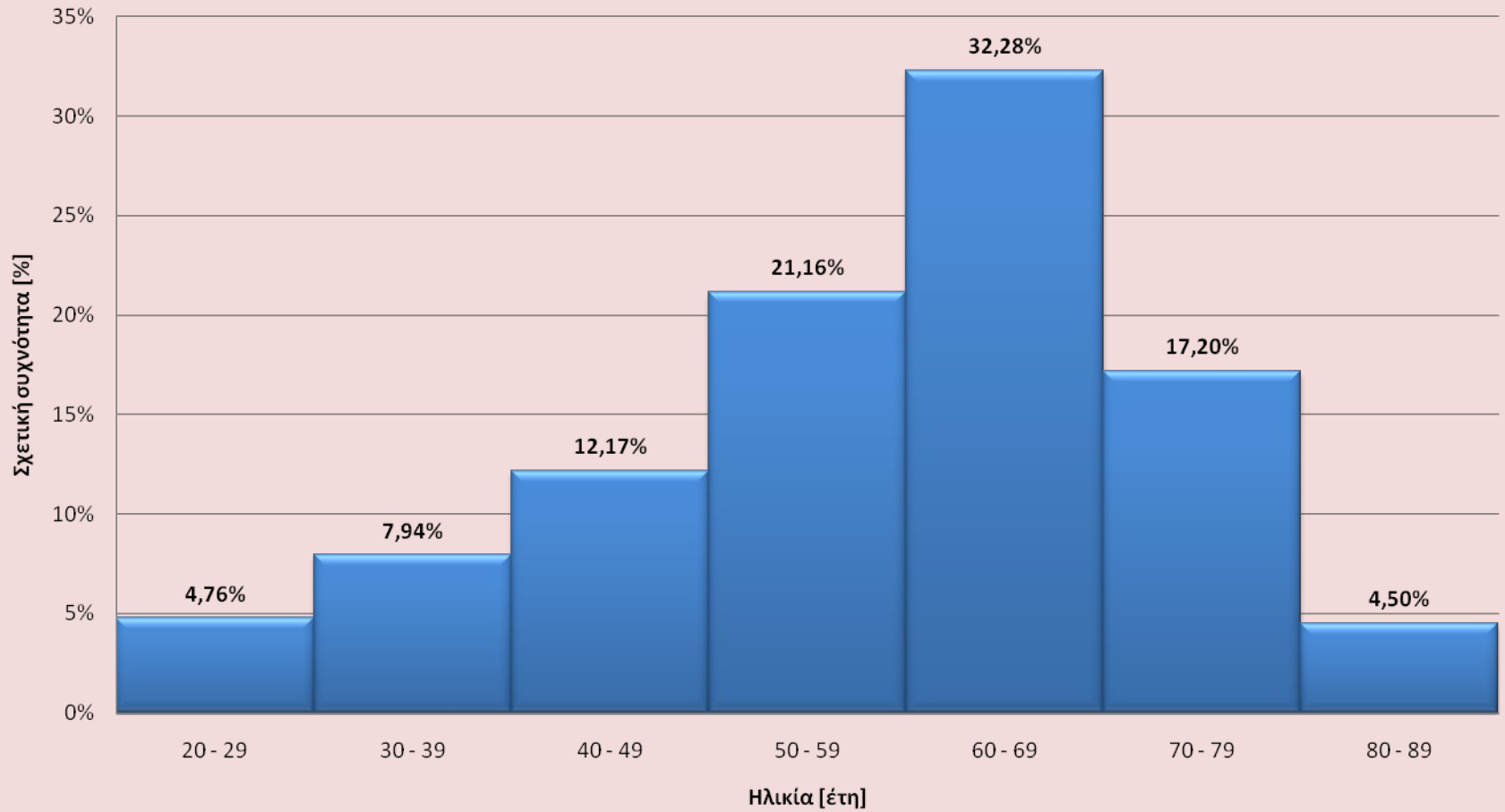
Μεθοδολογία

- Συμπλήρωση του ερωτηματολογίου με τίτλο <<Παρεμβατική μελέτη Διατροφικής Αγωγής για την Αντιμετώπιση Εκφυλιστικών Παθήσεων>>.
- Διανεμήθηκε και απαντήθηκε από 378 άτομα του Δήμου Νεάπολης-Συκεών του Νομού Θεσσαλονίκης.
- Ανάλυση των αποτελεσμάτων με τη βοήθεια του SPSS Statistics 22.

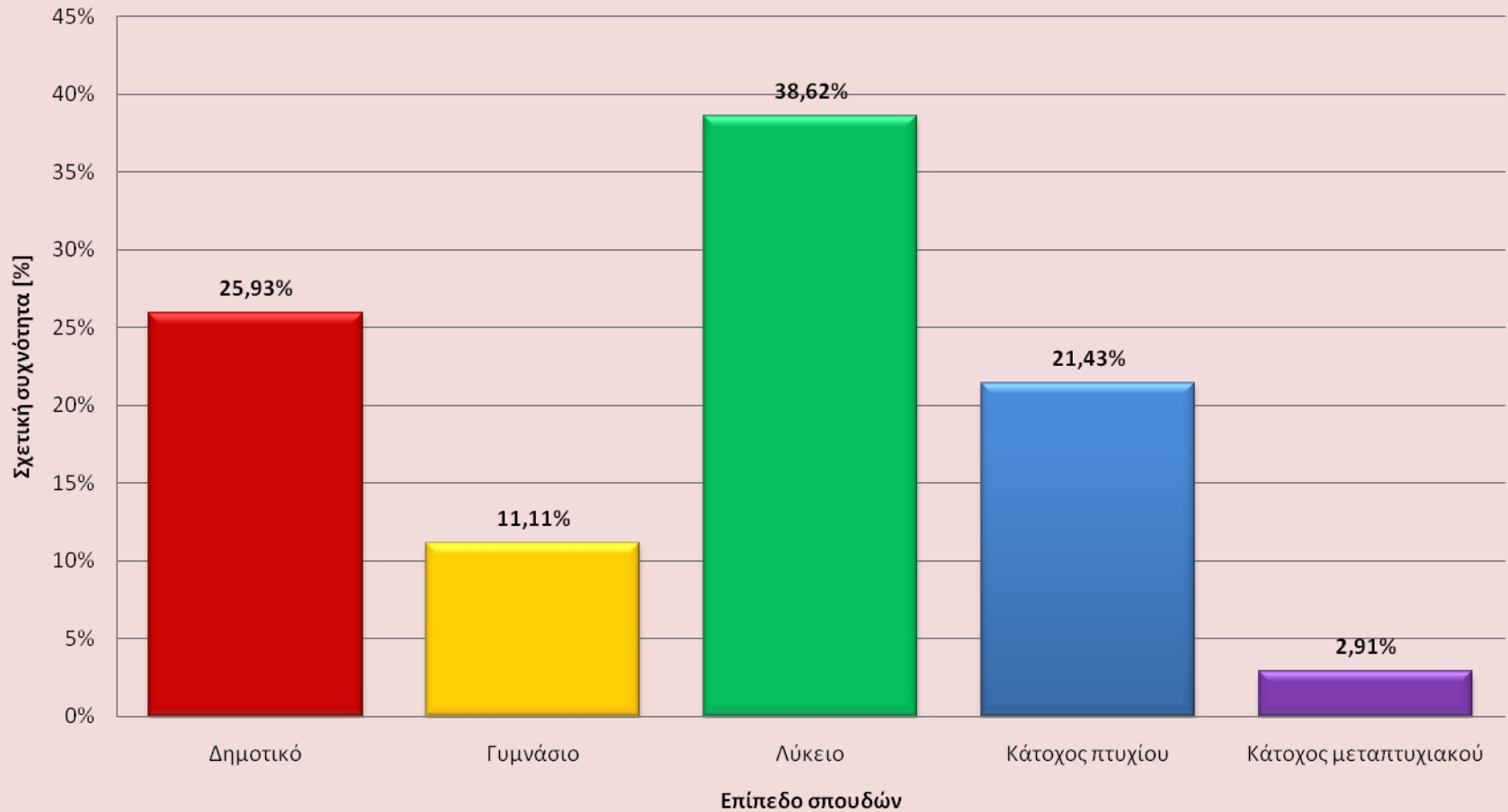
Φύλο



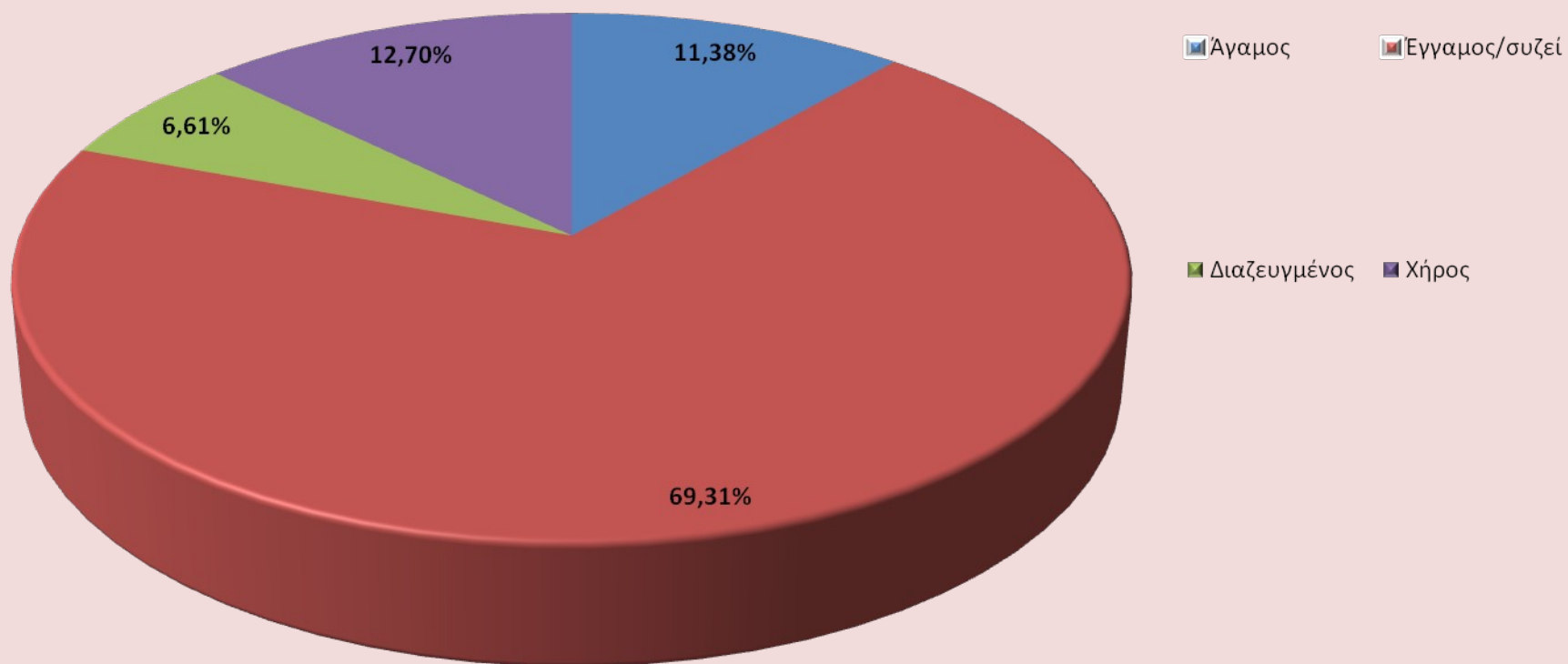
Ηλικία



Επίπεδο σπουδών



Οικογενειακή κατάσταση

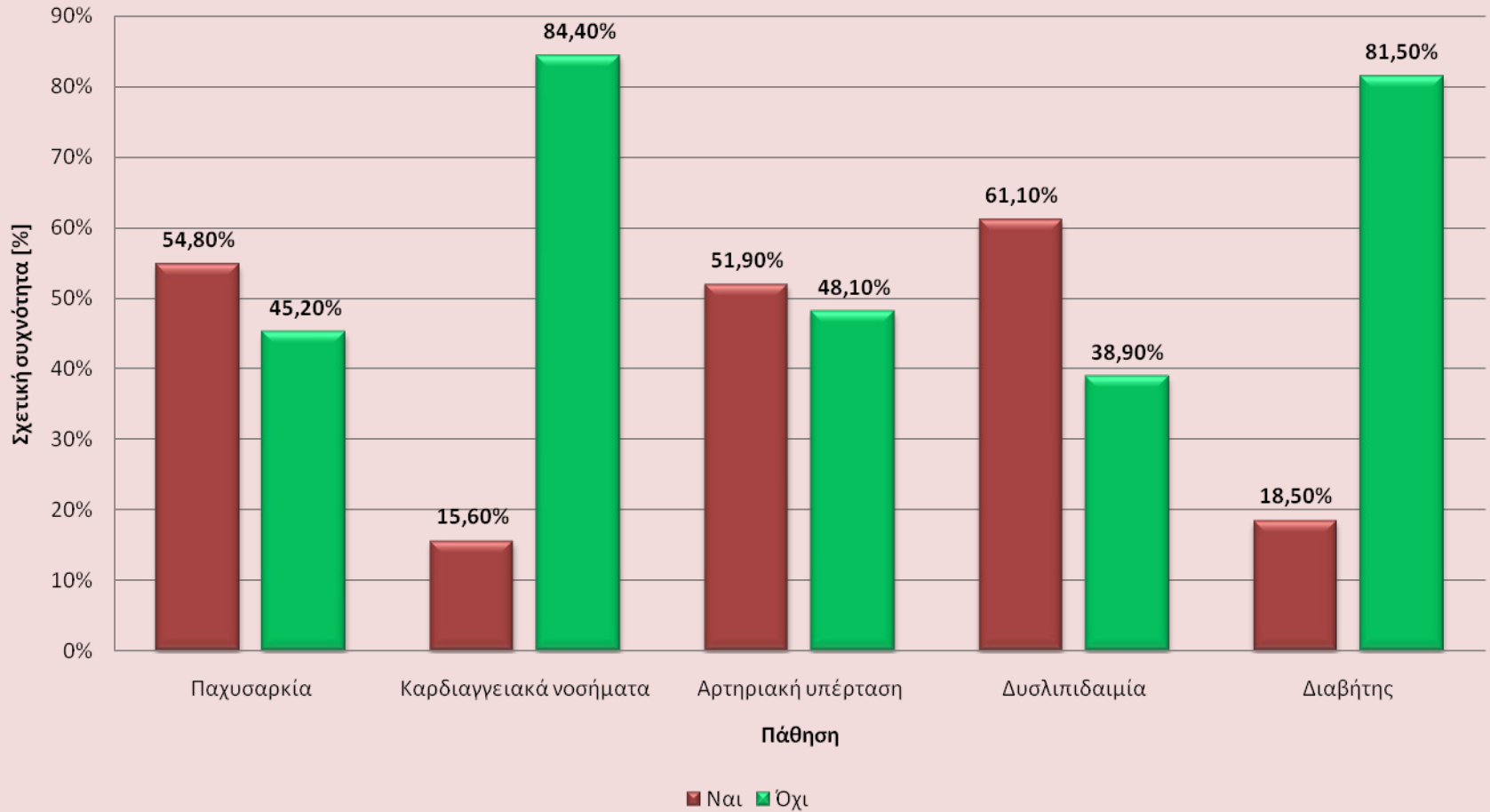


Ανθρωπομετρικά Δεδομένα

(Μέση τιμή)

	ΥΨΟΣ (cm)	ΒΑΡΟΣ (kg)	ΔΜΣ (kg/m ²)	%ΛΙΠΟΣ	ΠΕΡ. ΜΕΣΗΣ	ΠΕΡ. ΙΣΧΥΩΝ	WHR	ΠΕΡ. ΛΑΙΜΟΥ
Α	173,25	91,5	30,45	31,79	105,8	106,4	1	39,57
Γ	161,9	82,06	31,35	41,25	100,3	112,95	0,89	35,81

Παθήσεις



Σχέση καπνίσματος και εμφάνισης παθήσεων

	ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ		ΚΑΡΔΙ-ΑΓΓΕΙΑΚΑ		ΥΠΕΡΤΑΣΗ		ΔΥΣΛΙΠΙΔΑΙΜΙΑ		ΣΔ	
	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
ΜΗ ΚΑΠΝΙΣΤΕΣ	47,9	53	83,7	16,3	48	52	62,4	77,2	77,2	22,8
ΚΑΠΝΙΣΤΕΣ	43,5	56,5	85,9	14,1	46,7	53,3	57,6	85,9	85,9	14,1
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ	0,571		0,629		0,838		0,437		0,086	

p-value=0,05

Σχέση βαδίσματος και εμφάνισης παθήσεων

	ΠΑΧΥΣΑ-ΡΚΙΑ		ΚΑΡΔΙ-ΑΓΓΕΙΑΚΑ		ΥΠΕΡΤΑΣΗ		ΔΥΣΛΙΠΙ-ΔΑΙΜΙΑ		ΣΔ	
	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
ΧΑΜΗΛΗ ΕΝΤΑΣΗ	40,2	59,8	80,4	19,6	54,6	45,4	40,2	59,8	80,4	19,6
ΜΕΤΡΙΑ ΕΝΤΑΣΗ	50,9	49,1	86,1	13,9	45,4	54,6	38,9	61,1	87	13
ΥΨΗΛΗ ΕΝΤΑΣΗ	44,5	55,5	85,5	14,5	46,2	53,8	38,2	61,8	78,6	21,4
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ	0,295		0,453		0,329		0,946		0,199	
p-value=0,05										

Σχέση δραστηριότητας και εμφάνισης παθήσεων

	ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ		ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΑ		ΥΠΕΡΤΑΣΗ		ΔΥΣΛΙΠΙΔΑΙΜΙΑ		ΔΙΑΒΗΤΗΣ	
	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
ΧΑΜΗΛΗ ΕΝΤΑΣΗ	34,1	65,9	80,2	19,8	48,4	51,6	44,4	55,6	84,1	15,9
ΜΕΤΡΙΑ ΕΝΤΑΣΗ	46,8	53,2	82,9	17,1	51,4	48,6	36,9	63,1	79,3	20,7
ΥΨΗΛΗ ΕΝΤΑΣΗ	53,9	46,1	89,4	10,6	45,4	54,6	35,5	64,5	80,9	19,1
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ	0,005		0,103		0,641		0,285		0,613	

p-value=0,05

ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΓΕΥΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ	ΔΜΣ				ΠΟΣΟΣΤΟ ΛΙΠΟΥΣ				ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΜΕΣΗΣ-ΓΟΦΩΝ			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ΜΕΓΕΘΟΣ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ	116	44	79	134	88	24	49	111	101	35	69	119
ΜΕΣΗ ΤΙΜΗ	31, 74	29,1 7	30, 2	31,55	40 ,2	35, 98	37, 87	38,3 5	0,9 2	0,9 6	0,9 3	0,9 1
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ	0,007				0,115				0,344			
p-value=0,05												

Σχέση δίαιτας στο παρελθόν και εμφάνισης παθήσεων

	ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ		ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΑ		ΥΠΕΡΤΑΣΗ		ΔΥΣΛΙΠΙΔΑΙΜΙΑ		ΣΔ	
	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Όχι δίαιτα	54,3	45,7	84,0	16,0	50,6	49,4	39,5	60,5	78,4	21,6
Δίαιτα	38,4	61,6	84,7	15,3	46,3	53,7	38,4	61,6	83,8	16,2
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ	0,002		0,838		0,405		0,831		0,181	

p-value=0,05

Συμπεράσματα

- ✓ Από την παρούσα μελέτη συμπεραίνουμε ότι πολλοί παράγοντες συσχετίζονται στατιστικά, άλλοι περισσότερο και άλλοι λιγότερο, με την εμφάνιση των νόσων, όπως είναι η δραστηριότητα, το κάπνισμα, ο καθιστικός τρόπος ζωής μπορούμε να παρέμβουμε ώστε να βελτιώσουμε την ποιότητα της ζωής μας.

**Σας ευχαριστώ για την
προσοχή σας!**