



**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development



# **Euroopa laste rasvumise seire**

## **Eesti uuring 2015/16. õa**

***Childhood Obesity Surveillance Initiative - COSI***

***Eha Nurk***



- WHO Euroopa Regionaalbüroo algatus
- Eesmärk - tõkestada kasvavat rasvumise epideemiat
- 6-9-aastaste laste ülekaalu ja rasvumise trendid:
  - ülevaade epideemia arengust
  - vastumeetmete väljatöötamine
- Söömisharjumuste ja kehalise aktiivsuse trendid
- Esimesed andmekogumise lained: 2007/2008., 2009/2010. ja 2012/2013.õa
- Eesti liitus 2015/2016.õa
- Algatuses osaleb 35+ Euroopa riiki
- Protokoll on välja töötatud WHO ekspertide ja seiret läbiviivate riikide koostöös
- Andmeanalüüs nii riiklikul kui ka Euroopa tasandil



- Esinduslik valim, vähemalt 2800 last ühe vanusaasta kohta
- Uuringu protokoll kooskõlastatud TMEK-iga
- Passiivne nõusolek lapsevanematelt
- Andmekogujad tervishoiutöötajad või koolituse läbinud teised tervisevaldkonna töötajad
- Antropomeetrilised mõõtmised: pikkus, kehakaal, vöö- ja puusaümbermõõt
  - õppetöö ajal klassiruumis või kooliõe kabinetis
  - võimalusel enne koolilõunat
  - võimalusel topeltmõõtmised
- Lapse küsimustik:
  - vanus
  - elukoht (linn/asula/küla)
  - kooliskäimise viis
  - osalemine liikumisega seotud huviringides
  - hommikusöök
  - pikkus, kaal, vöö- ja puusaümbermõõt
- Koolikeskkonna küsimustik:
  - mänguväljak
  - spordisaal
  - liikumistundide kestus nädalas
  - õppetöövälised liikumisega seotud huviringid
  - koolitee ohutus
  - erinevate söökide-jookide kättesaadavaus koolis
  - tervislikku eluviisi edendavad tegevused koolis



## Valim ja osalusprotsent

|          | Valim  | Osalejad | Andmeanalüüs |    |
|----------|--------|----------|--------------|----|
|          | N      |          |              | %  |
| Õpilased | 15 457 | 12 900   | 12 700       | 82 |
| Koolid   | 497    | 381      | 381          | 77 |

- Analüüsist jäid välja:
  - uuringu läbiviimise hetkel 6-, 9- või 10-aastased (N=175)
  - puudus mõni eakohase kehamassiindeksi (KMI) hindamiseks vajalik näitaja (N=25)
- Lõplikus andmeanalüüsis sooline ja vanuseline osakaal enam-vähem võrdne:
  - 51,2% poisid, 48,8% tüdrukud
  - 49,5% 7-aastased, 50,5% 8-aastased



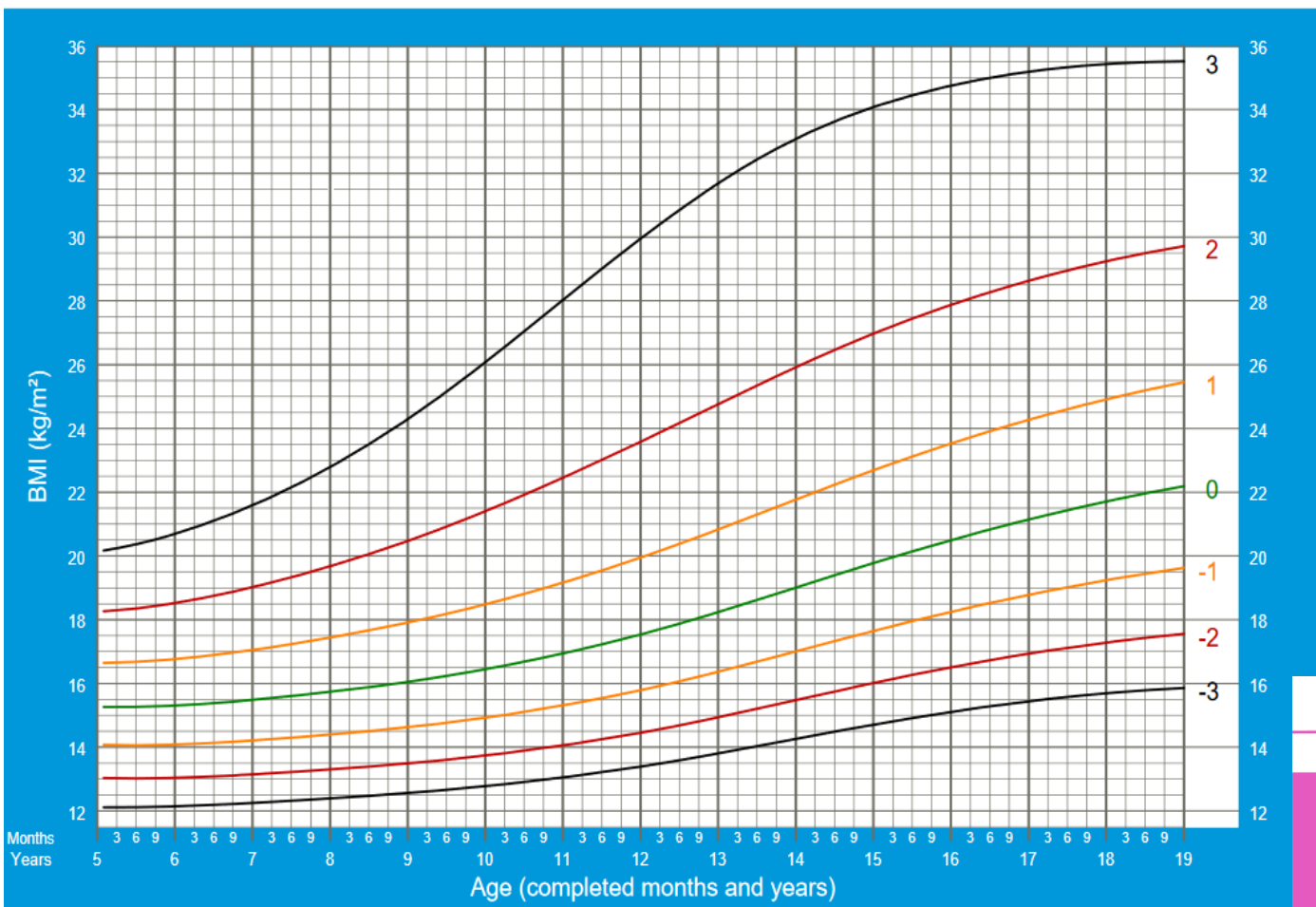
## Mitteosalemise põhjused



### Koolid, N=497



|                                                                                                     | N    | %   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|
| Kool keeldus                                                                                        | 48   | 9,7 |
| Lapsevanemad keeldusid                                                                              | 3    | 0,6 |
| Väljapakutud aeg ei sobinud                                                                         | 12   | 2,4 |
| Maakonnakeskusest kaugel<br>väike kool, alla 10 õpilase (n=34)<br>puudus uuringu läbiviija (n=7)    | 41   | 8,2 |
| Muu põhjus (HEV n=3, inglise õppekeelega kool n=2, puudus kontakt kooliga n=6, polnud I klassi n=1) | 12   | 2,4 |
| <b>Õpilased, N=15 457</b>                                                                           |      |     |
| Mitteosalenud koolidest                                                                             | 1411 | 9,1 |
| Puudusid uuringupäeval koolist                                                                      | 666  | 4,3 |
| Vanemad ei nõustunud lapse osalemisega                                                              | 457  | 3,0 |
| Laps ei nõustunud osalemisega                                                                       | 23   | 0,1 |

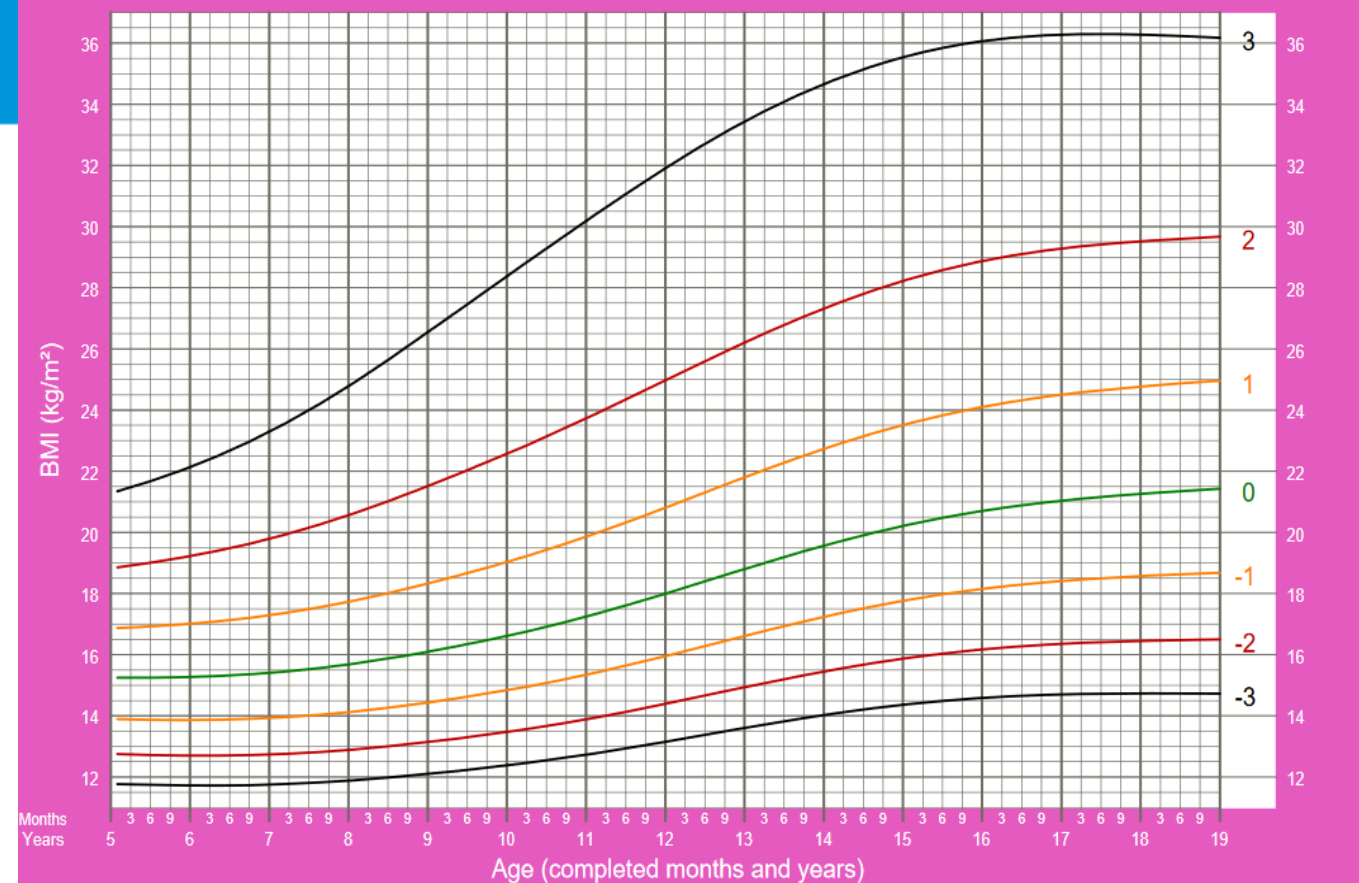


2007 WHO Reference

# Ülekaal ja rasvumine lastel: WHO kasvukõverad

## BMI-for-age GIRLS

5 to 19 years (z-scores)



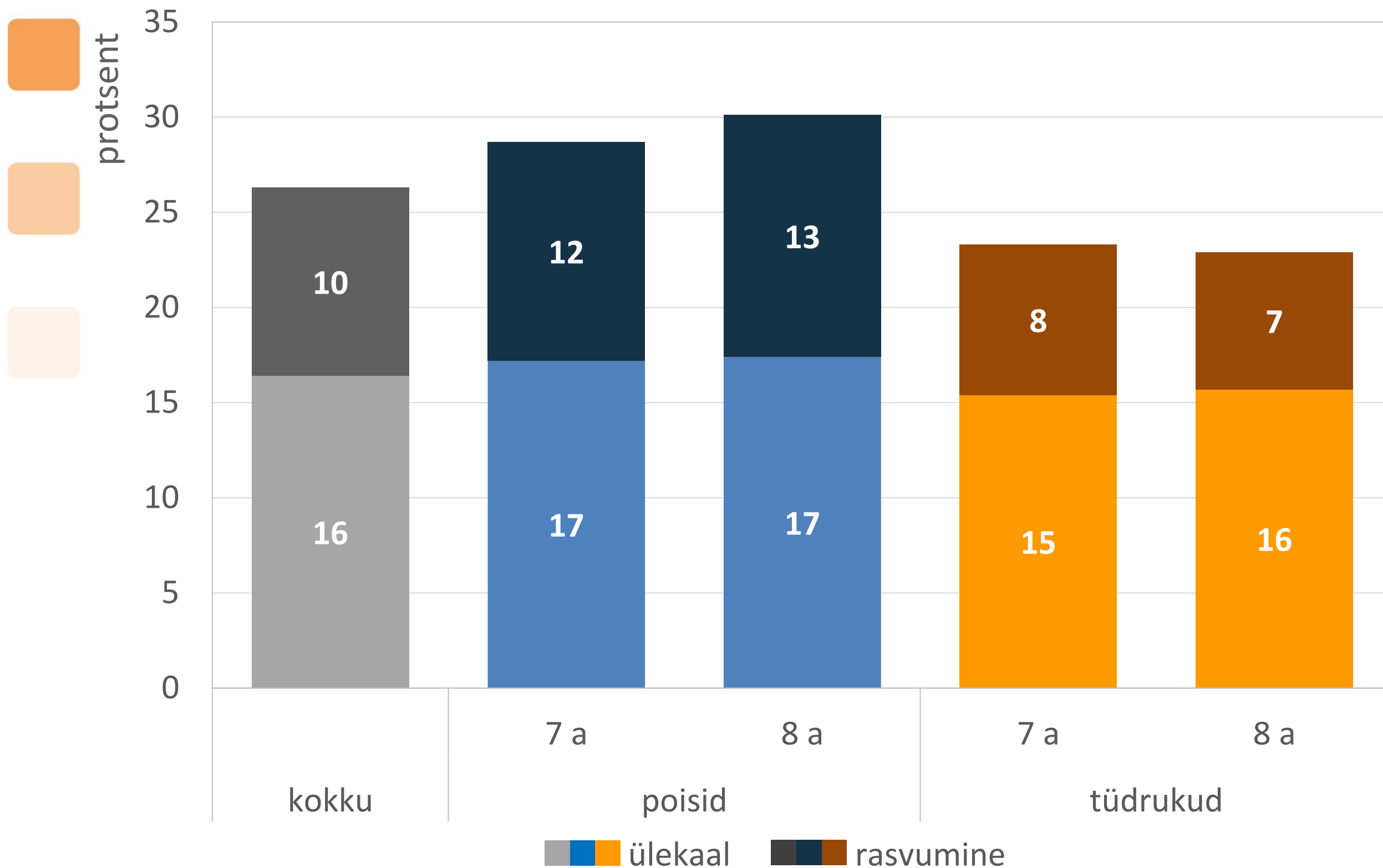
2007 WHO Reference

- **Lapsed 5-19 a**
  - ülekaal: 1 SD üle WHO kasvustandardi mediaani
  - rasvumine: 2 SD üle WHO kasvustandardi mediaani

[http://www.who.int/growthref/who2007\\_bmi\\_for\\_age/en/](http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/)



# Ülekaalulisus ja rasvumine vastavalt WHO kasvukõveratele\*

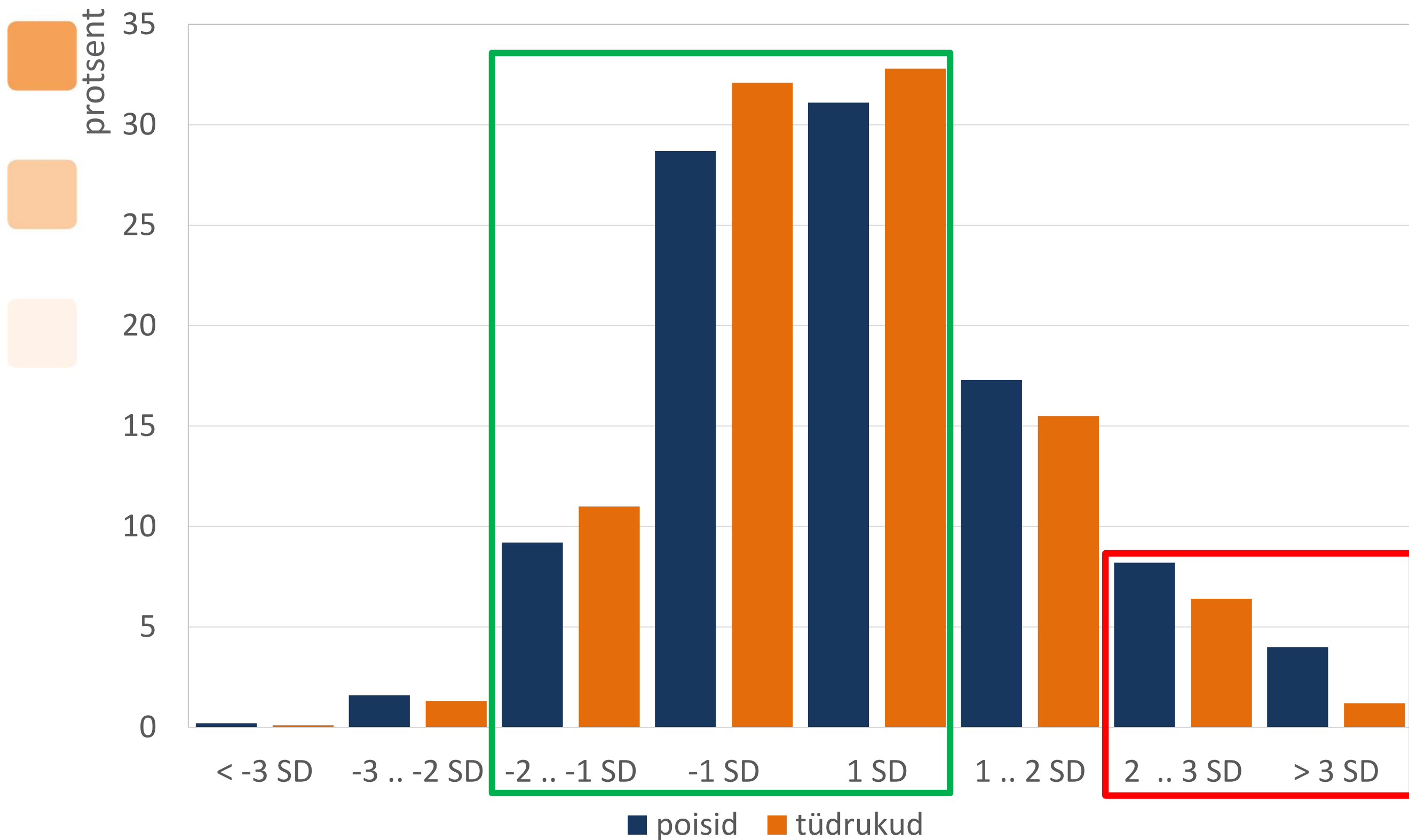


\* [http://www.who.int/growthref/who2007\\_bmi\\_for\\_age/en/](http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/)





# KMI jaotused vastavalt WHO kasvukasvukõveratele\*

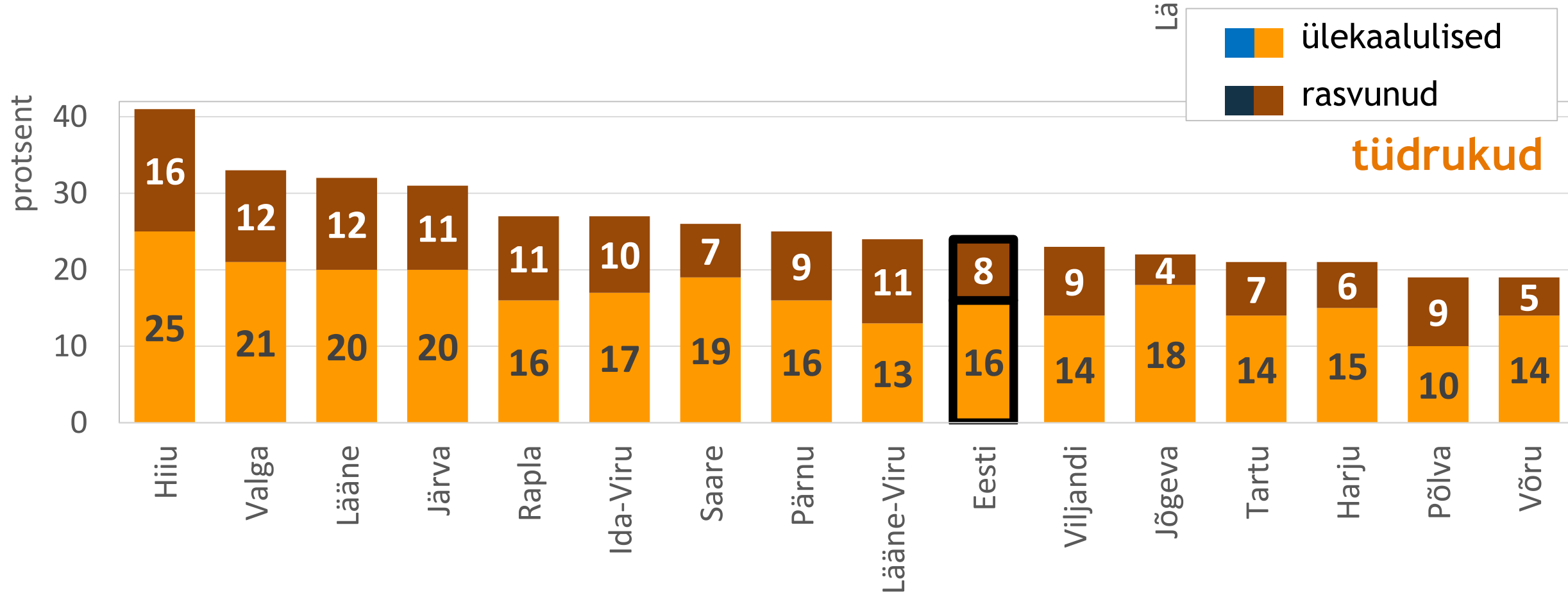
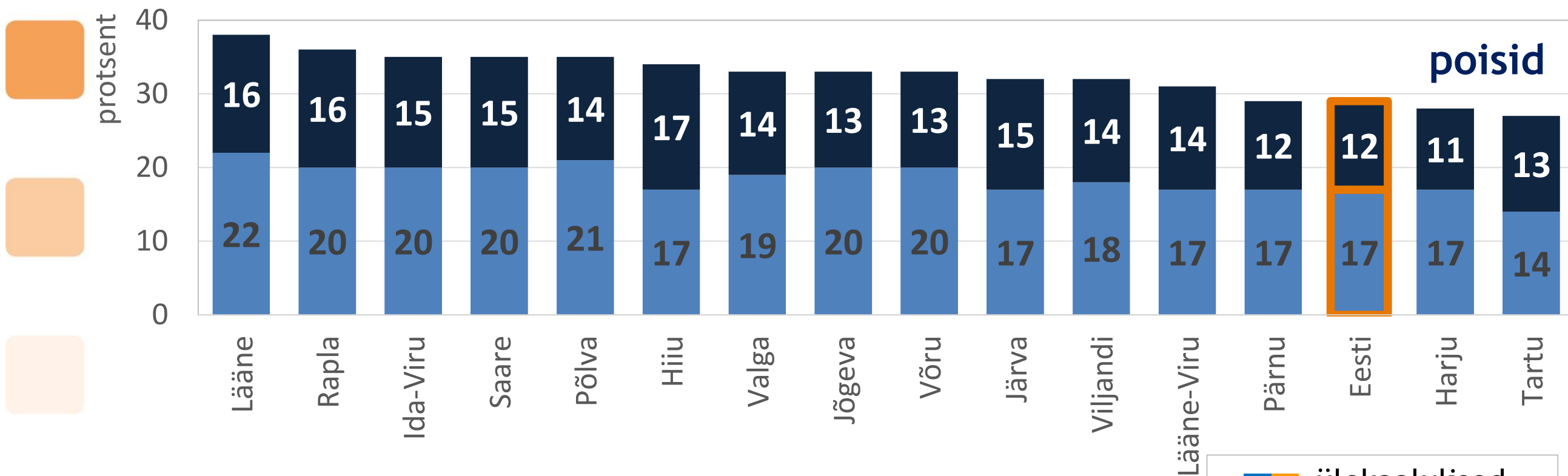


\* [http://www.who.int/growthref/who2007\\_bmi\\_for\\_age/en/](http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/)





# Ülekaalulisus ja rasvumine maakonniti vastavalt WHO kasvukõveratele



# COSI 2015-17: Overweight prevalence

Prevalence values range from 7% to 42%



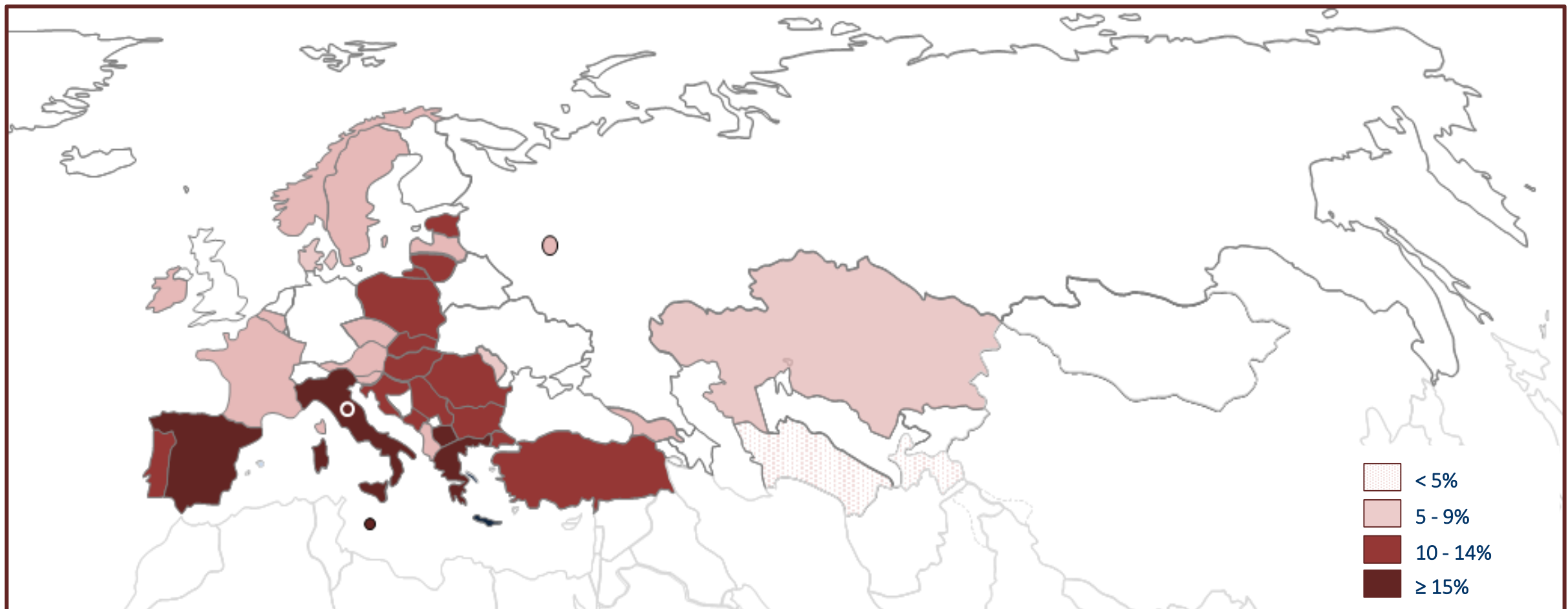
- All data from 2015-17 round but those of Belgium, Czechia, Moldova and San Marino (2012-2013)

**7 years old children:** BEL; BUL; CZH; DEN; EST; GEO; GRE; IRE; LTU; LVT; MAT; MAT; MDA; MKD; MNE; Moscow; POR; SPA; SRB; SVK; SVN; SWE; TJK; TKM; TUR

**8 years old children:** ALB; AUT; CRO; FRA; HUN; ITA; NOR; POL; ROM; SMR

# COSI 2015-17: Obesity prevalence

Prevalence values range from 1% to 19%



\* All data from 2015-17 round but those of Belgium, Czechia, Moldova and San Marino (2012-2013)

**7 years old children:** BEL; BUL; CZH; DEN; EST; GEO; GRE; IRE; LTU; LVT; MAT; MAT; MDA; MKD; MNE; Moscow; POR; SPA; SRB; SVK; SVN; SWE; TJK; TKM; TUR

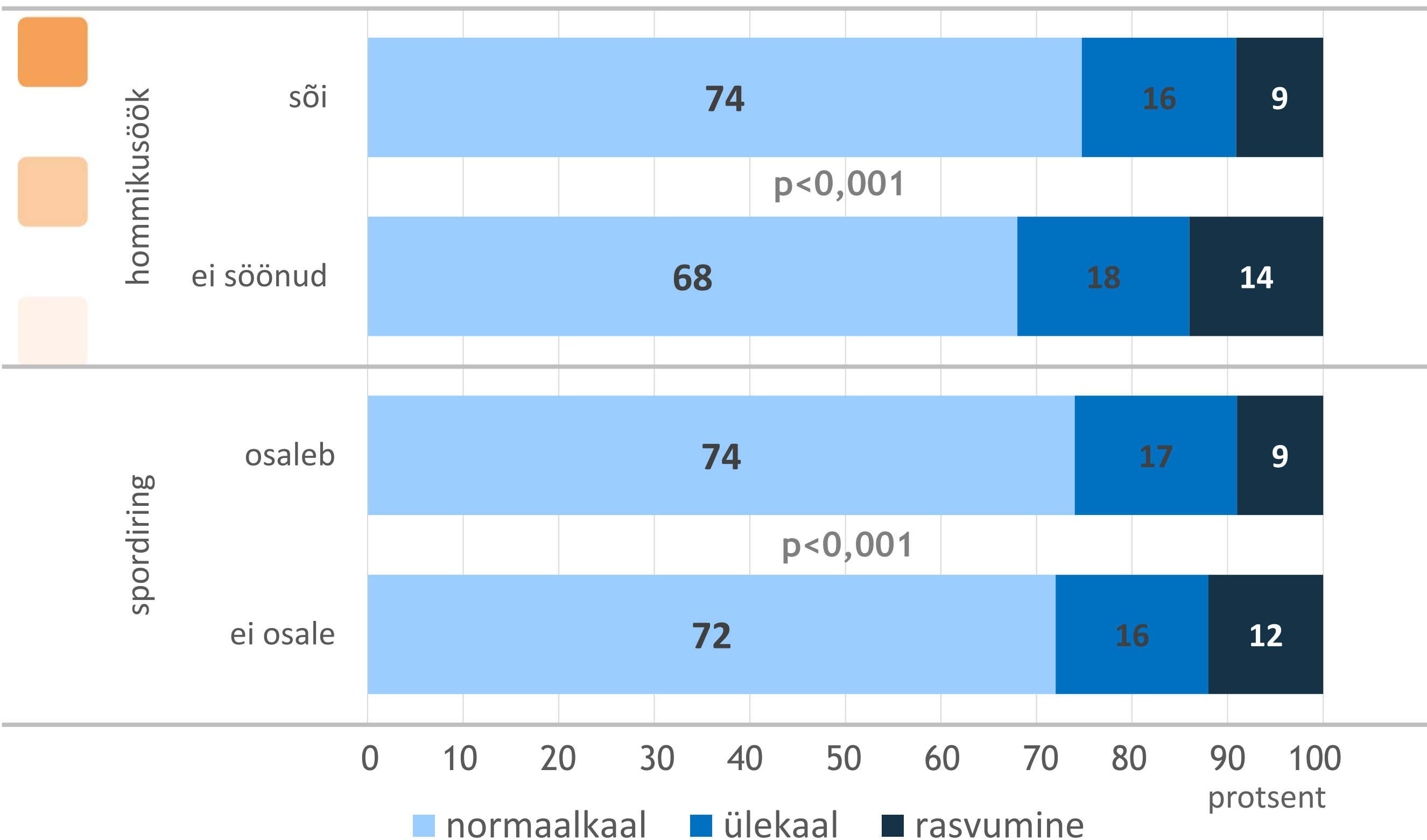
**8 years old children:** ALB; AUT; CRO; FRA; HUN; ITA; NOR; POL; ROM; SMR

Prevalence estimates are based on 2007 WHO recommended growth reference for school-age children and adolescents



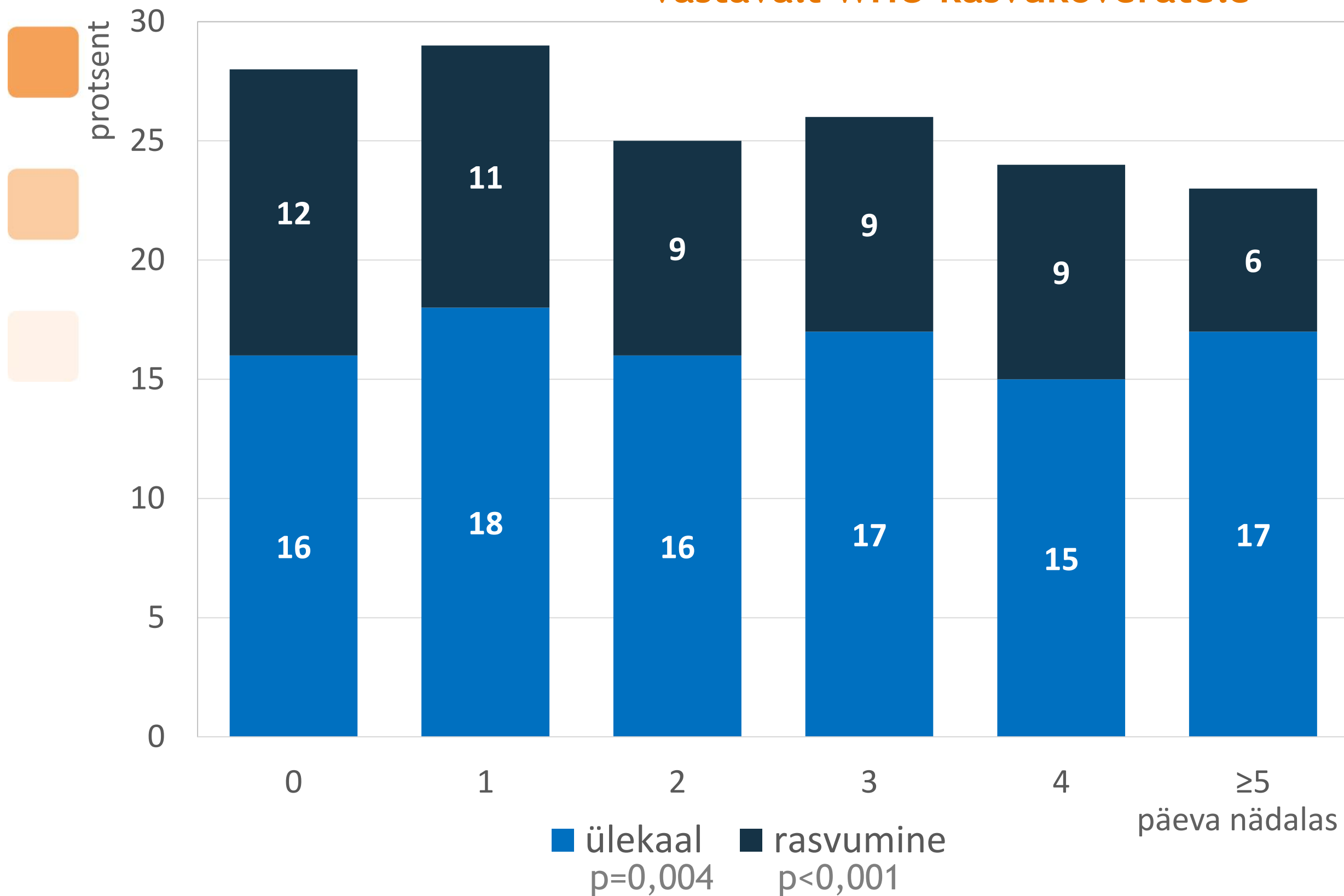
**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development

# Hommikusöök, liikumisega seotud huviringid ning ülekaal ja rasvumine vastavalt WHO kasvukõveratele



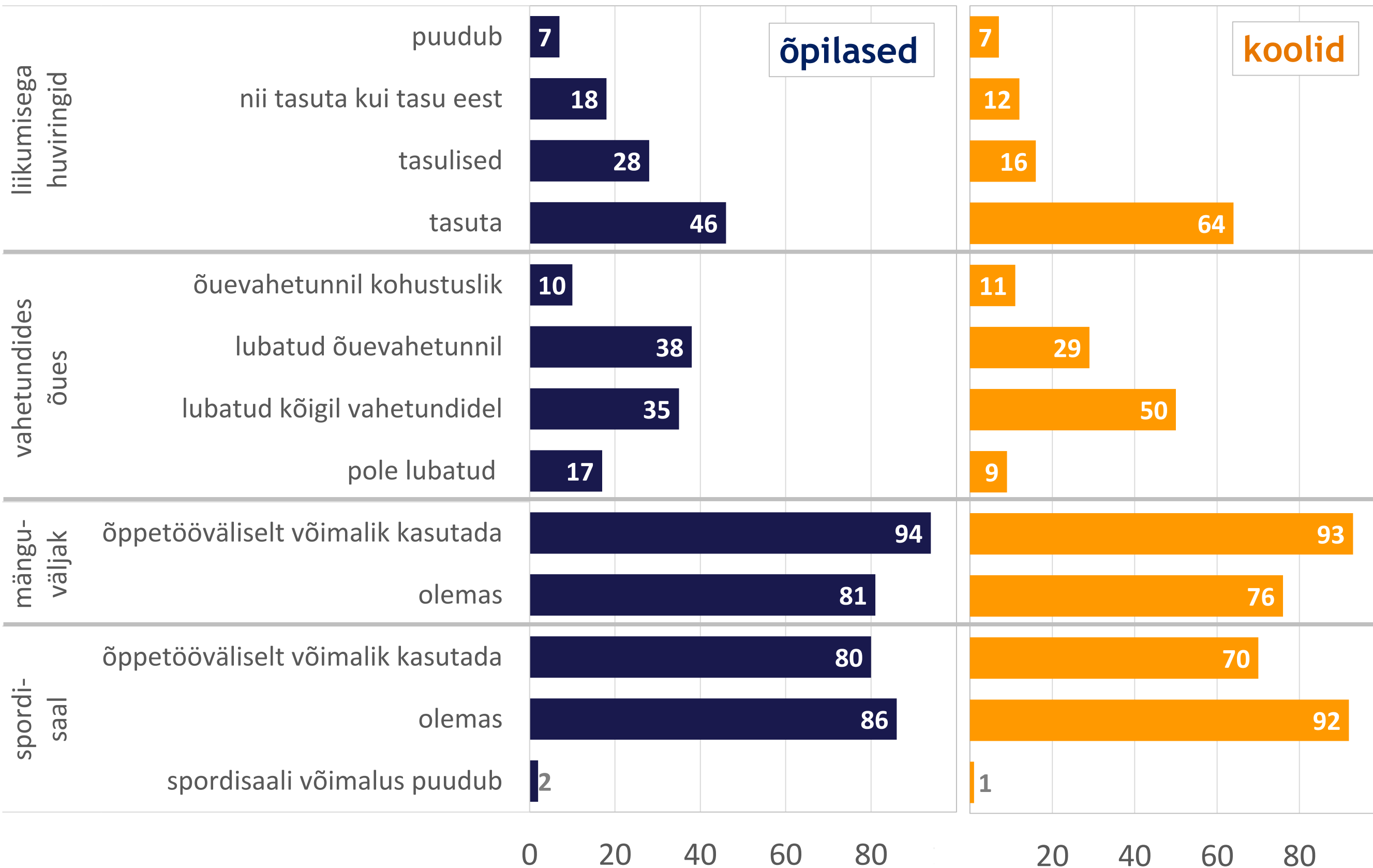


# Ülekaalulisus ja rasvumine treeningpäevade arvu lõikes vastavalt WHO kasvukõveratele





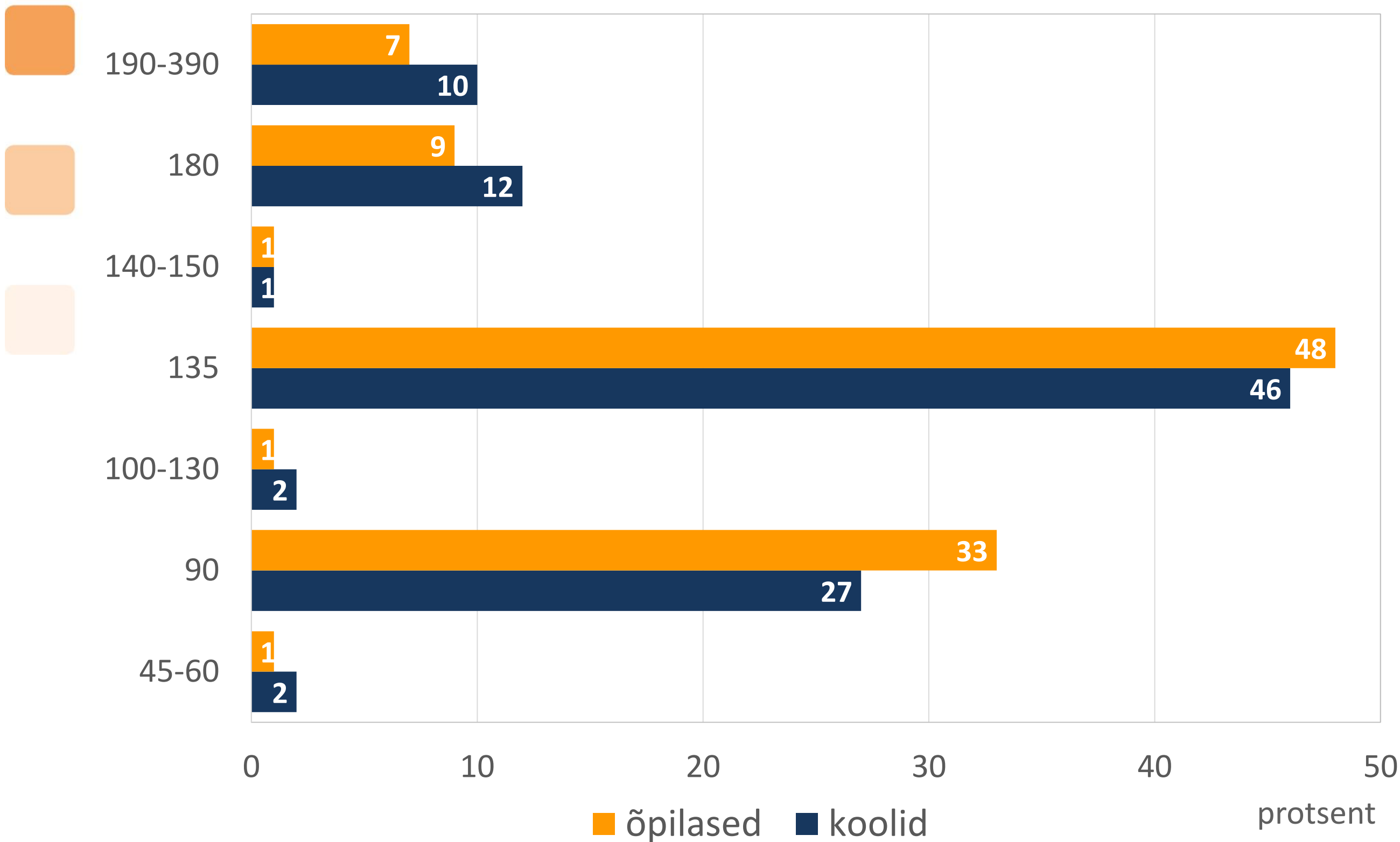
# Liikumisvõimalused





# Liikumistundide kestus nädalas

minutit nädalas



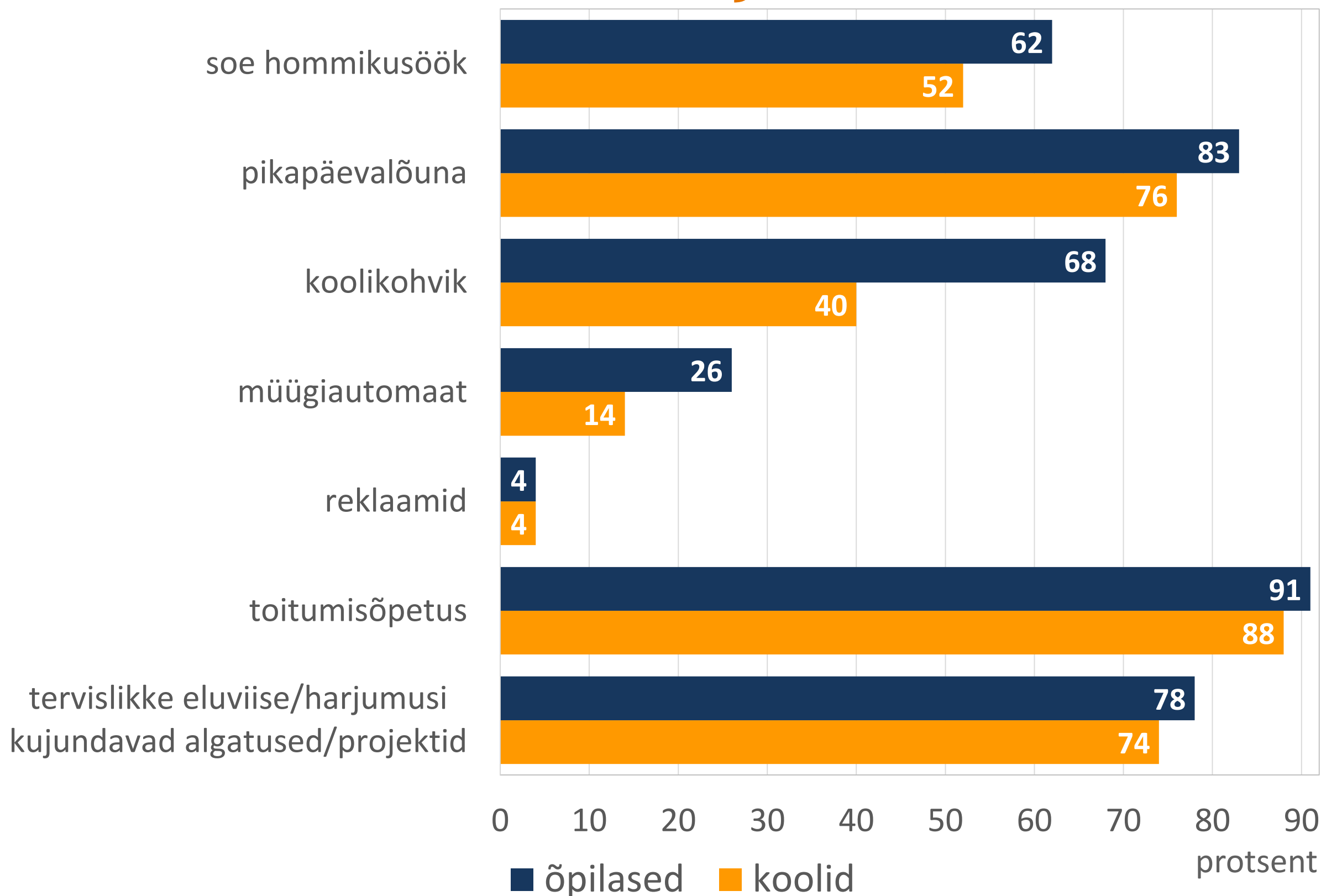




**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development



# Koolikeskkonna tegurid, mis mõjutavad toitumist

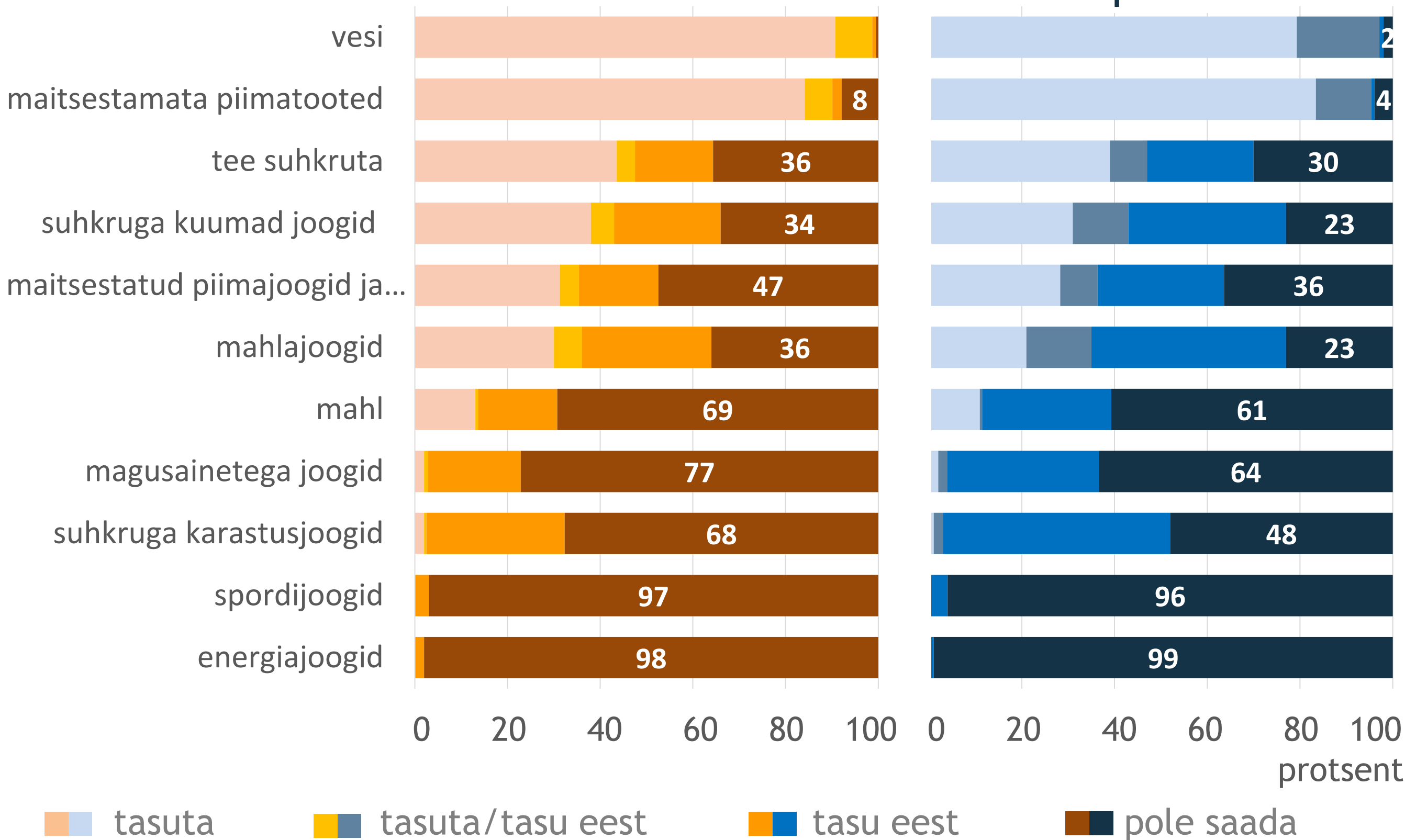




# Koolides pakutavad joogid

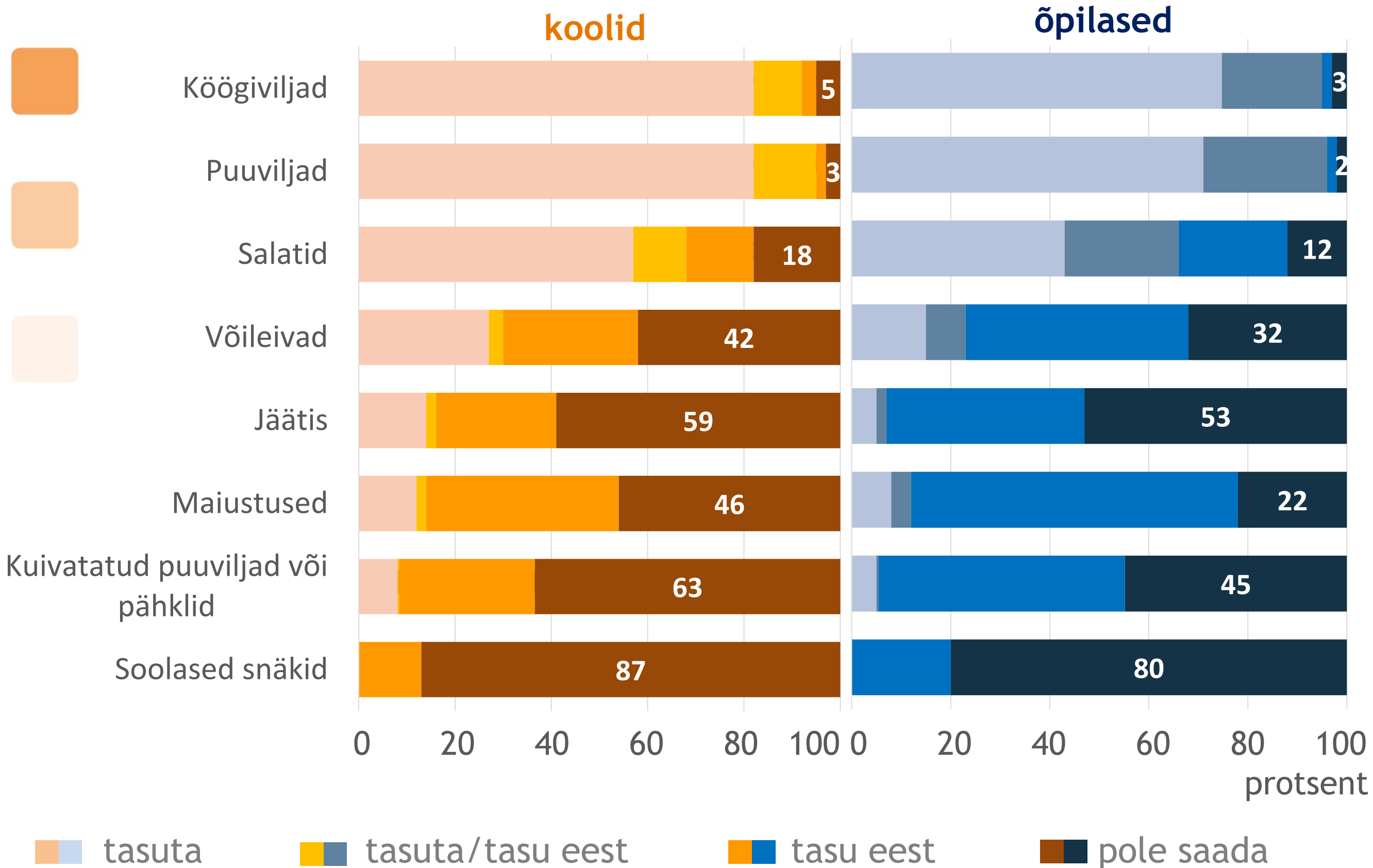
koolid

õpilased





# Koolides pakutavad söögid





**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development

<http://www.tai.ee/et/terviseandmed/uuringud>



## Euroopa laste rasvumise seire

WHO Childhood Obesity  
Surveillance Initiative  
(COSI)



## WHO Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI)



[Andmebaasist](#) [Kasutusjuhend](#) [Uued andmed](#) [Avaldamiskalender](#)

[↑ >> Tervisekäitumine ja tervis](#)

## COSI01: 1. klassi laste kehamassiindeksi kategooriad erinevate klassifikatsioonide, soo ja vanuse järgi

[Üldinfo](#) [Märkused](#) [Mõisted ja metoodika](#)

Märgi soovitud muutujad ja vali, kas tahad tabelit näha ekraanil või see failina alla laadida. [Abiinfo](#)

Sümboliga \* tähistatud muutujatest tuleb valida vähemalt üks väärtus

| Õppeaasta *                                                                                                    | Sugu *                                                                                                         | Vanus *                                                                                                        | Klassifikatsioon *                                                                                             | Näitaja *                                                                                                      | Kehamassiindeksi kategooria *                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| Kokku 1 Valitud 0                                                                                              | Kokku 3 Valitud 0                                                                                              | Kokku 3 Valitud 0                                                                                              | Kokku 2 Valitud 0                                                                                              | Kokku 2 Valitud 0                                                                                              | Kokku 5 Valitud 0                                                                                              |
| 2015/2016                                                                                                      | Poisid ja tüdrukud<br>Poisid<br>Tüdrukud                                                                       | Vanused kokku<br>7-aastased<br>8-aastased                                                                      | WHO<br>IOTF                                                                                                    | arv<br>protsent                                                                                                | Uuringus osalenud 1. klassi lapsed<br>Alakaal<br>Normaalkaal<br>Ülekaal<br>Rasvumine                           |
| Otsi <input type="text"/> <input type="button" value="→"/>                                                     | Otsi <input type="text"/> <input type="button" value="→"/>                                                     | Otsi <input type="text"/> <input type="button" value="→"/>                                                     | Otsi <input type="text"/> <input type="button" value="→"/>                                                     | Otsi <input type="text"/> <input type="button" value="→"/>                                                     | Otsi <input type="text"/> <input type="button" value="→"/>                                                     |
| <input type="checkbox"/> Rea algus                                                                             | <input type="checkbox"/> Rea algus                                                                             | <input type="checkbox"/> Rea algus                                                                             | <input type="checkbox"/> Rea algus                                                                             | <input type="checkbox"/> Rea algus                                                                             | <input type="checkbox"/> Rea algus                                                                             |

Valitud lahtrite arv: 0 (suurim lubatud arv on 200 000)

Ekraanil ei saa korraga vaadata üle 2 000 rea ja 80 tulba

Tabel

Jätka



- Iga neljas I klassi laps on ülemäärase kehakaaluga, iga kümnes rasvunud
- Levimus suurem poiste (29%) kui tüdrukute (23%) hulgas
- Suurte keskustega maakondades vähem ülekaalulisi ja rasvunuid
- Õpilaste KMI seotud hommikusöögi söömisega ja liikumisega seotud organiseeritud huvitegevusega → vähem ülekaalulisi ja rasvunuid
- Enamikes koolides on spordisaal ja mänguväljak või nende kasutamise võimalus
- Iga kuues õpilane ei pääse vahetundidel õue
- Vesi, maitsestatamata piimatooted ning puu- ja köögiviljad on enamasti tasuta saadaval
- Neljal lapsel viiest on võimalik koolis osta maiustusi ja kolmel lapsel neljast suhkruga magustatud jooki



**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development



# Täna kuulamast!

[eha.nurk@tai.ee](mailto:eha.nurk@tai.ee)