

Социологами отдела общественного здоровья Гродненского областного ЦГЭОЗ проведен социологический опрос «Основные аспекты здорового образа жизни». В качестве респондентов выступили 340 читателей детского филиала ГУК «Гродненская областная научная библиотека им. Е.Ф.Карского» в возрасте 10-14 лет.

Участники опроса – активные посетители библиотеки, и 45,9 % из них проводят свободное время за чтением. Однако, несмотря на это, результаты опроса показали, что уровень физической активности опрошенных подростков достаточно высок: 56,8 % из них занимаются в спортивных секциях, по 35,0 % ежедневно делают утреннюю зарядку и посещают бассейны и тренажерные залы, около 1/3 участвуют в спортивных соревнованиях, спартакиадах (32,3 %), 18,8 % ходят в туристические походы.

Респонденты придерживаются следующих правил питания: принимают пищу не менее трех раз в день (65,0 %), завтракают каждое утро (59,4 %), не едят (или ограничивают употребление) чипсы, сухарики (35,0 %), едят не спеша, хорошо пережевывая пищу (32,4 %), стараются кушать полезные продукты (29,7 %).

Отмечаются и негативные факты: после занятий в школе отдыхает менее 1/3 участников опроса (29,7%), 16,2% опрошенных не соблюдают режим дня и 13,5 % питаются, как придется.

Одной из задач анкетирования являлось изучение уровня распространенности табакокурения среди подростков. Среди опрошенных число тех, кто пробовал курить, составило 13,5 %. Данные респонденты выкурили свою первую сигарету в возрасте 11-13 лет. Следует отметить, что это не вошло в привычку: в настоящее время среди опрошенных подростков курящих лиц не выявлено.

Для 72,9 % респондентов основным фактором устойчивости к курению являются полученные знания о вредном воздействии табакокурения на организм. Немаловажную роль при отказе от вредной привычки играют некурящие родители и друзья (48,8 % и 37,9 % соответственно). Для данной группы подростков реклама о вреде курения не выступила в качестве эффективного средства в формировании негативного отношения к курению: ее влияние отметили 13,5 %.

Социолог ООЗ
Гродненского областного ЦГЭОЗ
М.И.Высоцкая