

Физическое развитие студенческой молодежи г. Ярославля

Научный руководитель – Тятенкова Наталия Николаевна

Брагина Александра Михайловна

Аспирант

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия

E-mail: KrupSasha18@gmail.com

В последнее время наблюдается тенденция увеличения массы тела и показателей жирового отложения во всех возрастных группах. При этом темпы изменений имеют региональные отличия, зависят от биологических и социально-экономических факторов [3].

Цель – оценить физическое развитие студенческой молодежи г. Ярославля.

В ходе работы обследованы 658 юношей и 698 девушек, обучающихся в вузах г. Ярославля (средний возраст – $20,0 \pm 0,82$ лет). Измерены длина тела (ДТ), масса тела (МТ), окружность талии (ОТ) и обхват бедер (ОБ). Массу тела оценивали по величине индекса массы тела (ИМТ, $\text{кг}/\text{м}^2$), наличие абдоминального ожирения – по индексу ОТ/ОБ, центральное жировое отложение – по индексу ОТ/ДТ. Содержание жировой массы (ЖМ, %) изучали методом биоимпедансометрии. Результаты обработаны с использованием программы Statistica 10.0.

Среднее значение ИМТ у юношей составило $22,3 \pm 5,50 \text{ кг}/\text{м}^2$, у девушек – $20,8 \pm 4,19 \text{ кг}/\text{м}^2$. Дефицит массы тела выявлен у 18,8% юношей и 17,6% девушек, избыточная масса тела – у 5,2% и 9,9%, ожирение – у 15,7% и 5,2% соответственно. При сопоставлении полученных результатов с данными по РФ можно заключить, что среди ярославской молодежи дефицит массы тела регистрируется чаще, чем в других регионах [4].

Среднее значение индекса ОТ/ОБ у юношей составило $0,79 \pm 0,08$, у девушек – $0,70 \pm 0,06$. Индивидуальное распределение показало, что гиноидный тип жирового отложения характерен для 37,1% юношей и 37,9% девушек, андроида – для 20,2% и 13,5%, соответственно. Среднее значение индекса ОТ/ДТ у юношей – $0,42 \pm 0,07$, у девушек – $0,39 \pm 0,06$. Центральное жировое отложение отмечено у 18,4% юношей и 8,2% девушек. Сопоставление полученных результатов с данными литературы [2] показало, что среди ярославской молодежи реже встречается абдоминальное ожирение.

Относительное содержание ЖМ в среднем у юношей составило $17,9 \pm 9,71\%$, у девушек – $27,4 \pm 8,09\%$. Низкое содержание ЖМ отмечено у 30,9% юношей и 18,9% девушек, повышенное – у 13,1% и 15,2%, высокое – у 17,6% и 14,5% соответственно. Распространенность высокого содержания ЖМ сопоставима с данными по другим регионам РФ [1].

Таким образом, по результатам проведенного исследования можно заключить, что распространенность дефицита массы тела у студентов г. Ярославля, особенно юношей, выше, чем в других регионах.

Источники и литература

- 1) Алфёрова В. И., Мустафина С. В. Распространенность ожирения во взрослой популяции Российской Федерации (обзор литературы) // Ожирение и метаболизм. – 2022. – №1. – С. 96-105.
- 2) Жукова Т. В. и др. Гигиенические критерии риска развития метаболического синдрома // ЗНиСО. – 2016. – №2 (275). – С. 15-17.

- 3) Негашева М. А. и др. Влияние социально-экономических и экологических факторов на секулярные изменения размеров тела современной молодёжи (пилотное исследование на примере московской популяции) // Вестник Московского университета. Серия 23. Антропология. – 2020. – №. 2. – С. 87-107.
- 4) Романенко А. А. и др. Маркеры в оценке физического здоровья представителей юношеского возраста // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – №. 3. – С. 143-155.