

# Preocupările elevilor și studenților pentru managementul propriei greutate corporale

Lucia Maria Lotrean <sup>1</sup>, Simion Lotrean <sup>1</sup>, Valeria Laza <sup>1</sup>, Maria del Olivo del Valle <sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitatea de Medicină și Farmacie Iuliu Hațieganu, Cluj-Napoca, România

<sup>2</sup>Universitatea din Oviedo, Spania

## Rezumat

*Premize și obiective.* Obiectivul acestui studiu îl reprezintă investigarea preocupărilor pentru propria greutate corporală și a metodele folosite pentru managementul acesteia în rândul elevilor de școală generală, liceu și universitate din Transilvania.

*Metode.* Au fost folosite chestionare anonime care au fost completate de 1598 elevi și studenți din județele Cluj și Hunedoara (noiembrie 2003- februarie 2004).

*Rezultate.* O treime dintre fete încearcă să slăbească, iar această tendință este observată începând cu școala generală, continuând în liceu și universitate; procentul cel mai ridicat de fete care doresc să aibă o greutate corporală mai mică se remarcă în rândul liceenelor. Băieții sunt mai puțin preocupați să slăbească, în schimb unul din 5 băieți de școală generală, aproximativ o treime dintre liceeni și un sfert dintre studenți ar dori să crească în greutate. Procentul fetelor care au apelat în ultimul an la diferite metode pentru a slăbi a crescut de la 52% în școala generală, la 57% la liceu, respectiv la 60% în rândul studentelor. Un procent mai mic de băieți (aproximativ o treime) au apelat la metode pentru slăbit în ultimul an. Principala metodă pentru slăbit, atât pentru fete cât și pentru băieți, a fost practicarea unor activități fizice, urmată de adoptarea a diferite diete specifice.

*Concluzii.* Rezultatele subliniază necesitatea de a implementa în rândul adolescenților români programe care să îi ajute să aibă atitudini realiste, privind propria greutate corporală și să dobândească cunoștințe și deprinderi care să le permită să adopte un stil de viață sănătos și să obțină o greutate ideală.

**Cuvinte cheie:** preocupări pentru propria greutate corporală, tineri români de ambele genuri