

Εξετάζοντας τους παράγοντες που καθορίζουν τη διατροφή, τον τρόπο ζωής και την υγεία παιδιών, εφήβων και γονιών στην Ευρώπη

---

Εκδόθηκε την 18η Οκτωβρίου του 2012

Για άμεση δημοσίευση

**Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΠΑΙΖΕΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΡΟΛΟ ΣΤΟ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΟΥΝ ΟΙ *TWEENS* ΕΝΑ ΥΓΙΕΣ ΒΑΡΟΣ; Το ερευνητικό πρόγραμμα I.Family που διεξάγεται σε οκτώ διαφορετικές χώρες της Ευρώπης, χτίζοντας μια ομάδα που ξεπερνά τις 16,000 παιδιά, προσπαθεί να δώσει απαντήσεις σε αυτή την ερώτηση.**

Η έρευνα του IDEFICS έχει δείξει ότι παιδιά κάτω των δέκα χρονών, τα οποία τρώνε τακτικά με την οικογένεια, τυγχάνουν οικογενειακής θαλπωρής και διατηρούν ένα αίσθημα ευεξίας, αντιμετωπίζουν 50% λιγότερες πιθανότητες να γίνουν υπέρβαρα ή παχύσαρκα.

Αυτά τα σημαντικά ευρήματα από τη μελέτη του IDEFICS, τα οποία εστιάζουν στην οικογενειακή ζωή, αναφέρθηκαν σήμερα (18 Οκτωβρίου του 2012) στο Συνέδριο του Ευρωπαϊκού Ομίλου για την Παιδική Παχυσαρκία (ECOG), στην Palma της Majorca.

Οι πιθανότητες να αποκτήσει περιττό βάρος ένα παιδί μειώνονται, αν το οικογενειακό περιβάλλον του παρέχει τη σημασία που χρειάζεται, και το αίσθημα της θαλπωρής. Ωστόσο, αυτό ισχύει όταν τα παιδιά αρχίσουν να μπαίνουν και στα χρόνια *tween*; Δηλαδή, στα χρόνια που δεν είναι ούτε παιδιά, αλλά ούτε ακόμα έφηβοι – μια περίοδος όπου οι εξωτερικές επιδράσεις αρχίζουν να μπαίνουν στο παιχνίδι. Αυτή είναι μια από τις καίριες ερωτήσεις που απασχολούν το ερευνητικό πρόγραμμα I.Family.

Η Iris Pigeot, Αναπληρώτρια Συντονίστρια, τόσο του IDEFICS όσο και του I.Family (Καθηγήτρια Βιομετρίας και Επιδημιολογικών Μεθόδων στο BIPS - Ινστιτούτο Επιδημιολογίας και Έρευνας για την Πρόληψη, στη Βρέμη της Γερμανίας) δήλωσε σήμερα, στο Συνέδριο του ECOG: «Παιδιά κάτω των δέκα χρονών, που παραμένουν συνδεδεμένα με την οικογένεια, τρώγοντας μαζί, διατηρούν ένα αίσθημα ευεξίας και αντιμετωπίζουν 50% λιγότερες πιθανότητες να γίνουν υπέρβαρα ή παχύσαρκα. Η εμπειρία ενός υποστηρικτικού και ζεστού οικογενειακού περιβάλλοντος παίζει σημαντικό ρόλο στη διατήρηση ενός υγιούς βάρους. Αυτό το εντυπωσιακό και σημαντικό συμπέρασμα επικυρώνεται με την πλατφόρμα του IDEFICS, η οποία αφορά πάνω από 16,000 παιδιά σε οκτώ διαφορετικές ευρωπαϊκές χώρες.

Το τι θα κάνουμε, τώρα, με το πρόγραμμα I. Family, είναι το εξής: παρακολουθώντας αυτή την ομάδα που συγκέντρωσε το IDEFICS», συνεχίζει η Pigeot, «θα δούμε πόσο μακριά φτάνει ο ρόλος της υποστηρικτικής οικογένειας – δηλαδή, αν ένα καλά δομημένο περιβάλλον μπορεί να διατηρήσει την επίδρασή του, όταν τα παιδιά αρχίζουν να γίνονται *tweens* ή αν αυτό τον ρόλο αρχίζει να τον υποκαθιστά ένα άλλο γκρουπ συνομηλίκων.

Η μελέτη του IDEFICS έδειξε καθαρά ότι η συναισθηματική ευεξία, η αυτοπεποίθηση, οι καλές σχέσεις μέσα στην οικογένεια και οι κοινωνικές επαφές είναι όροι κλειδιά για τη διατήρηση ενός

υγιούς βάρους. Το I.Family θα προσπαθήσει να προσδιορίσει πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος της οικογενειακής ενότητας – ή αν είναι, πράγματι, ο κυριότερος παράγοντας – στην προσπάθεια των Ευρωπαίων *Tweens* να καταπολεμήσουν την παχυσαρκία».

Τελειώνει/Ακολουθούν σημειώσεις

**Διαθέσιμη για συνέντευξη: η Αναπληρώτρια Συντονίστρια του Προγράμματος, Καθηγήτρια Iris Pigeot.**

Επικοινωνία: Rhonda Smith του Minerva στο +44(0)7887-714957 για διακανονισμό και περαιτέρω πληροφορίες.

## Σημειώσεις:

1. Η μελέτη I.Family είναι μια χρηματοδοτούμενη έρευνα, που τίθεται κάτω από το Έβδομο Πλαίσιο, του προγράμματος ΚΒΒΕ, το οποίο τρέχει από τον Μάρτιο του 2012 και μέχρι τον Φεβρουάριο του 2017. Διαθέτει 17 εταίρους, δουλεύοντας σε 11 χώρες, με ομάδες σε 8 ευρωπαϊκές χώρες – Γερμανία, Ιταλία, Σουηδία, Ουγγαρία, Κύπρος, Εσθονία, Ισπανία και Βέλγιο.
2. Η μελέτη έχει δύο αντικειμενικούς στόχους:
  - (1) Να κατανοήσει την αλληλεπίδραση ανάμεσα στους παράγοντες που παρακλύδουν ή προωθούν υγιείς διατροφικές επιλογές
  - (2) Ανάπτυξη και διάδοση των στρατηγικών για την πρόκληση αλλαγών που προάγουν υγιείς διατροφικές συμπεριφορές στους ευρωπαίους καταναλωτές, ιδίως εφήβους και γονείς.
3. Η μελέτη I.Family επανεκτιμά τις οικογένειες που πρώτες συνδέθηκαν με τη μελέτη IDEFICS – όταν τα παιδιά ήταν κάτω των δέκα χρονών. Τώρα, που τα ίδια παιδιά προχωρούν στην εφηβεία –τα tween χρόνια– η I. Family ξεχωρίζει εκείνες τις οικογένειες που έχουν υιοθετήσει από τότε έναν υγιή τρόπο ζωής, από αυτές που δεν έχουν επιλέξει υγιείς διατροφικές συμπεριφορές. Η I. Family αξιοποιεί έναν ολιστικό τρόπο μελέτης, υπολογίζοντας επίσης, και τους βιολογικούς, συμπεριφορικούς, κοινωνικούς και τους παράγοντες του περιβάλλοντος, που καθοδηγούν τη διατροφική συμπεριφορά, καθώς τα παιδιά περνούν από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση.
4. **Εταίροι του I. Family**

Συμμετέχων οργανισμός	Επικεφαλής ερευνητής/ές	Βασικές ευθύνες
Πανεπιστήμιο της Βρέμης, Γερμανία	Wolfgang Ahrens	Συντονιστής του προγράμματος
BIPS – Ινστιτούτο Επιδημιολογίας και Έρευνας της Πρόληψης GmbH, Γερμανία	Iris Pigeot	Γερμανική ομάδα, Στατιστικές
Ινστιτούτο Επιστημών των Τροφίμων, Εθνικό Συμβούλιο Έρευνας, Ιταλία	Alfonso Siani	Ιταλική ομάδα, Διατροφική Επιδημιολογία
Copenhagen Business School, Δανία	Lucia Reisch, Wencke Gwozdz	Συμπεριφορά του καταναλωτή & Επιδράσεις του περιβάλλοντος
Πανεπιστήμιο του Lancaster, Ηνωμένο Βασίλειο	Garrath Williams	Ηθική, πολιτικές και εμπλοκή των ενδιαφερομένων
Ακαδημία Sahlgrenska στο Πανεπιστήμιο του Gothenburg, Σουηδία	Gabriele Eiben, Lauren Lissner	Σουηδική ομάδα, Οικογενειακή ανάλυση
Πανεπιστήμιο του Helsinki, Φινλανδία	Jaakko Kaprio	Οικογενειακά σύνολα και γενετική μοντελοποίηση
University of the Balearic Islands, Ισπανία	Andreu Palou, Catalina Picó	Γονιδιωματική ανάλυση
University of Pécs, Ουγγαρία	Dénes Molnár	Ουγγρική ομάδα
Rudolf Magnus Institute of Neuroscience, Ολλανδία	Roger Adan	Νευροεπικοινωνία & Νευροψυχολογία
Research and Education Institute of Child Health, Κύπρος	Michael Tornaritis	Κυπριακή ομάδα
National Institute for Health Development, Εσθονία	Toomas Veidebaum	Εσθονική ομάδα
Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori, Ιταλία	Vittorio Krogh	Διατητικές μέθοδοι αξιολόγησης
University of Bristol, Ηνωμένο Βασίλειο	Angie Page, Ashley Cooper	Επίβλεψη σωματικής δραστηριότητας
Minerva PRC Ltd, Ηνωμένο Βασίλειο	Rhonda Smith, Marc Catchpole	Διάδοση και επικοινωνία
University of Zaragoza, Ισπανία	Luis Moreno	Ισπανική ομάδα
Ghent University, Βέλγιο	Stefaan De Henauw	Βελγική ομάδα

## Σημειώσεις/Τέλος

