

POVEZANOST NIVOA TJELESNE AKTIVNOSTI I PREHRAMBENIH NAVIKA SA NUTRITIVNIM STATUSOM KOD MLAĐIH ADOLESCENATA

2023.

SAŽETAK

Cilj ovog istraživačkog projekta je istražiti povezanost nivoa tjelesne aktivnosti i prehrambenih navika s nutritivnim statusom mlađih adolescenata. Mlađa adolescencija je kritično razdoblje u kojem se formiraju navike koje mogu imati dugoročne posljedice na zdravlje.

Metodologija projekta uključuje prikupljanje podataka o tjelesnoj aktivnosti, prehrambenim navikama i nutritivnom statusu putem anketnih upitnika i antropometrijskih mjerenja. Sudionici istraživanja biti će mlađi adolescenti u dobi od 11 do 14 godina. Podaci će se prikupljati u školama tijekom određenog vremenskog razdoblja.

Analiza prikupljenih podataka biti će provedena koristeći statističke metode kako bi se utvrdila povezanost između tjelesne aktivnosti, prehrambenih navika i nutritivnog statusa sudionika. Očekuje se da će sudionici s većom razinom tjelesne aktivnosti i zdravijim prehrambenim navikama imati povoljniji nutritivni status.

Rezultati ovog istraživanja imat će važne implikacije za promociju zdravlja i prehrambene edukacije među ovom populacijom, kako bi se održao optimalan nutritivni status i potaknuo zdrav životni stil u ovoj važnoj životnoj fazi.

Ključne riječi: djeca, pretilost, ishrana, tjelesna aktivnost, navike, zdravlje

THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY LEVELS AND DIETARY HABITS WITH NUTRITIONAL STATUS AMONG YOUNGER ADOLESCENTS

2023.

ABSTRACT

The aim of this research project is to investigate the association between levels of physical activity and dietary habits with the nutritional status of young adolescents. early adolescence is a critical period during which habits are formed that can have long-term implications for health.

The methodology of the project involves collecting data on physical activity, dietary habits, and nutritional status through questionnaires and anthropometric measurements. The participants of the study will be young adolescents aged 11 to 14 years. Data will be collected in schools over a specified period of time.

The collected data will be analyzed using statistical methods to determine the association between physical activity and healthier dietary habits will have more favorable nutritional status.

The results of this research will have important implications for health promotion and nutritional education among young adolescents. These findings can provide insight into the importance of promoting physical activity and healthy eating habits to maintain optimal nutritional status and encourage a healthy lifestyle during this crucial life stage.

Keywords: children, obesity, nutrition, physical activity, habits, healthcare

USTANOVA/E UKLJUČENE U REALIZACIJU PROJEKTA

- Univerzitet u Sarajevu – Fakultet zdravstvenih studija,

PROJEKTNI TIM

Ime i prezime	Pozicija	Radni status
Prof. dr. Gordana Manić	Voditelj	Zaposlenik UNSA - FZS
Prof. dr. Arzija Pašalić	Istraživač	Zaposlenik UNSA - FZS
Mr. Amna Vefić	Istraživač	Student III ciklus studija

CILJ/EVI PROJEKTA

1. Utvrditi povezanost nivoa tjelesne aktivnosti i nutritivnog statusa kod mladih adolescenata;
2. Utvrditi povezanost prehrambenih navika i nutritivnog statusa kod mladih adolescenata;
3. Kreirati narativni izvještaj o istraživanom problemu sa konkretnim preporukama vezanim za tjelesnu aktivnost i prehrambene navike.

TIP PROJEKTA

Naučno-istraživački.

IZVOR SUFINANSIRANJA

Ministarstvo za nauku, visoko obrazovanje i mlade Kantona Sarajevo.

STATUS PROJEKTA

Završen.