



www.sets.ro

ȘI EU TRĂIESC SĂNĂTOS!

Studiu elaborat de GfK, la
inițiativa Fundatiei PRAIS,
referitor la obiceiurile de
stil de viață ale elevilor din clasa
I din București.



Agenda



1. Obiective & Metodologie
2. Rezultate in detaliu
 - 2.1. Nutritie
 - 2.2. Activitate fizica si sport
 - 2.3. Stil de viata
 - 2.4. Profile demografice
3. Sumar



1. Obiective & Metodologie

Objective

Objective SETS



Principalele obiective ale miscarii nationale “Si eu traiesc sanatos!” sunt urmatoarele:

- Prevenirea obezității juvenile în România;
- Îmbunătățirea obiceiurilor de consum și a stilului de viață în rândul copiilor și familiilor acestora;
- Informarea familiilor/ publicului larg cu privire la beneficiile unei alimentații echilibrate; activităților fizice zilnice, sportului, combaterea stresului, accesul la cultură, drepturile civice, grija față de natură;
- Crearea unei alianțe naționale de valori ce vor susține cauza mișcării pe o perioadă de 5 ani: medici, psihologi, profesori, sportivi; universități, mass media, asociații, instituții, companii, lideri de opinie.



Obiective cercetare



Evaluarea obiceiurilor si a stilului de viata ale elevilor din clasele I si ale familiilor acestora.

Metodologie



Tipul de Studiu

Interviuri F2F (fata in fata) cu autocompletare pe hartie la resedinta respondentului – PAPI (Pen and Paper Interviews);

Populatia investigata

Parintii elevilor de clasa I din 30 de scoli din Bucuresti

Marimea esantionului

N= 677 de interviuri, marja de eroare de $\pm 3.77\%$ la un nivel de incredere de 95%

Metoda de esantionare

Reprezentativ pentru elevii de clasa I din Bucuresti, in care este prezenta miscarea SETS
Verificarea calitatii chestionarelor: 5% verificare telefonica

Consideratii generale

Perioada de culegere a datelor: 10 Decembrie 2012 - 16 Ianuarie, 2013

Chestionar

Realizat de Fundatia PRAIS, revizuit de catre Ministerul Sanatatii si adaptat de GfK Romania.

2. Rezultate in detaliu

In medie, copiii de clasa I din Bucuresti au varsta de 7 ani, fiind in numar relativ egal fete si baieti.

Varsta si sex copil

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media



Q1. Va rugam sa notati pe spatiul punctat varsta copilului in ani impliniti la care se va face referire in urmatoarele intrebari ... - Raspuns unic, asistat

Q2. Este baiat sau fata? - Raspuns unic, asistat

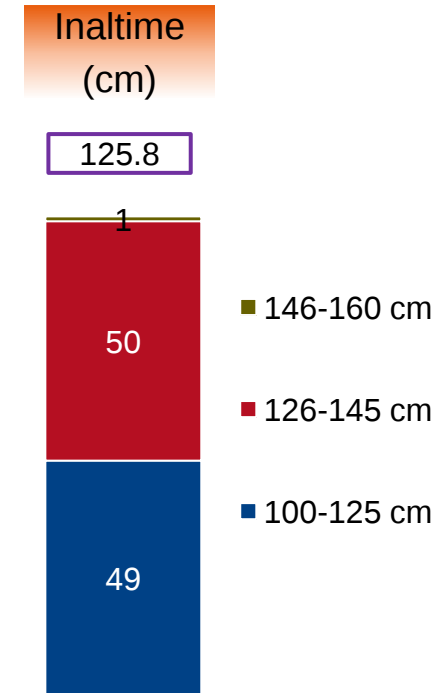
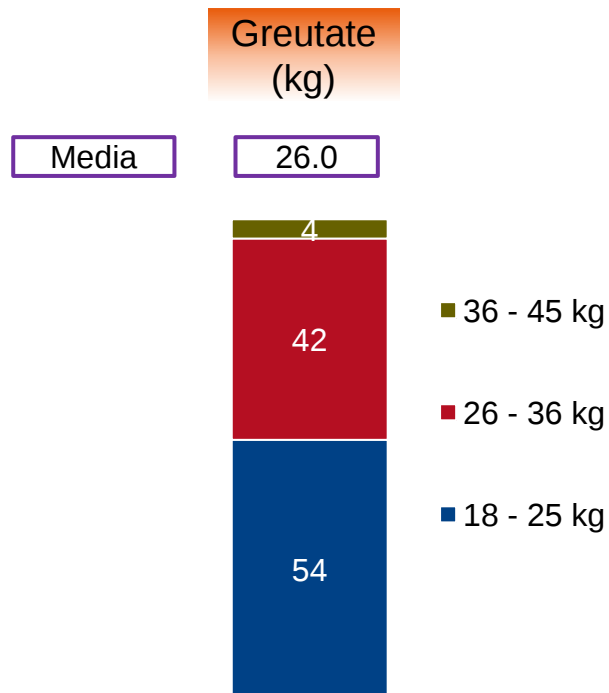
© GfK Romania 2013 | Fundatia PRAIS | Si eu traiesc sanatos | Aprilie 2013

In medie, un copil de clasa I din Bucuresti cantareste 26 kg avand o inaltime medie de 125.8 cm.

Greutate si inaltime copil

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media



Q3. Care este greutatea copilului? - Raspuns unic, asistat

Q4. Care este inaltimea copilului? - Raspuns unic, asistat

© GfK Romania 2013 | Fundatia PRAIS | Si eu traiesc sanatos | Aprilie 2013

În medie, un copil de clasa I din București cântărește 26 kg având o înălțime medie de 125.8 cm.

Raportul greutate-înălțime ne arată ca:

Copiii cu înălțimea cuprinsă între **100-125 cm** au greutatea medie de **23.7 kg**.

Copiii cu înălțimea cuprinsă între **126-145 cm** au greutatea medie de **28.2 kg**.

Copiii cu înălțimea cuprinsă între **146-160 cm** au greutatea medie de **29.9 kg**.



2.1. Nutritie

Mai mult de 3 sferturi din copiii de clasa I din Bucuresti mananca micul dejun in fiecare zi in timpul saptamanii, iar aproape toti fac acest lucru in fiecare sambata si duminica.

Mic dejun in timpul saptamanii vs. weekend - total Bucuresti

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

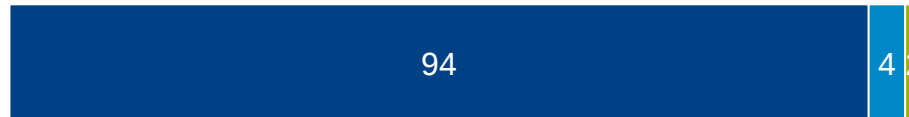
%, media

În timpul
săptămânii



■ In fiecare zi
 ■ 5 zile
 ■ 4 zile
 ■ 3 zile
 ■ 2 zile
 ■ 1 zi
 ■ Niciodata

În
weekend



■ Da, in fiecare sambata SI duminica
 ■ Da, in fiecare sambata SAU duminica
 ■ Ocazional
 ■ Niciodata



Q7. Va rog sa imi spuneti in cate zile pe saptamana ia micul dejun copilul dumneavoastra? - Raspuns unic, asistat

Q8. Copilul dumneavoastra ia micul dejun in weekend? - Raspuns unic, asistat

© GfK Romania 2013 | Fundatia PRAIS | Si eu traiesc sanatos | Aprilie 2013

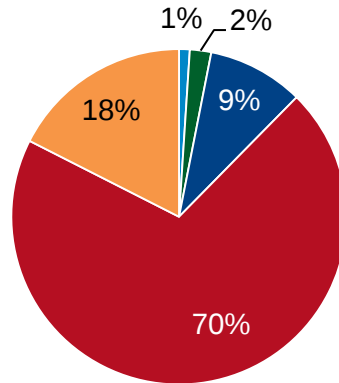
68% din copiii de clasa I din Bucuresti mananca 3 mese principale pe zi. Jumatate obisnuiesc sa manance si intre mese, iar 2 din 5 copii mananca doar in cadrul meselor principale.

Numar de mese principale & obiceiuri de a lua masa

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%

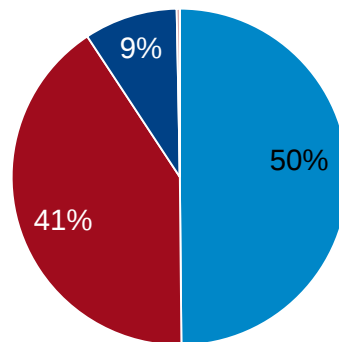
Media,
 mese pe zi
 2.9



- Mai mult de 6 mese pe zi
- 5 mese pe zi
- 4 mese pe zi
- 3 mese pe zi
- 2 mese pe zi



Număr de mese principale



- Si intre mese
- Doar la mese
- Privind la TV
- Citind
- La cinematograf

Obiceiuri de a lua masa



Q18. Copilul dumneavoastra mananca... ? - Raspuns unic, asistat

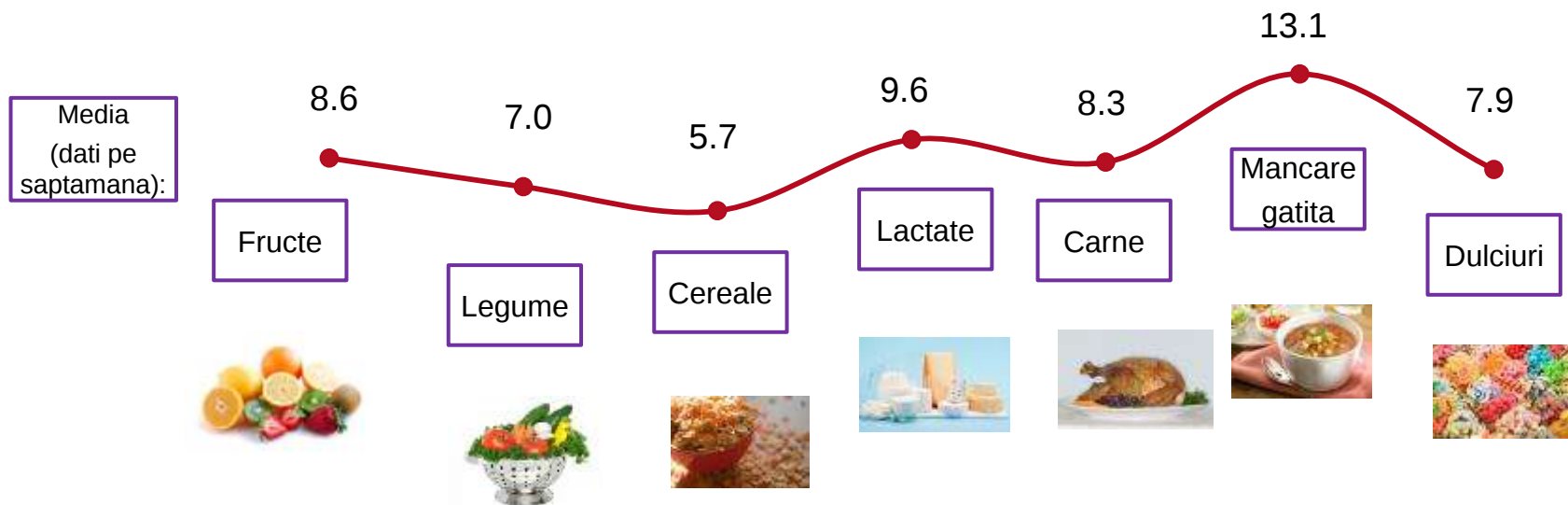
Q19. Cate mese principale ia pe zi copilul dumneavoastra? - Raspuns unic, asistat

Mai mult de jumătate din copiii de clasa I din București consuma cel puțin o dată pe zi fructe, legume, lactate și carne. În ceea ce privește consumul de mâncare gătită, aceștia consumă mâncare gătită în medie de 2 ori pe zi. Săptămânal, copiii consumă de 8.6 ori fructe și de 7 ori legume, iar dulciuri de 7.9 ori.

Frecvența consum – Total București

Baza: ... respondenți (toți respondenții)

%, media



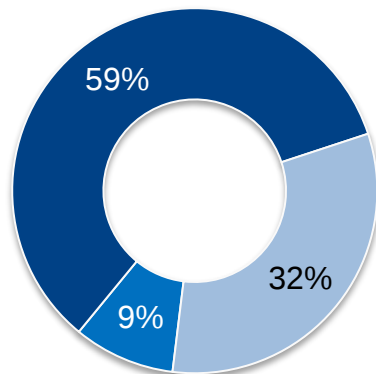
Copiii de clasa I din Bucuresti se hidrateaza band mai mult de 4 pahare de lichide pe zi. In ceea ce priveste consumul de bauturi racoritoare, acestia beau racoritoare in medie de 3 ori pe saptamana.

Volumul de lichide/zi si frecventa de consum bauturi racoritoare

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

Volum lichide pe zi (total)

(apa, bauturi racoritoare, ceai, lapte)



Media

4.5

- Mai putin de 3 pahare
- Intre 3-5 pahare
- Mai mult de 5 pahare

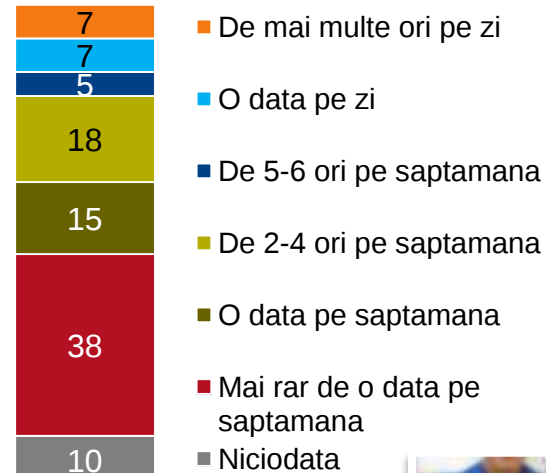


Frecventa consum bauturi racoritoare pe saptamana

(atat bauturi racoritoare carbogazoase, cat si necarbogazoase)

Media

2.9



- De mai multe ori pe zi
- O data pe zi
- De 5-6 ori pe saptamana
- De 2-4 ori pe saptamana
- O data pe saptamana
- Mai rar de o data pe saptamana
- Niciodata



Q15. Cat de des consuma copilul dumneavoastra bauturi racoritoare (atat carbogazoase, cat si necarbogazoase) ? - Raspuns unic, asistat

Q16. Va rog sa ne spuneti, aproximativ cate pahare de lichide consuma zilnic copilul dumneavoastra ? - Raspuns unic, asistat

2.2. Activitate fizica si sport

Studiul arata ca 38% dintre copiii de clasa I din Bucuresti fac miscare in fiecare zi. In medie, 5 zile pe saptamana fac miscare in aer liber, plimbari prin parcuri, se joaca impreuna cu alti copii.

Activitate fizica (mers pe jos, plimbari in parc, joc impreuna cu alti copii in aer liber)

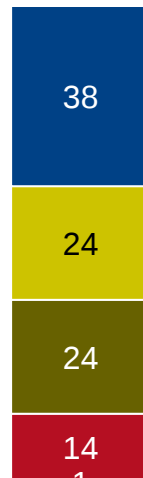
Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media

Frecventa activitate fizica
 (mers pe jos, plimbari in parc, joc
 impreuna cu alti copii in aer liber)

Media
 (zile pe saptamana):

5.1



■ In fiecare zi

■ 5-6 zile

■ 3-4 zile

■ 1-2 zile

■ Deloc



M1. Va rog sa imi spuneti cate zile pe saptamana copilul dumneavoastra face activitate fizica (precum: mersul pe jos, joc impreuna cu alti copii in aer liber, plimbari in parc)? - Raspuns unic, asistat

Mai mult de 50% dintre copiii de clasa I din București practica exerciții fizice de 2-3 ori pe săptămână.

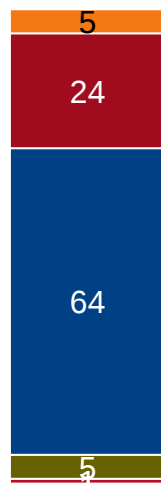
Exerciții fizice (lecții de educație fizică și practicarea independentă a unor alte ramuri de sport)

Baza: ... respondenți (toți respondenții)

Frecvența exercițiilor fizice

Media
(zile pe săptămână):

3.2

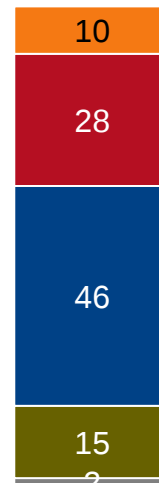


- În fiecare zi
- De 4-6 ori pe săptămână
- De 2-3 ori pe săptămână
- O dată pe săptămână
- Mai rar de o dată pe lună
- Deloc

Număr de ore de exerciții fizice

Media
(ore pe săptămână):

3.3



- 7 ore sau mai mult
- 4-6 ore
- 2-3 ore
- O oră sau mai puțin
- Deloc



M2. Va rog să îmi spuneți cât de des face copilul dumneavoastră exerciții fizice (orele de educație fizică, practicarea unui alt sport)? - Răspuns unic, asistat

M3. Va rog să îmi spuneți aproximativ câte ore de exerciții fizice face copilul dumneavoastră pe săptămână? - Răspuns unic, asistat

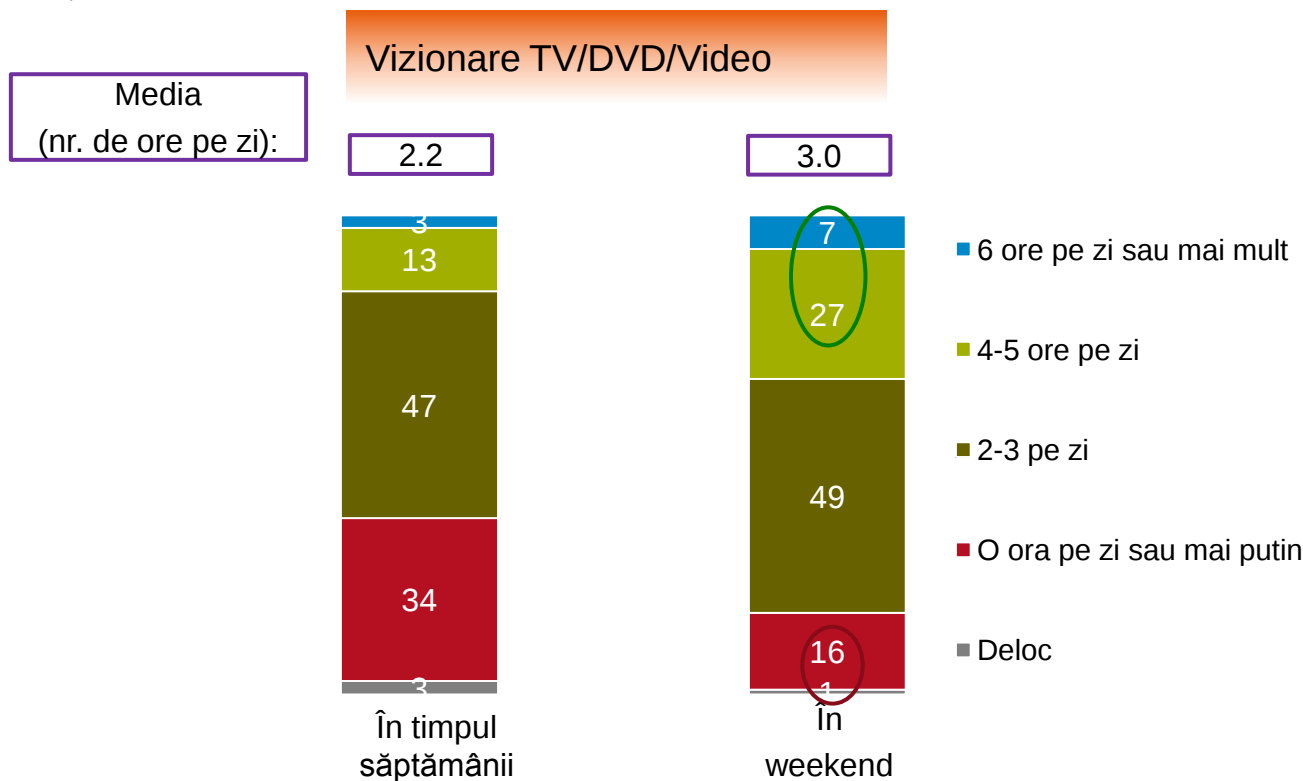
2.3. Stil de viata

Aproximativ jumătate din copiii de clasa I din București petrec în medie 2 ore pe zi în fața televizorului în timpul săptămânii, respectiv 3 ore în weekend. O treime din copii petrec mai mult de 4 ore pe zi în timpul weekend-ului uitându-se la TV/DVD/Video.

Câte ore se uita la TV/DVD/Video în cursul săptămânii vs. weekend

Baza: ... respondenți (toți respondenții);

%, media



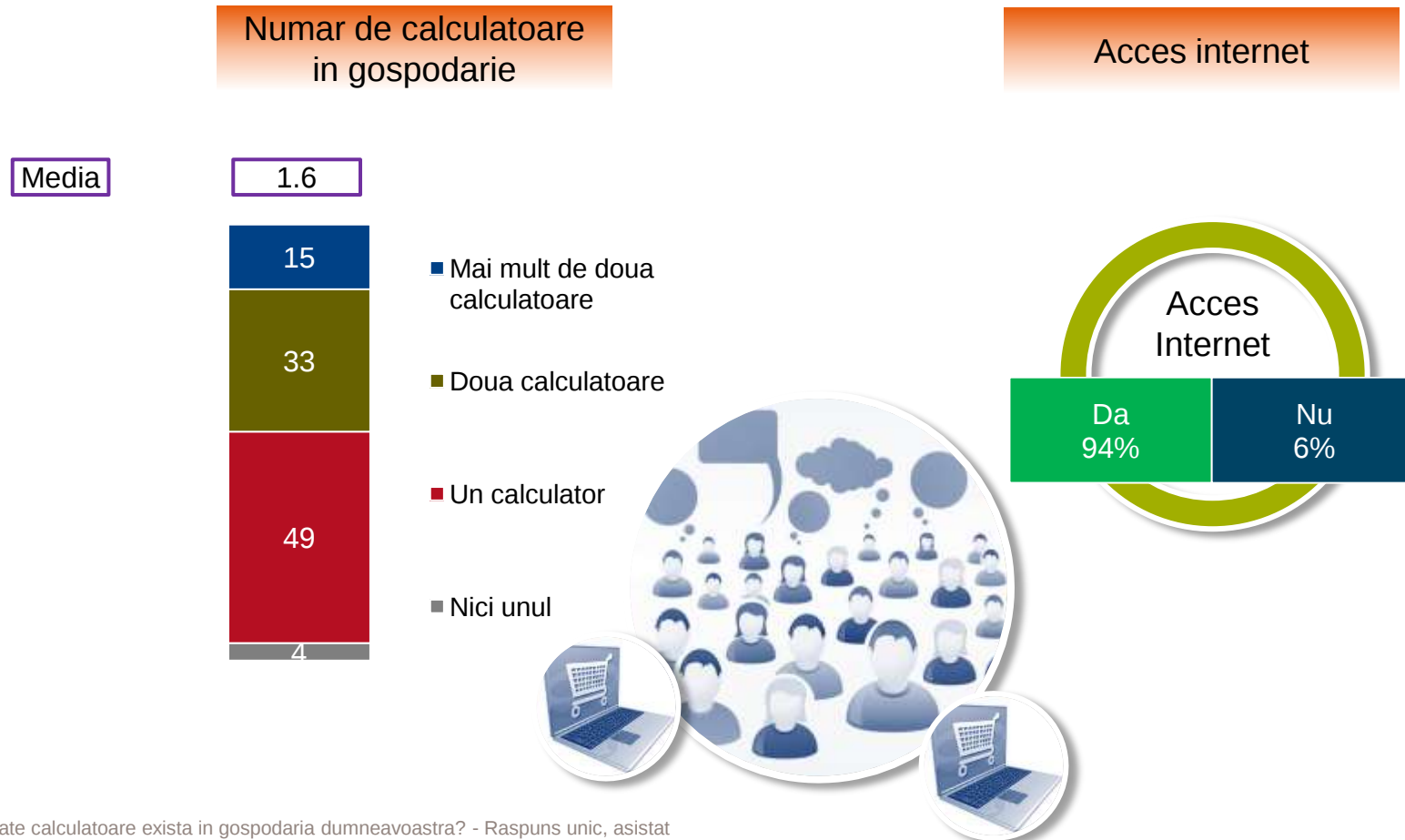
N1/ N2. Va rog sa imi spuneti aproximativ cate ore pe zi se uita copilul dumneavoastra la TV/DVD/Video in cursul saptamanii/ in weekend? - Raspuns unic, asistat

În ceea ce privește accesul la tehnologie și informație, aproximativ 3 sferturi din copiii de clasa I din București au în gospodărie 1 sau 2 calculatoare, majoritatea având acces la internet.

Numar de calculatoare in gospodarie si acces internet

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media



N3. Cate calculatoare exista in gospodaria dumneavoastra? - Raspuns unic, asistat

N4. Aveti conexiune la internet? - Raspuns unic, asistat

Copiii de clasa I din Bucuresti studiaza individual aproximativ 2 ore si jumatate pe zi. Intr-o zi de weekend se joaca de doua ori mai mult decat intr-o zi a saptamanii, pe cand pentru comunicarea cu prietenii prin intermediul retelelor sociale petrec aproximativ o jumatate de ora indiferent de zi. Cei mai multi copii insa nu isi petrec timpul la calculator pentru comunicare cu prietenii.

Numar de ore petrecute pe calculator pentru jocuri & socializare, comunicare

cu prietenii – in timpul saptamanii vs weekend

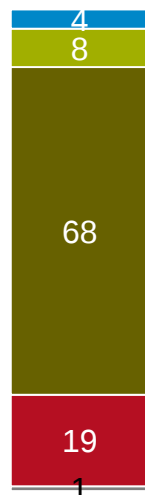
Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media

Studiu individual

Media
ore pe zi

2.4

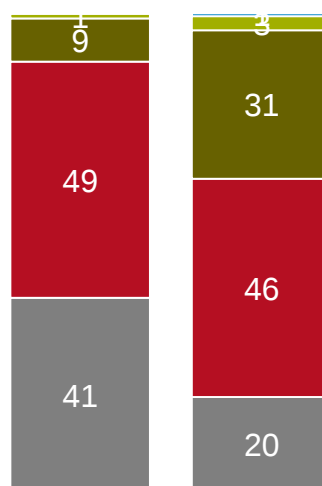


Studiu individual

Jocuri pe calculator

0.6

1.2



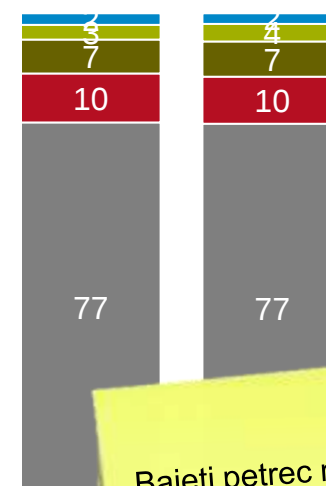
În timpul săptămânii

În weekend

Comunicare cu prietenii pe calculator

0.5

0.6



În timpul săptămânii

Baieti petrec mai mult timp jucandu-se pe calculator decat fetele, atat in weekend cat si in timpul saptamanii.

N9. Cate ore pe zi alocă copilul dumneavoastra studiului individual? - Raspuns unic, asistat

N51/N61. Cate ore foloseste copilul calculatorul pentru jocuri pe calculator in cursul saptamanii/ in weekend? - Raspuns unic, asistat

N52/N62. Cate ore foloseste copilul calculatorul pentru comunicare cu prietenii/colégi in cursul saptamanii/ in weekend? - Raspuns unic, asistat

© GfK Romania 2013 | Fundatia PRAIS | Si eu traiesc sanatos | Aprilie 2013

In medie, copiii de clasa I din Bucuresti isi petrec timpul liber din aproximativ 2 zile si jumatate pe saptamana cu colegii/prietenii.

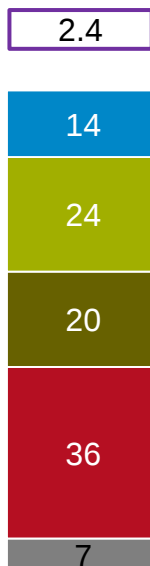
Numar de zile petrecute cu prietenii in timpul liber

Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media

Timp petrecut cu prietenii

Media
zile pe sapt



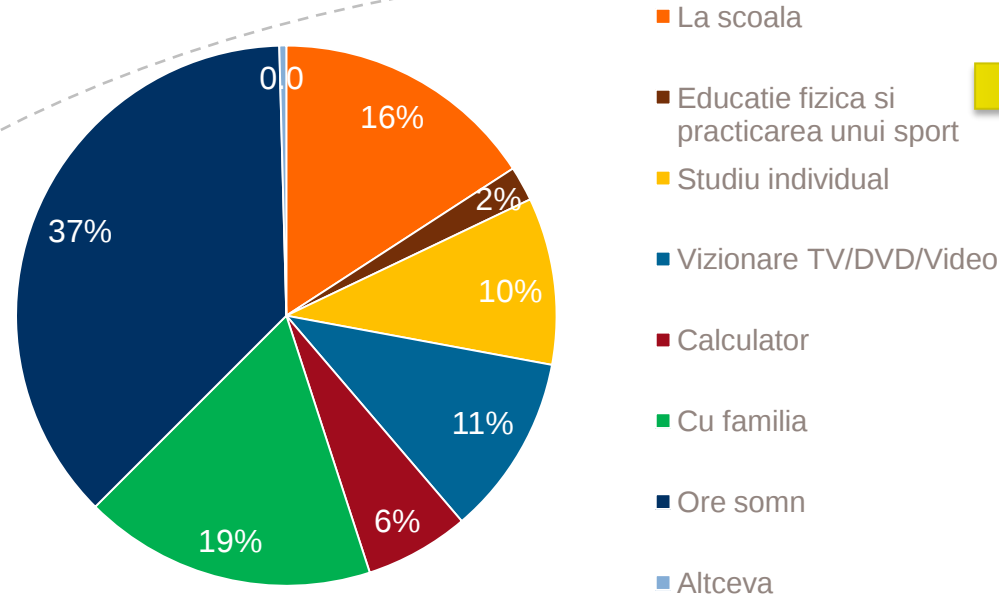
- In fiecare zi
- 5-6 zile pe saptamana
- 3-4 zile pe saptamana
- 1-2 zile pe saptamana
- Deloc



Potrivit varstei lor, copiii de clasa I din Bucuresti dedica cel mai mult timp somnului, apoi activitatilor scolare si studiului individual. Micutii petrec mai mult timp cu familia, decat petrec pe calculator.

Activitati desfasurate de catre copilul bucurestean de clasa I intr-o zi obisnuita (24 ore)

Baza: ... respondenti (toti respondenti)
%, media



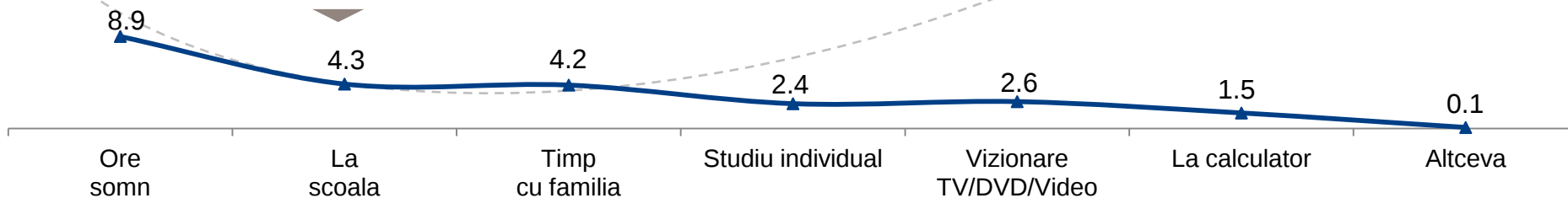
Atentie

Copiii mai fac activitate fizica inclusiv mers pe jos, mers in parc, la joaca in aproximativ 5 zile din saptamana. Aceste activitati pot fi incluse in timpul petrecut cu familia.

Media
(ore pe zi):

3.8
La scoala

0.5
Educatie fizica



2.4. Profile demografice

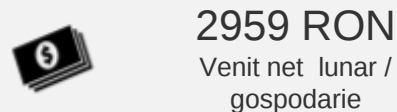
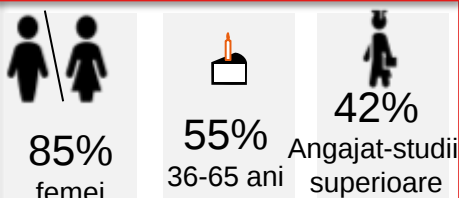
La nivel de sector, profilele demografice sunt comparabile cu datele la nivel de total Bucuresti. Se observa insa in sectorul 1 un venit net pe gospodarie semnificativ mai mare decat venitul mediu net lunar pe gospodarie la nivel de total.

Demografice – Total vs Sectoare (1/2)

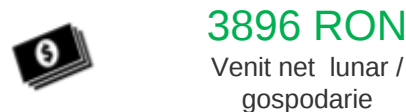
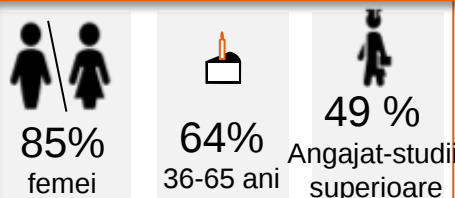
Baza: ... respondenti (toti respondentii)

%, media

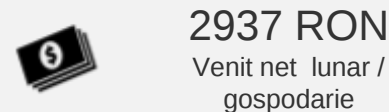
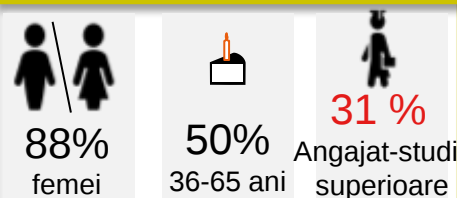
Total Bucuresti



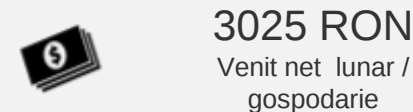
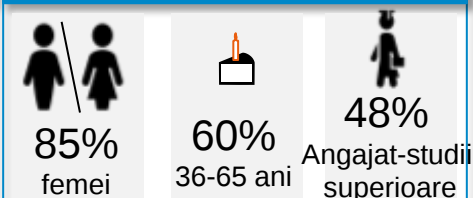
Sector 1



Sector 2



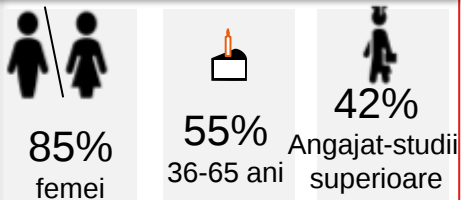
Sector 3



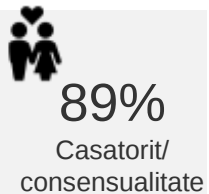
Demografice – Total vs Sectoare (2/2)

Baza: ... respondenti (toti respondentii)
 %, media

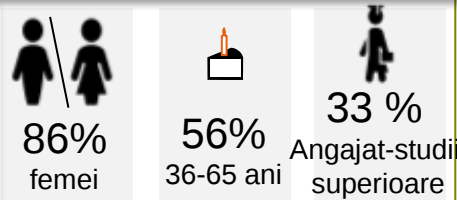
Total Bucuresti



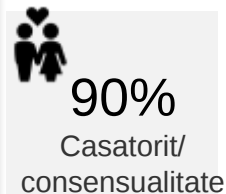
2959 RON
 Venit net lunar /
gospodarie



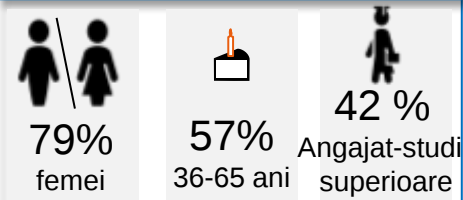
Sector 4



2579 RON
 Venit net lunar /
gospodarie



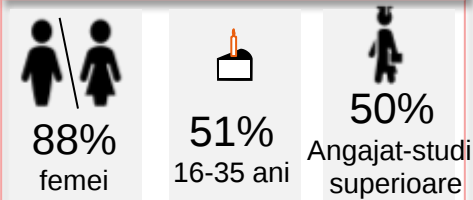
Sector 5



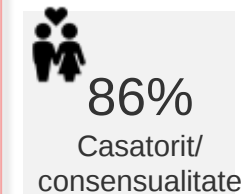
2605 RON
 Venit net lunar /
gospodarie



Sector 6



2968 RON
 Venit net lunar /
gospodarie



3. Sumar

Copiii de clasa I din București...

sunt



Băieți
48%

Fete
52%

Sex copil

au



6 ani
20%

7 ani
75%

8 ani
5%

Vârsta copii

26
kg

125,8
cm

Greutatea și înălțimea medie

și



Nutritie

Mai mult de 3
sferturi iau micul
dejun in fiecare zi
si aproape toti in
fiecare sambata si
duminica.

68% iau 3 mese
principale pe zi si
50% mananca si
intre mese.

Mai mult de
jumătate consuma
fructe, legume,
lactate si carne cel
putin o data pe zi.
Mancarea gatita
este consumata
cel mai des.

Majoritatea
copiilor beau mai
mult de 4 pahare
de lichide pe zi.

Beau racoritoare
in medie de 3 ori
pe saptamana.

Saptamanal, copiii
consuma de 8,6 ori
fructe si de 7 ori
legume, iar dulciuri
de 7.9 ori.

Activitate fizica si sport

**In medie, 5 zile pe
saptamana fac miscare
in aer liber, plimbari
prin parcuri, se joaca
impreuna cu alti copii**

**Mai mult de jumatate au
cel putin o ora de
educatie fizica si sport
in 3 zile pe saptamana**

**Mai mult de jumatate
din copii isi petrec
timpul liber din
aproximativ 2 zile si
jumatate pe
saptamana cu
colegii/prietenii.**

Stil de viata

Copiii petrec in medie 4 ore pe zi la scoala si aproximativ 2 ore si jumatate pe zi pentru studiu individual acasa.

Aproximativ jumatate din copiii de clasa I din Bucuresti petrec in medie 2 ore pe zi in fata televizorului in timpul saptamanii, si 3 ore in weekend.



Intr-o zi de weekend se joaca de doua ori mai mult decat intr-o zi a saptamanii.

Copiii acorda jumatate de ora, indiferent de zi, comunicarii cu prietenii prin intermediul retelelor sociale.



Cei mai multi copii inasa, nu isi petrec timpul la calculator pentru comunicare cu prietenii.



VA MULTUMIM
PENTRU ATENȚIE!