

## **ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

### **Εισαγωγή**

Η παιδική παχυσαρκία έχει φτάσει σε επίπεδα επιδημίας στις μέρες μας. Μαστίζει παιδιά από μικρές ηλικίες μέχρι και σε εφήβους. Συντείνουν αρκετοί παράγοντες που ένα παιδί γίνεται παχύσαρκο όπου πρέπει να είναι γνωστοί τόσο στους σχολικούς νοσηλευτές, όσο και στην κοινότητα για να υπάρξει μια ορθή πρόληψη σε όλα της τα επίπεδα.

### **Σκοπός**

Σκοπός αυτής τα συστηματικής βιβλιογραφικής ανασκόπησης είναι να διερευνηθεί η παχυσαρκία στα σχολεία καθώς και κατά πόσο το σχολείο, η κοινότητα και ο σχολικός νοσηλευτής συμβάλλει στην πρόληψη της.

### **Υλικό και Μέθοδος**

Πρόκειται για μελέτη συστηματικής ανασκόπησης. Η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε ήταν η αναζήτηση της σχετικής ελληνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας σε ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων (MEDLINE, CINAHL, PUBMED, SOCIAL SCIENCE INDEX). Οι λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν είναι: Obesity, Childhood obesity, School preventing, School nurse, Promoting health, Prevention strategies, Healthy School, Obesity prevalence.

### **Αποτελέσματα**

Η παιδική παχυσαρκία είναι μια ασθένεια που οφείλετε σε πολλούς παράγοντες όπως ο τρόπος ζωής, οι περιβαλλοντικοί παράγοντες οι προτιμήσεις του τρόπου ζωής, το πολιτιστικό περιβάλλον και πιο σπάνια σε γονίδια. Κυριότερος από τους παράγοντες είναι οι προσωπικές επιλογές του τρόπου ζωής και του πολιτιστικού περιβάλλοντος. Κυριότερος σκοπός του σχολείου και της κοινότητας

είναι η πρωτογενή και δευτερογενή πρόληψη της παχυσαρκίας και αυτό απαιτεί μια συλλογική προσπάθεια.

## **Συμπεράσματα**

Υπέρβαρα τα παιδιά είναι πιο πιθανό να έχουν καρδιαγγειακές και πεπτικές παθήσεις στην ενήλικη ζωή σε σχέση με εκείνους που είναι φυσιολογικοί. Θεωρείται ότι τόσο η υπερκατανάλωση θερμίδων και η μειωμένη φυσική δραστηριότητα κυρίως ασχολούνται με την παιδική παχυσαρκία. Προφανώς, πρωτογενή ή δευτερογενή πρόληψη θα μπορούσε να είναι το βασικό σχέδιο για τον έλεγχο της τρέχουσας επιδημίας της παχυσαρκίας και οι στρατηγικές αυτές φαίνεται να είναι πιο αποτελεσματική σε παιδιά παρά σε ενήλικες. Ο αριθμός των πιθανών αποτελεσματικών σχεδίων μπορούν να εφαρμοστούν για να στοχεύσουν ένα δομημένο περιβάλλον, τη σωματική δραστηριότητα και τη διατροφή. Οι στρατηγικές αυτές μπορούν να αρχίσουν στο σπίτι και σε προσχολικά ιδρύματα, σχολεία ή μετά το σχολείο παροχή υπηρεσιών φροντίδας ως φυσικό σκηνικό για να επηρεάσουν τη δραστηριότητα διατροφή και τη σωματική και στο σπίτι και την εργασία για τους ενήλικες.

**Λέξεις- Κλειδιά:** Obesity, Childhood obesity, School preventing, School nurse, Promoting health, Prevention strategies, Healthy School, Obesity prevalence.

**ABSTRACT**

## **Introduction**

Childhood obesity has reached epidemic levels today. Plaguing children of different ages up to teenagers. Several factors contribute to a child is obese which should be known to both school nurses and the community to be a good preventive of all levels.

## **Aim of the study**

The aim of this systematic review was to examine obesity in schools and whether school, community and the school nurse helps to prevent.

## **Materials and Methods**

This systematic review study. The method used was the search of the relevant Greek and international literature in electronic databases (MEDLINE, CINAHL, PUBMED, SOCIAL SCIENCE INDEX). The keywords used are: Obesity, Childhood obesity, School preventing, School nurse, Promoting health, Prevention strategies, Healthy School, Obesity prevalence.

## **Results**

Childhood obesity is a disease caused by many factors such as lifestyle, environmental factors, lifestyle preferences, cultural background and less often in genes. Of the main factors is personal lifestyle choices and cultural environment. The main purpose of school and community is the primary and secondary prevention of obesity and this requires a collective effort.

## **Conclusions**

Overweight children are more likely to have cardiovascular and digestive disorders in adulthood than those who are normal. It is considered that both the overconsumption of calories and reduced physical activity, mainly dealing with childhood obesity. Obviously, primary or secondary prevention could be the basic plan for controlling

the current epidemic of obesity and these strategies appear to be more effective in children than in adults. The number of potential effective plans can be implemented to target a built environment, physical activity and nutrition. These strategies may begin at home and in preschool institutions, schools or after school care services as natural setting for influencing the activity of nutrition and physical at home and work for adults.

**Key Words:** Obesity, Childhood obesity, School preventing, School nurse, Promoting health, Prevention strategies, Healthy School, Obesity prevalence.