

Исследования выполнены в рамках научно-исследовательской работы «Разработать и внедрить метод гигиенической оценки мебели с учетом особенностей физического развития воспитанников учреждений дошкольного образования» (Задание 01.12. подпрограммы «Безопасность среды обитания человека» ГНТП «Научно-техническое обеспечение качества и доступности медицинских услуг»). В исследовании приняли участие 490 детей дошкольного возраста (248 мальчиков и 242 девочки), воспитанники средних и старших групп учреждений дошкольного образования.

Программа соматометрического исследования включала измерения длины и массы тела, расчет ИМТ. Выполнена оценка показателей длины тела и ИМТ для каждого обследованного дошкольника по методу z-scores в соответствии с едиными критериями, разработанными ВОЗ.

Материалом для изучения особенностей режима дня и питания послужили результаты опроса родителей 170 дошкольников, с использованием специально разработанных анкет.

Распределение дошкольников по результатам оценки длины тела, %

Пол	N (кол-во)	Низкий SDS < −2	Ниже среднего SDS от −1 до −2	Средний SDS от −1 до +1	Выше среднего SDS от +1 до +2	Высокий SDS > +2
Мальчики	248	0,4	4,4	60,9	28,2	6,0
Девочки	242	0,0	4,5	62,8	26,9	5,8
Всего	490	0,2	4,5	61,8	27,6	5,9

Распределение дошкольников по результатам оценки индекса массы тела, %

Пол	N (кол-во)	Низкий SDS < −2	Ниже среднего SDS от −1 до −2	Средний SDS от −1 до +1	Выше среднего SDS от +1 до +2	Высокий SDS > +2
Мальчики	248	2,0	10,1	68,5	13,7	5,6
Девочки	242	2,1	10,7	67,4	14,5	5,4
Всего	490	2,0	10,4	68,0	14,1	5,5

Элементы режима дня	%
Отход ко сну позднее 22.00	36,5
Продолжительность ночного сна менее 10 часов	42,9
Отсутствие дневного сна в выходные дни	48,2
Прогулки в будние дни менее 1 часа	31,2
Прогулки в выходные дни менее 2 часов	21,8

Режим использования электронных устройств		%
Просмотр телевизора более 1 часа в день	будние дни	34,1
	выходные дни	62,9
Использование смартфона и (или) планшета более 1 часа в день	будние дни	13,5
	выходные дни	30,0
Использование электронных устройств во время приема пищи		36,5

По результатам оценки уровня физического развития дошкольников в соответствии с референсными значениями ВОЗ наблюдалось смещение распределения показателей в сторону более высоких значений, одинаково выраженное среди мальчиков и девочек. Доля детей с ростом «выше среднего» и «высоким» была в 7 раз больше, чем доля детей с ростом «ниже среднего» и «низким». Доля детей с ИМТ «выше среднего» и «высоким» была в 1,6 раза больше, чем доля детей с ИМТ «ниже среднего» и «низким». Обращает на себя внимание тот факт, что у 5,5 % обследованных дошкольников значения ИМТ соответствовали ожирению по критериям ВОЗ.

Выявлен ряд особенностей режима дня современных дошкольников: поздний отход ко сну и недостаточная продолжительность ночного сна (42,9 %), недостаточная продолжительность прогулок на свежем воздухе (21,8 %) и длительное использование электронных устройств (62,9 %) в выходные дни, а также использование электронных устройств во время приема пищи (36,5 %).