



Многие родители детей с диабетом или с ожирением столкнулись с большими проблемами организации привычных активностей и питания в режиме самоизоляции во время эпидемии. Сказались ли реально на состоянии здоровья детей вынужденные изменения?

Предполагалось, что режим карантина или самоизоляции во время пандемии COVID-19 повлечет за собой неблагоприятные для здоровья изменения образа жизни.

Было обследовано в длительном наблюдательном эксперименте 41 ребенок и подросток с ожирением в городе Верона, Италия. Фиксировался образ жизни, включая питание, физическую активность, режимы сна и отдыха как ДО так и ПОСЛЕ самоизоляции. Изменения в двух состояниях были оценены с использованием парного  $t$  – теста.

Не было замечено изменений в количестве потребляемых овощей, потребление фруктов выросло ( $p=0.055$ ) во время самоизоляции. Значительно выросло потребление жареного картофеля, красного мяса, сахаросодержащих безалкогольных напитков ( $p$ -value range, 0.005 to  $<0.001$ ). Снизилось время ( $X\pm SD$ ) физической активности с 2,3  $\pm$  4,6 часов в неделю ( $p=0.003$ ) и выросло время сна на 0,65  $\pm$  1,29 часов в сутки ( $p=0.003$ ). Значимо выросло время проводимое у мониторов телефонов, компьютеров, телевизоров 4.85 $\pm$ 2.40 часов в сутки ( $p<0.001$ ).

РДГ ранее писала [о способах «скормить»](#) детям больше овощей.

РДА в рамках [Клуба Школа здоровья им. Эрнесто Рома](#) уже давала [рекомендации](#) родителям по организации образа жизни детей. Предлагалось даже [ШТРАФОВАТЬ](#) родителей за излишний вес ребенка, надеемся в РФ данный вопрос не встанет.

Признавая тяжелые побочные эффекты эпидемической самоизоляции следует признать, что **неизбежно вырастет заболеваемость детским и подростковым ожирением в ближайшие месяцы в зависимости от длительности** карантина.

Источник: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/oby.22861>