



Meditseenidoktor Inga Villa

31. märtsil 2010 kaitses Inga Villa TÜ arstiteaduskonnas meditsiinidoktori väitekirja „Cardiovascular health related nutrition, physical activity and fitness“ („Kardiovaskulaarset tervist mõjutav toitumine, kehaline aktiivsus ja kehaline võimekus Eestis“). Töö juhendajateks olid prof Jaanus Harro TÜ psühholoogia instituudist ja dots Maarike Harro TÜ tervishoiu instituudist ning oponeeris vanemteadur Katriina Kukkonen-Harjula Urho Kaleva Kekkoneni Tervisedenduse Uuringute Instituudist ja Tampere Ülikoolist.

Töö eesmärk oli hinnata laste ja noorukite toitumise ning kehalise aktiivsuse mõju kardiovaskulaarsele tervisele, samuti uurida ülekaalulisuse/rasvumise ning kardiovaskulaarse võimekuse seoseid metaboolse riskiga.

Töö tulemustest järeldus, et kuigi Eesti koolilaste toitumises võis täheldada tendentsi teha üha tervislikumaid valikuid, esines uuritud ajaperioodil siiski lipiidide ja küllastunud rasvhapete liigtarbimist ning toit sisaldas vähe kiudaineid, teatud vitamiine ja mineraale. Toitumise iseärasused ala-, norm- ja ülekaaluliste Eesti ja Rootsi kooliõpilaste seas olid riigiomased, mis viitab sellele, et ülekaalulistele suunatud

sekkumisprojektide kavandamisel tuleb arvesse võtta kohalikke toitumisharjumusi. Nii Eesti kui ka Rootsi laste kehamassi indeksi ja suguküpsuse ning vanemate kehamassi indeksi omavaheline seos osutus tugevamaks kui seos toitumisega. α_{2A} -adrenoretseptori genotüübil oli märkimisväärne mõju magusate toiduainete tarbimisele. Täiendavad uuringud peaksid välja selgitama, kas see genotüübist sõltuv toidueelistus püsib täiskasvanuikka jõudmiseni ja kas see võib avaldada mõju tervisele. Kehalise aktiivsuse võrdlus Baltimaades ja Soomes näitas, et kehaline aktiivsus oli täiskasvanute hulgas Baltimaades oluliselt madalam kui Soomes. Koolilaste vaba aja kehalises aktiivsuses selget erinevust Baltimaade ja Soome vahel ei ilmnenud. Kardiovaskulaarne võimekus seostus metaboolsete riskitegurite klastriga lastel. Väiksem metaboolse riski skoor seostus parema kardiovaskulaarse võimekusega nii poistel kui ka tüdrukutel. Väikse metaboolse riski korral anti soovitusel kardiovaskulaarse võimekuse tasemete kohta eraldi poistele ja tüdrukutele.

Tuuli Ruus
tuuli.ruus@ut.ee