

Μεγάλο το δίλλημα!



Ερωτηματολόγιο για την παχυσαρκία

Στο ερωτηματολόγιο
έλαβαν μέρος

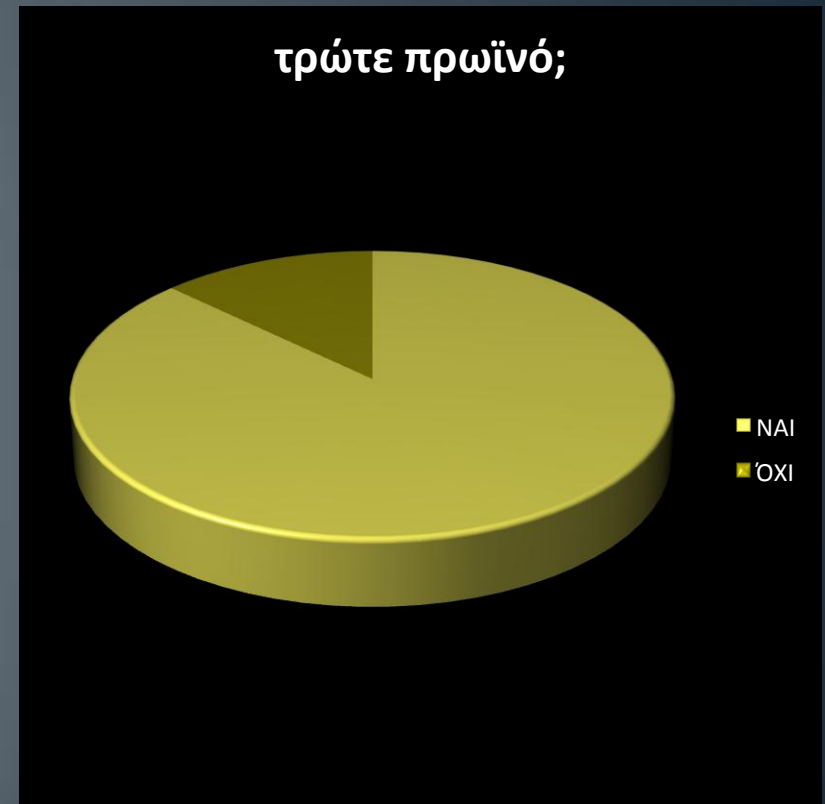
31 μαθητές της Λυκείου
12 αγόρια
και
19 κορίτσια

Τρώτε πρωινό;

-	Αριθ. μαθητών	Ποσοστό
ΝΑΙ	27	87%
ΌΧΙ	4	13%
Σύνολο	31	

Αγόρια	Ποσοστό
10	83%
2	17%

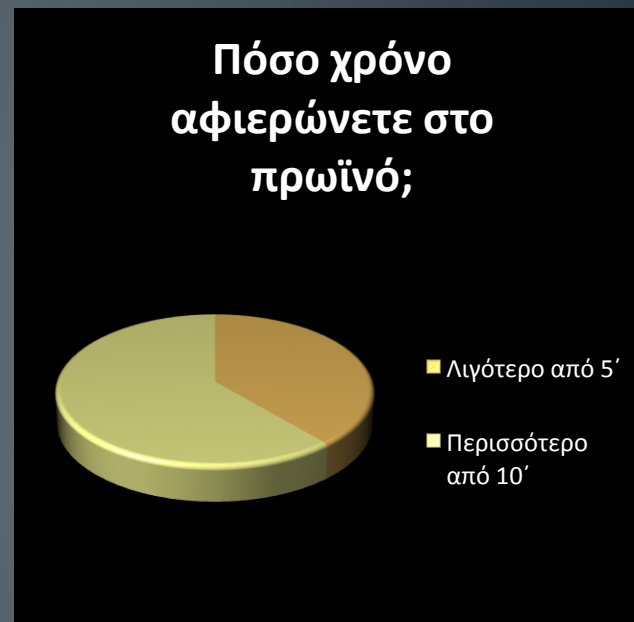
Κορίτσια	Ποσοστό
17	90%
2	10%



Πόσο χρόνο αφιερώνετε στο πρωινό σας;

	Αριθ. μαθητών	Ποσοστό
Λιγότερο από 5'	12	39%
Περισσότερο από 10'	19	61%

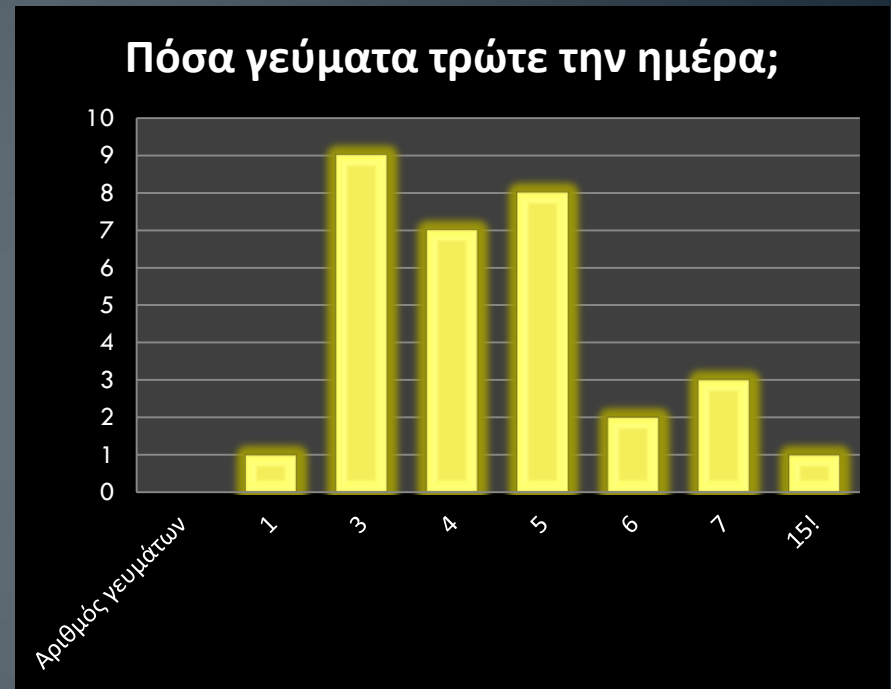
	Αγόρια	Ποσοστό	Κορίτσια	Ποσοστό
Λιγότερο από 5'	5	42%	7	37%
Περισσότερο από 10'	7	58%	12	63%



Παρατήρηση: Τα περισσότερα παιδιά έχουν αρκετά καλές συνήθειες σε σχέση με το πρωινό τους. Δεν το παραλείπουν και αφιερώνουν κάποιο χρόνο σε αυτό. Τα κορίτσια είναι λίγο προσεκτικότερα από τα αγόρια.

Πόσα γεύματα τρώτε την ημέρα;

Αριθμός γευμάτων	Αριθμός μαθητών	Ποσοστό
1	1	3%
3	9	29%
4	7	23%
5	8	26%
6	2	6%
7	3	10%
15!	1	3%
Σύνολο	31	



Παρατήρηση: Παρ' ότι τα περισσότερα παιδιά τρώνε 3 γεύματα την ημέρα, είναι αρκετά μεγάλο το ποσοστό των παιδιών που φτάνουν τα 4-5 γεύματα.

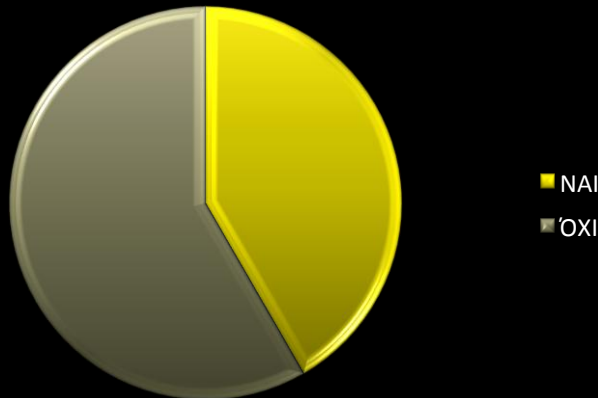
Αξιοσημείωτο: Κάποιος έγραψε ότι έχει ύψος 2.15 τρώει για πρωινό μόνο φακές και φτάνει τα 15 (!) γεύματα την ημέρα.

Έχετε κάνει ποτέ δίαιτα;

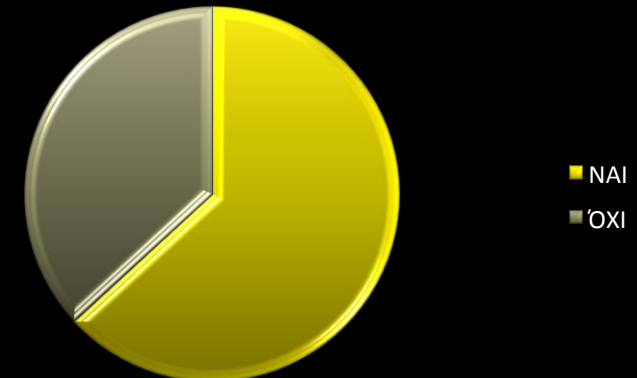
	Αγόρια	Ποσοστό
ΝΑΙ	5	42%
ΌΧΙ	7	58%
Σύνολο	12	

	Κορίτσια	Ποσοστό
ΝΑΙ	12	63%
ΌΧΙ	7	37%
Σύνολο	19	

Έχετε κάνει ποτέ δίαιτα;
(αγόρια)



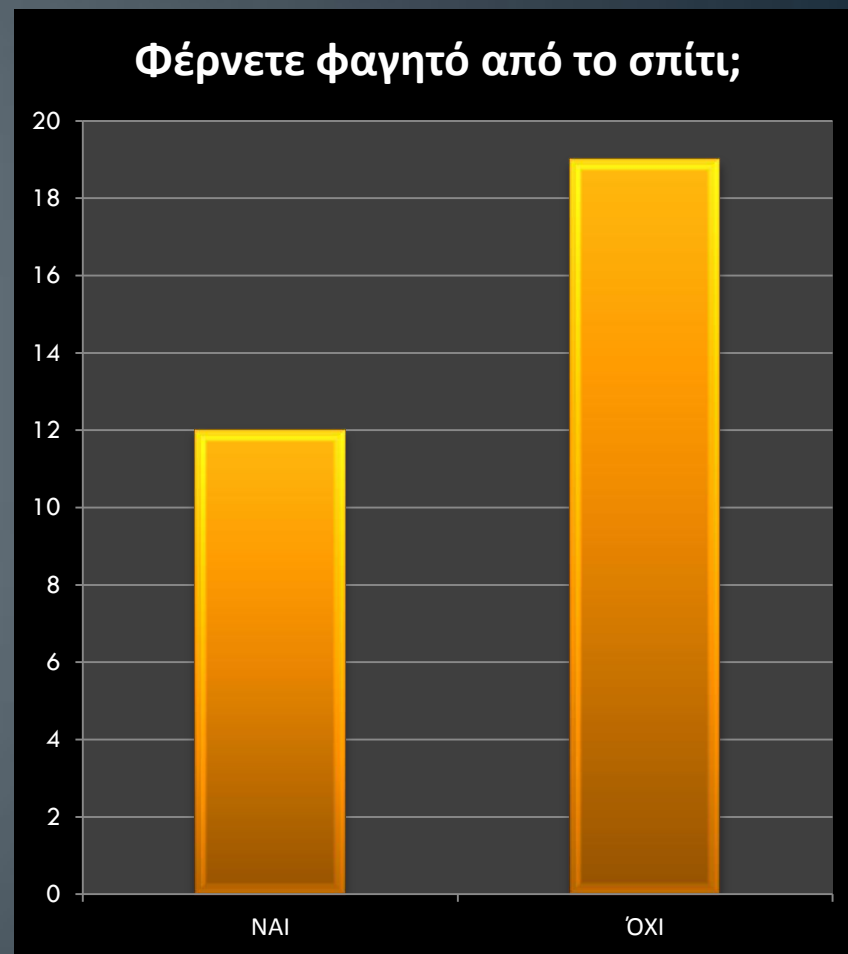
Έχετε κάνει ποτέ δίαιτα
(κορίτσια);



Αχ! κορίτσια - κορίτσια , από μικρές στα βάσανα!

Φέρνετε φαγητό από το σπίτι;

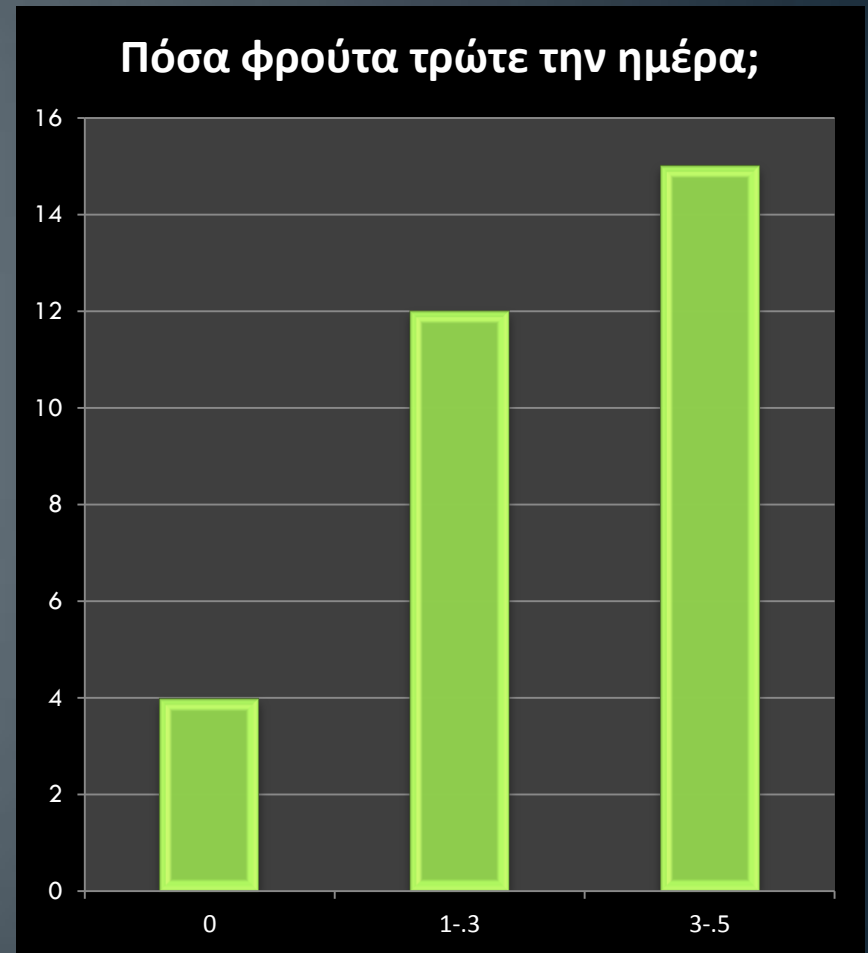
	Αριθ. μαθητών	Ποσοστό
ΝΑΙ	12	39%
ΌΧΙ	19	61%
Σύνολο	31	



Πόσα φρούτα τρώτε την ημέρα;

	Αριθμός μαθητών	Ποσοστό
0	4	13%
1-3	12	39%
3-5	15	48%
Σύνολο	31	

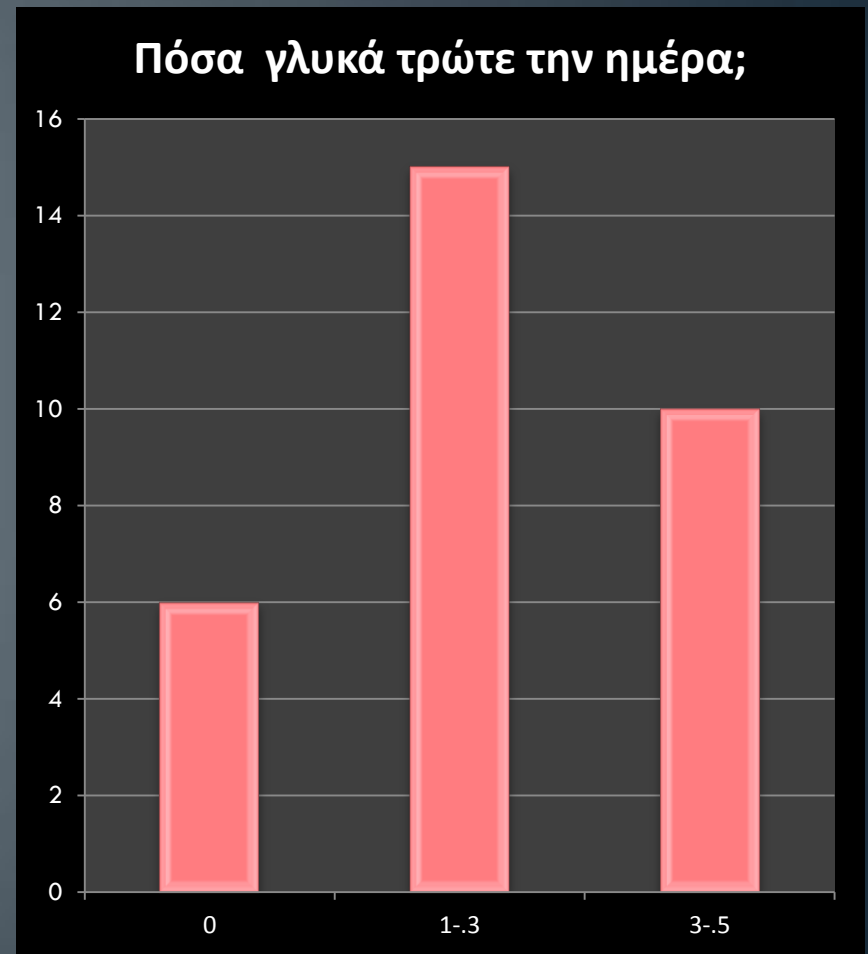
ΟΚ!!!



Πόσα γλυκά τρώτε την ημέρα;

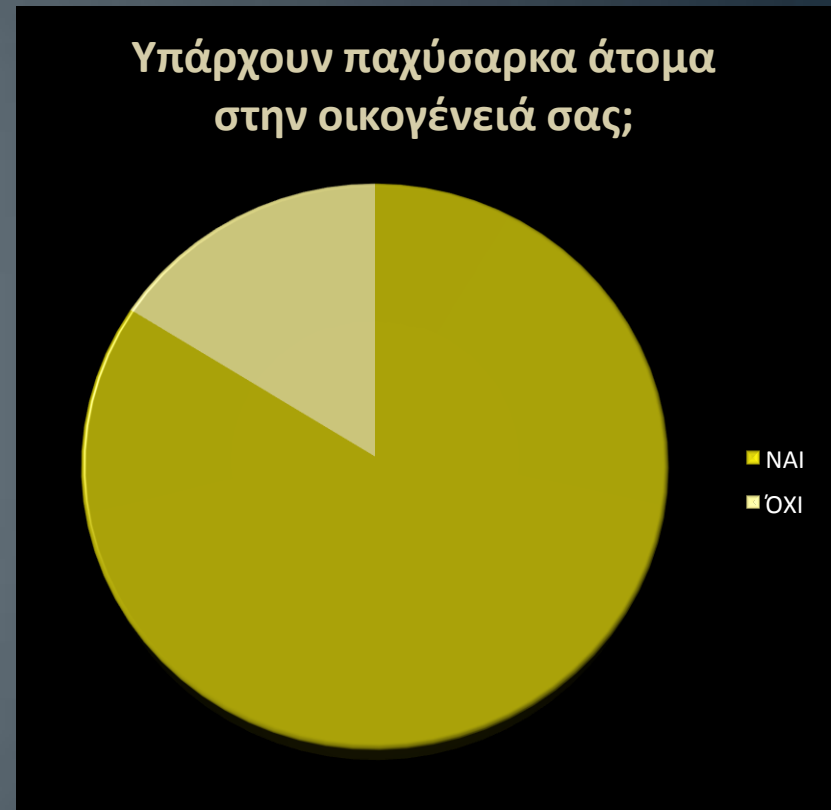
	Αριθμός μαθητών	Ποσοστό
0	6	19%
1-3	15	48%
3-5	10	33%
Σύνολο	31	

Αχ, αχ, αχ!!!



Υπάρχουν παχύσαρκα άτομα στην οικογένειά σας;

-	Αριθ. μαθητών	Ποσοστό
ΝΑΙ	26	16%
ΌΧΙ	5	84%
Σύνολο	31	



Υπάρχει πράγματι πρόβλημα παχυσαρκίας σχεδόν σε κάθε οικογένεια στη χώρα μας.