

PROCENAT MASE MASTI TELA I BMI KOD BUĐUĆIH UČITELJICA U SUBOTICI

Cekuš Geza, Učiteljski fakultet Sombor - Subotica

IZVOD

Jedan od osnovnih potreba čoveka je ishrana. Ona je naročito značajna za vreme razvoja organizma. Putem ishrane se unose sve potrebne hranljive materije. U našim običajima vezani za ishranu i dan danas vladaju tradicije. Tek nedavno se saznalo kakvu veliku ulogu igraju faktori ishrane u pojavi civilizacione bolesti. Danas se sve više govori o nepravilnoj ishrani i o potrebi pravilnog vodenja života. Kod najvećeg broja stanovništva ni količina, ni sastav (kvalitet) hrane nije odgovarajući. Zato je učestala pojava pothranjenosti i gojaznosti. Pravilna ishrana doprinosi sačuvanju zdravlja, poboljšava radnu sposobnost i usporava starenje. Iz gore navedenih razloga smatrali smo, da bi bilo korisno proučavanje ishrane školske omladine. Pošto je ispitivanje obuhvatalo buduće učitelje, rezultati ukazuju i na to, da li će u dobrom pravcu vaspitati mladi naraštaj. Na osnovu podataka o telesnoj visini i masi tela određen je BMI, a pomoću aparata Body FAT Monitor određen je procenat masti tela studenata Učiteljskog fakulteta — odeljenje u Subotici.