

**INFORMACJA DLA RODZICA/PRAWNEGO OPIEKUNA DZIECKA – UCZESTNIKA BADANIA
NAUKOWEGO
I PRZEDSTAWICIELA UCZESTNIKA BADANIA NAUKOWEGO**

Zapraszam Panią/Pana oraz państwa dziecko do udziału w badaniu naukowym zatytułowanym:

Aktywność fizyczna, skład ciała, stan odżywienia i poziom witaminy D3 u dzieci w wieku 5-6 lat

Kierownikiem badania jest dr Agnieszka Kurek-Paszczuk – pracownik katedry Nauk Humanistycznych i Społecznych Wydziału Wychowania Fizycznego w Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie.

Badanie realizowane jest w ramach badań statutowych i jest finansowane ze środków przyznawanych na Badania Statutowe AWF Warszawa.

- ▶ **Udział w niniejszym badaniu jest całkowicie dobrowolny i bezpłatny.**
- ▶ **Jeśli wyrazi Pani/Pan zgodę na udział w tym badaniu oraz udział państwa dziecka, każdy uczestnik będzie mógł ją wycofać w każdym momencie, bez podania przyczyn.**
- ▶ **Nieudzielenie zgody albo jej wycofanie nie będzie wiązało się dla Pani/Pana z żadnymi konsekwencjami, w szczególności nie pociągnie za sobą żadnych kar ani utraty praw, które Pani/Panu przysługują z innych tytułów, w szczególności prawa do opieki zdrowotnej.**

Zanim podejmie Pani/Pan decyzję o udziale w niniejszym badaniu, proszę uważnie przeczytać cały poniższy tekst.

1. Główne założenia i cel badania

Celem badań jest ocena aktywności fizycznej dzieci w wieku 5 i 6 lat i jej związku ze stanem zdrowia, składem ciała, sposobem odżywiania oraz poziomem witaminy D3 w okresie powakacyjnym oraz pozimowym.

Aktywność fizyczna stanowi kluczowy, integralny składnik zdrowego stylu życia. Niska aktywność fizyczna osób w różnym wieku jest znaczącym problemem dla zdrowia publicznego oraz gospodarki na poziomie globalnym a w połączeniu z niewłaściwym i zbyt kalorycznym pożywieniem przyczynia się do rozwoju chorób cywilizacyjnych: otyłości, cukrzycy, choroby wieńcowej, nadciśnienia tętniczego, chorób układu ruchu, depresji, niektórych typów nowotworów oraz przedwczesnej śmierci. Niska aktywność fizyczna na świeżym powietrzu i ograniczona ekspozycja na światło słoneczne szczególnie w godzinach około południowych oraz niewłaściwe odżywianie przyczyniają się również do niedostatecznego poziomu witaminy D3 w organizmie. Witamina D3 jest ważnym prohormonem, którego niedobory w organizmie mają związek z większością chorób cywilizacyjnych m.in. nowotworowymi, sercowo-naczyniowymi, osteoporozą, krzywicą, cukrzycą, astmą oraz grypą i przeziębieniami, które wiążą się z sezonowym spadkiem tej witaminy. Szczególnie niski poziom witaminy D3 w organizmie obserwuje się w okresie zimowo-wiosennym, wynikający z rzadkiego przebywania na zewnątrz i ograniczonej ekspozycji na światło słoneczne w okresie jesienno-zimowym. Obiektywne poznanie poziomu aktywności fizycznej oraz witaminy D3 w organizmie w okresach powakacyjnym oraz pozimowym jest istotne we wczesnej profilaktyce zdrowotnej, może wpłynąć na poprawę programu edukacyjnego w przedszkolach i szkołach – stosunek czasu spędzanego przez dziecko w budynku do czasu spędzonego na świeżym powietrzu oraz jakość posiłków w przedszkolach a także na styl życia rodziny – spędzanie czasu wolnego i odżywianie.

2. Przebieg, czas trwania i sposób przeprowadzenia badań

Badania prowadzone będą w dwóch etapach: 1 etap –przez jeden tydzień we wrześniu lub w październiku lub w listopadzie 2018 r.; 2 etap – jeden tydzień w lutym lub w marcu lub w kwietniu 2019 r.

Wszystkie pomiary prowadzone są w tym samym tygodniu:

***Aktywność fizyczna oceniana** będzie na podstawie liczby kroków zarejestrowanych przez urządzenie pomiarowe typu krokomierz nadgarstkowy oraz optyczny pomiar tętna zarejestrowany przez urządzenie umiejscowione na bicepsie w formie paska. Rejestracja kroków oraz tętna dokonywana będzie przez cały dzień przez okres 1 tygodnia. Dodatkowo aktywność fizyczna oceniana będzie na podstawie wyników ankiety przeprowadzonej wśród rodziców – ogólne informacje o najchętniej podejmowanej aktywności w wolnym czasie, ewentualnych zajęciach dodatkowych oraz aktywności na zewnątrz.*

***Skład ciała oceniany** za pomocą analizatora składu ciała w godzinach porannych, w przedszkolu, w wyznaczonym dniu tygodnia.*

***Sposób odżywiania dzieci oceniony** zostanie na podstawie rodzaju i ilości przyjmowanego pożywienia przez dziecko w przeciągu dnia, zapisywanego w dzienniczku żywieniowym przez rodziców przez 7 dni.*

***Poziom witaminy D3 w organizmie dziecka określony** zostanie na podstawie stężenia 25(OH)D₃ w surowicy krwi. Punkt pobrań mieści się Centralnej Wojskowej Przychodni Lekarskiej „CePeLek” przy ul. Żeromskiego 33. Na badanie krwi będzie mógł zgłosić się rodzic z dzieckiem w wyznaczonych dniach tygodnia.*

Oświadczenie o stanie zdrowia dziecka jest warunkiem kwalifikującym do badania witaminy D3 i składu ciała dziecka. W przychodni, w dniu pobrania krwi, dziecko zostanie zakwalifikowane przez lekarza pediatrę.

3. Oczekiwane korzyści badania

Uczestnicy badań, rodzice lub prawni opiekunowie dzieci otrzymają darmową informację o składzie ciała, tygodniowej aktywności fizycznej dziecka i zaleceniach, poziomie witaminy D3 w organizmie dziecka oraz zaleceniach do uzupełnienia jej niedoborów.

Uzyskane wyniki badań posiadać będą wartości poznawcze i edukacyjne. Na podstawie wyników sformułowane zostaną wnioski, które posłużą do opracowania programu edukacyjnego dla dzieci i rodziców mającego na celu profilaktykę występowania niezakaźnych chorób cywilizacyjnych wynikających z niskiej aktywności fizycznej, niewłaściwego odżywiania, niedoborów witaminy D3 w organizmie oraz pandemii nadwagi i otyłości w populacji dzieci i młodzieży w Polsce. Sporządzony zostanie raport do władz lokalnych. Wnioski z badań mogą przyczynić się do poprawy programu edukacyjnego w przedszkolach – stosunek czasu spędzanego przez dziecko w budynku do czasu spędzonego na świeżym powietrzu oraz jakość posiłków w przedszkolach. Zarówno dzieci jak i rodzice zdobędą dodatkową wiedzę na temat znaczenia aktywności fizycznej, odżywiania i poziomu witaminy D3 w organizmie w utrzymaniu dobrego stanu zdrowia przez całe życie. Wszyscy uczestnicy badań będą mieli pierwszeństwo uczestnictwa w podobnych badaniach w przyszłości – założeniem jest prowadzenie badań długofalowych, powtarzanych co 1-2 lata do okresu dojrzewania dzieci.

Projekt związany jest z wczesną profilaktyką zdrowotną, z poprawą zdrowia publicznego i promocją zdrowia w Polsce.

4. Ryzyko i uciążliwości związane z udziałem w badaniu

Uciążliwością związaną z udziałem w badaniu będzie dwukrotne pobranie krwi u dziecka, a tym udanie się dwa razy w roku szkolnym rodzica z dzieckiem do wskazanego punktu pobrań krwi mającego umowę z wyspecjalizowanym laboratorium diagnostycznym. Punkt pobrań mieści się na terenie dzielnicy Bielany, ale może być oddalony o kilka kilometrów od miejsca zamieszkania rodziny, co będzie wiązało się z konieczności korzystania ze środków transportu na koszt rodzica. Zakładanie opaski na biceps i zegarka na nadgarstek oraz noszenie przez cały dzień może być dla dziecka zarówno bardzo atrakcyjne lub stanowić kłopot. Jednakże urządzenie nie będzie uciskało i krępowało ruchów dziecka, będzie lekkie, wodoodporne i przyjemne wizualnie. Pewną uciążliwością może być systematyczne i konsekwentne zapisywanie przez 7 dni pokarmów w dzienniczku żywieniowym.

5. Przetwarzanie i ochrona danych osobowych

- Wszystkie informacje zgromadzone na Pani/Pana i państwa dziecka temat w toku badania będą **ściśle poufne**, przetwarzane i zabezpieczane zgodnie z zasadami RODO (Rozporządzenie o Ochronie Danych Osobowych).
- Dane zgromadzone w formie papierowej – zgody na udział w badaniach, dzienniczki żywieniowe, ankiety – będą przechowywane przez okres 5 lat, w taki sposób, aby nikt oprócz kierownika projektu nie miał do nich dostępu – zamknięte na klucz w szafach gabinetu kierownika projektu. Po tym okresie zostaną zniszczone. Wyniki badań wprowadzone będą do bazy danych na komputerach uczelni, zabezpieczone hasłem dostępu i zakodowane tak, aby uniemożliwić rozpoznanie Pani/Pana i państwa dziecka, bez wprowadzania: imienia, nazwiska, daty urodzenia. W takiej też formie będą publikowane w czasopiśmie naukowych i prezentowane na konferencjach.

6. Kontakt

Kierownik badania jest zawsze gotowy odpowiedzieć na wszelkie Pani/Pana pytania dotyczące niniejszego badania. W razie jakiegokolwiek wątpliwości lub pytań, proszę kontaktować się z kierownikiem badania mailowo lub telefonicznie na podany adres/numer: przedszkolaki@awf.edu.pl, tel.: 604 552 959.