

## Περίληψη

**Εισαγωγή:** Τις τελευταίες δεκαετίες, έχουν δημοσιευθεί για το Σύνδρομο Πολυκυστικών Ωοθηκών πάνω από 90.000 σχετικά άρθρα, γεγονός που υποδηλώνει το έντονο ενδιαφέρον της διεθνούς επιστημονικής κοινότητας και αντικατοπτρίζει το εύρος και τη σοβαρότητα των συνεπειών του, για την υγεία των γυναικών που πάσχουν από το PCOS. Η αύξηση του επιπολασμού, ιδιαίτερα τις δύο τελευταίες δεκαετίες, τόσο του PCOS όσο και της παχυσαρκίας και μάλιστα σε διεθνή κλίμακα, ενισχύει τις διαχρονικά εκφρασμένες απόψεις πολλών ερευνητών, για κοινούς ορμονικούς μεταβολικούς και εν γένει παθοφυσιολογικούς μηχανισμούς, που επηρεάζουν και τις δύο παθήσεις.

Τελευταία, τίθεται έντονα το ζήτημα της επίδρασης διάφορων περιβαλλοντικών παραγόντων (διατροφή, φυσική δραστηριότητα, συνήθειες ζωής) αναφορικά με την εμφάνιση και την εξέλιξη του συνδρόμου, γεγονός που αντικατοπτρίζει την πολυπλοκότητα και την αδυναμία σαφούς κατανόησης της αλληλεπίδρασης όλων αυτών των βιοχημικών και μεταβολικών μηχανισμών. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον αποκτούν τα παραπάνω ζητήματα όταν συνδέονται άμεσα με την εφηβική παχυσαρκία και το σύνδρομο των PCOS κατά την ηλικία της εφηβείας.

**Σκοπός:** Η καταγραφή και αξιολόγηση των διατροφικών – καθιστικών συνηθειών και των αθλητικών δραστηριοτήτων, εφήβων κοριτσιών που πάσχουν από το Σύνδρομο Πολυκυστικών Ωοθηκών και η συσχέτιση τους με την εμφάνιση της παχυσαρκίας στις έφηβες γυναίκες.

**Υλικό:** Στη μελέτη συμμετείχαν 81 έφηβες. Ειδικότερα το δείγμα των πασχόντων κοριτσιών (N=35), προήλθε από ανάλογα υπερηχογραφικά και κλινικά ελεγμένα περιστατικά της Α' Μαιευτικής Γυναικολογικής Κλινικής του Γ.Π.Ν.Α «Αλεξάνδρα». Το δείγμα των κοριτσιών που δεν έπασχαν από το PCOS (N=46), προήλθε από μαθήτριες του Μουσικού Γυμνασίου – Λυκείου Ιλίου.

**Μέθοδος:** Η συλλογή του υλικού της έρευνας έγινε με την τεχνική συμπλήρωσης ειδικά επεξεργασμένου αυτοσυμπληρούμενου ερωτηματολογίου, καθώς και με τη μέτρηση των ανθρωπομετρικών δεικτών των εφήβων κοριτσιών. Για την ποσοτική και ποιοτική επεξεργασία και ανάλυση των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκαν τα προγράμματα: α) Statistical Package for the Social Sciences (SPSS for Windows) β) Microsoft Excel γ) Diet Analysis Plus.

**Αποτελέσματα :** Παρουσιάστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων στην υπέρβαση του ποσοστού ημερήσιας συνιστώμενης

θερμιδικής πρόσληψης( $p<0,047$ ), στο ποσοστό κατανάλωσης βραδινού γεύματος( $P<0,014$ ) και στην ώρα κατανάλωσης του βραδινού γεύματος( $P<0,020$ ).

Προέκυψε επίσης σημαντική στατιστική διαφορά ( $p <0,001$ ) σε σχέση με την συμμετοχή των εφήβων κοριτσιών σε κάποια αθλητική δραστηριότητα όπως και στην εβδομαδιαία συχνότητα άσκησης( $p<0,001$ ).

**Συζήτηση-Συμπεράσματα:** Συμπερασματικά μπορούμε να πούμε πως η ύπαρξη της παχυσαρκίας στις έφηβες που πάσχουν από το σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών, εμφάνισε θετική συσχέτιση α) με την υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας θερμιδικής πρόσληψης από τις πάσχουσες έφηβες, β) την ανεπαρκή συστηματική αθλητική-φυσική δραστηριότητα των εφήβων με PCOS. Ωστόσο χρειάζεται να πραγματοποιηθούν ανάλογες συνδυασμένες έρευνες ευρείας κλίμακας, που θα διερευνήσουν και θα συσχετίσουν ανάλογα δεδομένα, με τα ιδιαίτερα παθοφυσιολογικά και ψυχολογικά χαρακτηριστικά της εφηβικής ηλικίας.

## Summary

**Introduction:** Over the last decades, over 90,000 articles related to the subject of the Polycystic Ovaries Syndrome have been published, a fact indicating the intense interest of the international scientific community and reflecting the range and seriousness of its symptoms for the health of the women suffering from the PCOS. The increase in incidence frequency, particularly during the last two decades, of both the PCOS and obesity and on a global scale as well, reinforces the over the time expressed views of many researchers concerning common hormonal, metabolic and in general pathophysiological mechanisms affecting both conditions.

Lately, the issue of the influence of various environmental factors (nutrition, physical activity, habitual actions) with reference to the appearance and development of the syndrome has been intensely raised, a fact that reflects the complexity and inability for explicit comprehension of the interaction among all these biochemical and metabolic mechanisms. The aforementioned issues gain particular interest when directly related to adolescent obesity and the PCO Syndrome during puberty.

**Aim:** To register and assess the dietary – sedentary habits as well as the sport activities of adolescent girls suffering from the Polycystic Ovaries Syndrome and their correlation with the appearance of obesity in adolescent women.

**Material:** 81 adolescent women participated in the study. More specifically the sample of suffering girls (N=35) came from similar ultrasonographically and clinically controlled incidents of the First Maternity / Gynaecological Clinic of the (General Peripheral Hospital of Athens) G.P.N.A. "Alexandra". The sample of non-suffering from the PCOS girls (N=46) came from students of the Musical High – Senior High School of Ilion.

**Method:** The gathering of the research material came to be by implicating the technique of filling in a specifically processed self answerable questionnaire as well as by measuring the anthropometrical indices of the adolescent girls. For the quantitative and qualitative processing and analysis of the research data the programs a. Statistical Package for the Social Sciences (SPSS for Windows) b. Microsoft Excel and c. Diet Analysis Plus were used.

**Results:** Statistically important differences presented themselves between the two groups concerning the excess of the suggested daily calorie intake percentage ( $p<0.047$ ), the dinner consumption percentage ( $p<0,014$ ) and the time of dinner consumption ( $p<0,020$ ).

A statistically important difference ( $p < 0,001$ ) also arose concerning the adolescent girls' participation in some sport activity as well as the weekly exercise frequency ( $p < 0,001$ ).

**Discussion – Conclusions:** Conclusively it can be said that the existence of obesity in adolescent girls suffering from the polycystic ovaries syndrome appeared to be positively related to a. the excess of the suggested daily calorie intake by the suffering adolescents, b. the insufficient systematic sport – physical activity of the adolescents with PCOS. However, similar combined research, which will investigate and correlate similar data with the particular pathophysiological and psychological characteristics of puberty, needs to be carried out on a wide scale.