

TREENIMISE TEADUSE AMPS

Väljaanne nr 1



Jalgpalli eri

Meie esimeses
numbris
keskendume
jalgpalli-teemalistele
huvitavatele
teadusuuringutele,
mida Te ise ilmselt
ei loeks...

Amps (uuring) 1:
Alkohol ja
eliitjalgpallurid

Amps (uuring 2):
Alkoholi
tarvitamisega seotud
häired Rootsi
eliitmeesjalgpallurite
seas: üleriigiline
kohortuuring

Amps (uuring) 3:
Premier league
jalgpalli jälgimise
mõju meeste
tervisele

Sporditeadus eesti keeles

„Treenimise teaduse“ veebis
leitav keskkond on mõeldud
treeneritele, sportlastele,
spordiorganisatsioonidele,
füsioterapeutidele jt
spetsialistidele, kes
toimetavad sportlastega. Ikka
selleks, et olla kursis
kaasaegse
teaduskirjandusega.

Meie eesmärk on
ülekülluslikus infoajastus
eestikeelse sporditeaduse
kättesaadavuse
suurendamine.

Käesolev kirjatükk on meie
päris esimene Treenimise
teaduse amps.

„Ampsud“ on väikesed,
kerged vahepalad, mis
võiksid ärgitada mõtlemist ja
ehk täiendavad erialaseid
teadmisi.

Selle korra numbris
keskendume jalgpallile, aga
mitte ainult...

Vaatame ka natuke erineva
nurga alt kolme üsna
teistsugust, kuid väga olulist
teemat, et mitte pidevalt
rääkida ainult
sooritusvõimest.

Mati Arend

Kasulikud
lingid:

www.treenimiseteadus.ee

www.fysiocentrum.ee

[https://sporditeadused.u
t.ee/et/sisu/sporditeadu
ste-labor](https://sporditeadused.ut.ee/et/sisu/sporditeaduste-labor)



Ireland R. Alcohol related harms and elite men's football. BMJ. 2022 Dec 21;379:02906. doi: 10.1136/bmj.02906. PMID: 36543356.

Premier league jalgpalli jälgimise mõju meeste tervisele

Robin Ireland
Tõlkis: Mati Arend

Artikkel käsitleb alkoholi mõju meeste jalgpallis, eriti alkoholi turundust jalgpallifännidele. Rootsi [uuring](#) võrdles alkoholi tarvitamise häirete esinemissagedust eliitmeesjalgpallurite ja üldpopulatsiooni vahel.

Uuring leidis, et eliitjalgpalluritel oli alkoholi tarvitamise häirete risk madalam - eriti neil, kes alustasid karjääri 1960. aastatel, tõenäoliselt sissetulekute suurenemise ja spordi professionaalsuse tõttu.

- Artikkel toob esile alkoholi ja teiste ebatervislike kaupade tööstuste rolli spordi sponsorluses, kasutades sporti oma toodete reklaamimiseks ja terviseriskide varjamiseks.
- 2022 a audit 178 professionaalse jalgpallimeeskonna seas kümnes Euroopa riigis leidis, et 3/4 meeskondadest oli vähemalt üks alkoholiga seotud sponsor.



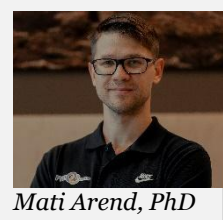
Vaatamata kaasaegsete eliitjalgpallurite madalamale alkoholi tarvitamise häirete määrale, on alkoholi turundus jalgpallifännidele endiselt murettekitav.

Artiklis kutsutakse üles täiendavatele uuringutele alkoholisponsorluse mõju kohta näiteks fännidele ja jalgpalluritele, aga ka võimalikule mõjule nende mängijatele, kes sellist sponsorlust ei toeta.

Seos alkoholi turunduse ja suurenenud tarbimise vahel, eriti noorte seas, võib tõepoolest viia alkoholi tarvitamise häirete suurema esinemissageduseni üldpopulatsioonis ja spordifännide seas. Uurimistööd võiks aidata kujundada poliitikaid ja regulatsioone, et vähendada alkoholi turunduse negatiivset mõju spordis.

Praktiline kokkuvõte uuringust:

Sport paistab erinevatest meediakanalistest väga silma, kuid selle juures mõtleme ehk pisut liiga vähe, et mis on nende reklaamide narratiivid.



Mati Arend, PhD

Mida meile kui spordi tarbijatele ikkagi tahetakse näidata ja mida meile müüa? Artiklit lugedes tekkis tõesti mõte, et mis siis saab, kui kõik hasartmängu jne sponsorid spordist kaovad? Mis siis saaks nt meie Eesti erinevatest spordivõistkondadest?

Kuid selle kõrval oli väga meeldiv lugeda, et paljud tuntud sportlased (ja ka klubid) jäävad spordi tõekspidamistele kindlaks ja ei sõlmi sponsorlepinguid just kõigiga, kui see võib kahjustada nõ tervislikku sporti läbi nende.



Ueda P, Pasternak B, Svanström H, Lim CE, Neovius M, Forssblad M, Ludvigsson JF, Kader M. Alcohol related disorders among elite male football players in Sweden: nationwide cohort study. BMJ. 2022 Dec 21;379:e074093. doi: 10.1136/bmj-2022-074093. PMID: 36543350; PMCID: PMC9768814.

Alkoholi tarvitamisega seotud häired Rootsi eliit meesjalgpallurite seas: üleriigiline kohortuuring

Peter Ueda jt, 2022
Tõlkis Mati Arend

Jalgpalli ja alkoholi suhe on tõepoolest mitmetahuline. Ühelt poolt on alkoholisponsorlus ja reklaamid jalgpalliklubidele ja turniiridele oluline tuluallikas. Fännid seostavad sageli jalgpalli vaatamist joomisega - olgu see siis kodus, pubides või staadionitel.

Teiselt poolt on alkoholi tarbimine mängijate seas oma varjuküljed. Paljud mängijad on võidelnud alkoholismiga, mis on mõjutanud nende karjääri ja isiklikku elu. See probleem toob esile vajaduse paremate tugisüsteemide ja teadlikkuse järele alkoholi mõjust sportlastele.

Kohortuuring, mis viidi läbi Rootsis aastatel 1924–2020.

Uuringu eesmärk oli hinnata, kas Rootsi eliitmeesjalgpalluritel on suurem risk alkoholi tarvitamisega seotud häirete tekkeks võrreldes üldise elanikkonnaga.

Osalejad

Jalgpallurid: 6007 meesjalgpallurit, kes mängisid Rootsi kõrgliigas *Allsvenskan* aastatel 1924–2019.

Üldine elanikkond: 56 168 meest üldisest elanikkonnast, kes olid vanuse ja elukoha järgi mängijatega sobitatud.

> BMJ. 2022 Dec 21;379:e074093. doi: 10.1136/bmj-2022-074093.

Alcohol related disorders among elite male football players in Sweden: nationwide cohort study

Peter Ueda ¹, Björn Pasternak ² ³, Henrik Svanström ² ³, Carl-Emil Lim ², Martin Neovius ², Magnus Forssblad ⁴ ⁵, Jonas F Ludvigsson ⁶ ⁷, Manzur Kader ²

Affiliations + expand

PMID: 36543350 PMCID: PMC9768814 DOI: 10.1136/bmj-2022-074093



Alkoholi tarvitamisega seotud häired:

- 4,3% jalgpalluritest ja 6,3% meest üldisest elanikkonnast said alkoholi tarvitamisega seotud häirete diagnoosi. Risk oli jalgpallurite seas madalam (*hazard ratio* 0,71, 95% usaldusvahemik 0,62 kuni 0,81).
- **Muude narkootikumide kuritarvitamine** kuritarvitamisega seotud häirete risk oli jalgpallurite seas oluliselt madalam (*hazard ratio* 0,22, 95% usaldusvahemik 0,15 kuni 0,34).

Uuring viitab sellele, et eliitjalgpalluri karjäär ei pruugi olla kooskõlas suure alkoholitarbimise kuvandiga ning alkoholi tarvitamisega seotud häirete madalam risk võib tuleneda kehalisest aktiivsusest, professionaalsusest ja kõrgemast sissetulekust, mis on seotud elukutseliste jalgpalluriga. Uurijad rõhutavad ka psühhosotsiaalse toe lisamise vajadust ja selliste häirete ennetamise tähtsust eliitjalgpallurite seas.

Artiklis viidatakse ka kõrgetasemeliste jalgpalluritele nagu Paul Pogba ja Kylian Mbappe, kes on alkoholisponsorlusest keeldunud, rõhutades vajadust keskenduda alkoholi turunduse rahvatervise mõjudele spordis.

Artikkel lõpetab küsimusega, kas ebatervislike kaupade reklaamimine spordi kaudu on eetiline.



Pringle A, Zwolinsky S, McKenna J, Daly-Smith A, Robertson S, White A. Effect of a national programme of men's health delivered in English Premier League football clubs. Public Health. 2013 Jan;127(1):18-26. doi: 10.1016/j.puhe.2012.10.012. Epub 2012 Dec 6. PMID: 23219262.

Premier league jalgpalli jälgimise mõju meeste tervisele

Robin Ireland
Tõlkis Mati Arend

Mehed seisavad silmitsi paljude elustiiliga seotud haiguste riskidega, nagu südame-veresoonkonna haigused, vaimse tervise probleemid ja rasvumisest tingitud vähid, mis muudavad nad vastuvõtlikuks kroonilistele haigustele ja enneaegsele surmale. Nende ennetatavate haiguste esinemisele aitavad kaasa elustiilitegurid, nagu kehv toitumine, suitsetamine, ohtlik alkoholi tarbimine ja vähene kehaline aktiivsus.

Uuring ja tulemused

Enamik osalejaid olid 18–44-aastased valged Briti mehed. Enamik mehi (78%, 909/1159) ei pidanud end terviseprobleemidega inimesteks.

Umbes 35% (364/1044) ei konsulteerinud kunagi perearstiga ja 57% (591/1040) teatas, et nad ei kasutanud kunagi tervisenõustamisteenuseid.

Professionaalsetel jalgpalliklubidel on kasvav traditsioon pakkuda tervisega seotud tegevusi oma toetajatele, sealhulgas meestele. UK-s külastab Inglise *Premier League*’i (EPL) aastas 11 miljonit meest; kogu maailmas vaatab EPL-i mängu hinnanguliselt 4,7 miljardit inimest ja 643 miljonit leibkonda aastas. Arvestades seda tohutut ulatust, on pandud toimima EPL *Premier League Health* (PLH) programm.

Meeste seas, kes andsid vastuseid enne sekkumist, olid **tervislike käitumissoovituste mittetäitmise** osakaalud järgmised: kehaline aktiivsus, 85%, istumisaeg, 68%; puu- ja köögiviljade tarbimine, 88% (948/1072); suitsetamine, 33% (422/1262); alkoholi tarbimine, 30%; ja kehamassiindeks (KMI), 63,8%. Andmete analüüsid näitasid olulist suurenemist iganädalases kehalises aktiivsuses ($P < 0,001$) ja igapäevases puu- ja köögiviljade tarbimises ($P < 0,001$) ning olulist vähenemist igapäevases istumisajas ($P < 0,001$), iganädalases alkoholi tarbimises ($P < 0,001$) ja KMI-s ($P < 0,05$).

Kokkuvõte

Üle riigi EPL jalgpalliklubides läbi viidud meeste tervise programm jõudis meesteni, kes ei järginud tervisejuhiseid.

Sekkumised kaasasid mehi, kes ei konsulteerinud perearstiga, ega kasutanud tervisealase teabe teenuseid. Statistilised analüüsid näitasid positiivseid muutusi mitmesugustes kehalise aktiivsusega seotud tegevuses ja muudes tervisekäitumistes.

> Public Health. 2013 Jan;127(1):18-26. doi: 10.1016/j.puhe.2012.10.012. Epub 2012 Dec 6.
Effect of a national programme of men's health delivered in English Premier League football clubs
A Pringle ¹, S Zwolinsky, J McKenna, A Daly-Smith, S Robertson, A White
Affiliations + expand
PMID: 23219262 DOI: 10.1016/j.puhe.2012.10.012



Praktiline kokkuvõte uuringust:

Ka Eestis on jalgpallis pealtvaatajate arv olnud tõusutrendid ning erinevad klubid kaasavad rohkem kogukondi kaasa, et klubi „kasvaks“.



Mati Arend, PhD

Kuid selle uuringu valguses võiks ka Eesti jalgpalliklubid ja nende esindusvõistkondade mängijad aktsepteerida rohkem oma tervist edendavat rolli. Enamik mängijad on erinevatel sotsiaalmeedia platvormidel nähtavad, kuid seda sisu võiks suunata rohkem meeste ja naiste tervise edendamisele.

Pidevad üleskutsed osaleda sõeluuringutes tundub, et ei jõua meesteni piisavalt? Lugesdes uuringut, siis tekkis küll tunne, et meie jalgpalliklubid ja mängijad saaks aidata ka ise näidet luues suurendada Eesti meeste tervisekäitumist.