

Данные об образе жизни молодых россиян свидетельствуют о том, что, несмотря на то, что молодежь является наиболее активной группой населения, уровень физической активности среди молодых жителей нашей страны остаётся еще недостаточно высоким. Тревогу вызывает также широкая распространенность вредных привычек среди молодого поколения. В то же время малоподвижный образ жизни, чрезмерное потребление алкоголя и курение являются существенными факторами риска для психического и физического здоровья людей. С целью повышения результативности мероприятий по стимулированию здорового образа жизни в молодом возрасте эксперты Всемирной организации здравоохранения рекомендуют понять, какие факторы влияют на нездоровое поведение, есть ли связь между характеристиками образа жизни и на какие из выявленных факторов может воздействовать государство.

Цель исследования – проанализировать взаимосвязь между физической активностью (ФА) молодых россиян в возрасте 18-24 года и такими составляющими их образа жизни, как курение и потребление алкоголя. Эмпирический анализ основан на данных Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ за период 2013–2019 гг. Панельная выборка включала 9914 наблюдений. В результате эконометрического анализа была установлена отрицательная связь занятий ФА с вероятностью потребления алкогольных и табачных изделий, при прочих равных условиях, но только для молодых мужчин. В то время как для молодых женщин была выявлена положительная корреляция между занятиями физической активностью и вероятностью потребления спиртных напитков, а также между интенсивностью занятий физическими упражнениями и вероятностью курения. Результаты проведенного исследования могут быть полезны при разработке мер государственной политики по стимулированию молодых россиян к активизации образа жизни и отказу от вредных привычек.