

STRESZCZENIE

Wpływ wybranych czynników motywacyjnych na ilość spożytych warzyw i owoców przez dzieci w wieku 6-12 lat w stołówkach szkolnych

Wstęp

Podobnie jak w innych krajach, również w Polsce badania z ostatnich lat wskazują na wzrost częstości występowania dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała. Otyłość jest problemem całego świata, a otyłe dzieci są bardziej narażone na pozostanie otyłymi dorosłymi. Zachowania żywieniowe dzieci są silnie związane z ich preferencjami smakowymi. Liczne badania wykazały, iż warzywa są najmniej lubianym pożywieniem, a zmuszanie dzieci do próbowania nie lubianych, nieznanych potraw nie jest wystarczające, aby nastąpił wzrost częstości ich spożycia. Nawyki żywieniowe mogą ulec zmianie po powtarzanych ekspozycjach na dany czynnik. W związku z tym, wielokrotne zapewnianie dzieciom smaku owoców i warzyw może spowodować wzrost konsumpcji tych produktów w przyszłości. W dostępnym polskim i zagranicznym piśmiennictwie istnieje niewiele doniesień dotyczących wpływu różnego rodzaju działań motywujących na zachowania żywieniowe dzieci oraz nie ma informacji dotyczących efektywności tych działań. W związku z powyższym zasadne jest dokonanie szczegółowej analizy czynników motywacyjnych wśród dzieci ze szkół podstawowych.

Cel pracy

Celem pracy była ocena wpływu wybranych czynników motywacyjnych mających wpływ na ilość spożytych warzyw i owoców przez dzieci w wieku 6-12 lat w stołówkach szkolnych.

Zwrócono także uwagę na wpływ czynników takich jak: płeć, BMI rodziców, wykształcenie rodziców, członkostwo w klubie sportowym przez dzieci, czas spędzany przed ekranem telewizora i monitorem komputera, preferencje smakowe dzieci na masę ciała w badanej grupie dzieci.

Material i metody

Badaniem objęto 106 uczniów, to jest wszystkie dzieci uczęszczające na obiady szkolne w danej szkole województwa podkarpackiego stanowiącej grupę badaną. Grupę porównawczą stanowiło 110 uczniów (dobrych pod względem wieku i płci w stosunku do grupy badanej) uczęszczających na obiady w stołówce szkolonej losowo wybranej szkoły podstawowej województwa podkarpackiego.

Eksperyment w stołówkach został podzielony na trzy dwutygodniowe okresy przeprowadzone zgodnie z metodologią badania: *Determinants of eating behaviour in European children, adolescents and their parents. Standard Operating Procedure on School canteen experiment* prowadzonego pod patronatem Konsorcjum I.Family.

Dokonano trzykrotnego pomiaru podstawowych parametrów antropometrycznych: masy ciała oraz wysokości ciała. Wśród rodziców i dzieci rozprowadzono ankiety: „Kwestionariusz preferencji artykułów żywnościowych i napojów”, „Kwestionariusz dotyczący diety dziecka dla rodzica”, „Kwestionariusz dotyczący uwarunkowań żywieniowych dziecka dla rodzica”.

Analiza statystyczna wyników badań została dokonana za pomocą pakietu statystycznego Statistica 10.1 PL, przy przyjęciu najczęściej stosowanych reguł dla wartości prawdopodobieństwa testowego (p).

Wyniki

Pomiędzy okresem przed eksperymentem i okresem stosowania działań motywujących dzieci do spożywania warzyw, zachodzi znamienna statystycznie różnica w częstości spożywania surówek podczas obiadu. Po zakończeniu działań motywacyjnych częstość spożywania surówek minimalnie spadła, ale zmiana ta nie była istotna statystycznie ($p = 0,2044$), więc można pozostać przy stwierdzeniu, iż efekt działań motywacyjnych był trwały. Istotne statystycznie korelacje stwierdzono dla czynników takich jak: wskaźnik masy ciała rodziców, czas spędzany przed komputerem przez dzieci oraz wykształcenie rodziców.

W badanej grupie dzieci było 31,1% osób z nadwagą i otyłością. Istotną statystycznie korelację mającą wpływ na występowanie nadmiernej masy ciała stwierdzono dla parametrów: płeć dziecka, czas spędzany przed telewizorem przez dzieci.

Wnioski

1. Wprowadzenie czynników motywacyjnych w stołówce szkolnej w grupie badawczej przyniosło rezultat w postaci zwiększenia spożycia warzyw i owoców podczas obiadu. Po wyłączeniu czynnika motywacyjnego efekt ten został utrzymany.
2. Czynnikiemami mającymi istotny wpływ na spożycie warzyw i owoców w stołówce szkolnej były: wskaźnik masy ciała rodziców, czas spędzany przed komputerem przez dzieci oraz wykształcenie matki i ojca.
3. Nadwagę i otyłość w grupie badanej miało co trzecie dziecko. Nadmiar masy ciała występował znamienne częściej wśród chłopców niż dziewcząt.
4. Czas spędzony przed telewizorem istotnie zwiększał ryzyko wystąpienia nadwagi i otyłości u dzieci.
5. Najwyższą ocenę w badaniu preferencji smakowych wśród dzieci uzyskały lody, sok owocowy, banany, lemoniada, krem czekoladowy, jogurt owocowy, tort oraz frytki.
6. Produkty z grup fast foody i słone przekąski oraz słodyczne zostały najniżej ocenione ze względu na walory smakowe przez dzieci z otyłością.

Słowa kluczowe: dzieci, zdrowe odżywianie, czynniki motywacyjne, nadwaga i otyłość