



**MARCIN BUGDOL¹, DOMINIKA ŁASAK², MONIKA BUGDOL³,
ANDRZEJ W. MITAS⁴**

O edukacji informatycznej w aspekcie kwalifikowanych źródeł internetowych

About IT Education in Terms of Qualified Web Resources

¹ Doktor inżynier, Politechnika Śląska, Wydział Inżynierii Biomedycznej, Katedra Informatyki i Aparatury Medycznej, Polska

² Magister inżynier, Polska

³ Doktor inżynier, Politechnika Śląska, Wydział Inżynierii Biomedycznej, Katedra Informatyki i Aparatury Medycznej, Polska

⁴ Profesor doktor habilitowany inżynier, Politechnika Śląska, Wydział Inżynierii Biomedycznej, Katedra Informatyki i Aparatury Medycznej, Polska

Streszczenie

W artykule przedstawiono wyniki badań poświęconych zagadnieniu doboru źródeł informacji, z których matki dzieci w wieku 6–36 miesięcy czerpią wiedzę na temat właściwego żywienia swojego potomstwa. Ze względu na fakt, że głównym źródłem wiedzy jest obecnie internet, ważną kwestią staje się edukacja kobiet w zakresie algorytmu poszukiwania informacji przygotowanych i udostępnionych przez specjalistów oraz oddzielenia ich od, często błędnych, porad zamieszczanych w sieci przez przypadkowe osoby. Aż 30% ankietowanych czerpie i stosuje porady w kwestii żywienia dzieci z portali społecznościowych, których rzetelność z natury rzeczy nie jest potwierdzona. Kwestią naczelną jest przekonanie kobiet do poszukiwania wiedzy w dostępnym również w sieci kwalifikowanym piśmiennictwie oraz konsultowania diety z lekarzem specjalistą (pediatrą lub dietetykiem), co ma w zwyczaju zaledwie 20% kobiet.

Słowa kluczowe: badanie ankietowe, żywienie dzieci, prawidłowa dieta

Abstract

The paper presents research results, dedicated to the issue of sources, from which mothers of children aged 6–36 months learn about the proper nutrition of their offspring. Due to the fact that nowadays the main source of knowledge is the Internet, it is important to educate women in the search for real information, prepared and made available by professionals, and to isolate them from the sometimes erroneous advice posted on the web by random people. Even 30% of the respondents use advice on feeding children from social networking sites, which reliability is at least questionable. It is equally important to convince women to seek knowledge in qualified

literature and to consult the diet with a specialist (pediatrician or dietician), which is customary for just 20% of women.

Keywords: survey, children nutrition, proper diet

Wstęp

W ostatnich latach dużo mówi się o potrzebie zdrowego odżywiania, urozmaiconych diet i regularnych posiłków. Coraz popularniejsze stają się blogi o tematyce żywieniowej. Znaleźć można tam najnowsze doniesienia ze świata nauki, ale również własne pomysły redaktorów. Wśród osób zakładających swoje internetowe dzienniki nie brakuje młodych mam. Dzielią się one spostrzeżeniami, pomysłami oraz sposobami na rozwiązanie wielu problemów. Często informacje od mam blogerek pochodzą z niewiarygodnych źródeł, bywają również jedynie własnymi przemyśleniami, wprowadzającymi w błąd kobiety poszukujące porad o tematyce żywieniowej.

W internecie można oczywiście znaleźć wiele wartościowych publikacji. Coraz częściej firmy zajmujące się produkcją żywności dla najmłodszych, przy współpracy z grupą lekarzy i dietetyków, prowadzą portale informacyjne, dostarczając w ten sposób wiarygodnych informacji w kwestii odżywiania w pierwszych etapach życia. Ponadto dla wszystkich zainteresowanych dostępne są liczne artykuły o tematyce żywienia dzieci, które zostały napisane przez wykwalifikowanych specjalistów. Co kilka lat publikowane są standardy żywieniowe dla niemowląt (Szajewska i in., 2014).

Sposób odżywiania ma znaczenie już od pierwszych dni życia (Socha, 2002; Dobrzańska i in. 2012; Horvath, Szajewska, 2014). Wpływa on nie tylko na rozwój fizyczny dziecka, ale również wspomaga jego kondycję psychiczną. Prawidłowe odżywianie warunkuje bieżący stan zdrowia, ale może także zmniejszyć ryzyko wystąpienia w przyszłości otyłości oraz wielu innych chorób, w tym chorób cywilizacyjnych, takich jak cukrzyca typu 2, osteoporoza, miażdżyca czy alergia (Szajewska i in., 2014; Socha, 2010). Dbłość o wartościowe odżywianie od początku życia dziecka pomaga kształtować jego późniejsze przyzwyczajenia dotyczące liczby oraz jakości posiłków (Socha, 2010).

Dziecko w okresie niemowlęcym bardzo szybko się zmienia. Wraz ze zmianami w wyglądzie zmieniają się również jego potrzeby żywieniowe. Liczba spożywanych posiłków oraz ich rodzaj powinny być zawsze dopasowane do wieku, możliwości i potrzeb dziecka (WHO, 2000). Dlatego też ważna jest rzetelna wiedza na temat prawidłowego żywienia dzieci w okresie pierwszych 1000 dni życia.

Autorzy podjęli badania, mające na celu ocenę świadomości matek dzieci w wieku od pół roku do trzech lat w kontekście jakości źródeł, z których należy czerpać informacje na temat wskazanego postępowania dietetycznego w stosunku do ich potomstwa. Przeprowadzone zostały adekwatne badania ankietowe, których celem było poznanie zachowań dotyczących żywienia dzieci.

Metodologia

Ankieta wypełniana online przez uczestniczki składała się z kilkunastu pytań dotyczących m.in. zachowań w przypadku kontaktu z nowym produktem, źródeł, z których pozyskiwane są informacje, korzystania z aplikacji na smartfona, a także miejsca zamieszkania i wieku. W badaniu nie sprawdzano stanu wiedzy na temat żywienia małych dzieci.

Zasadniczym celem eksperymentu było stwierdzenie, czy młode matki wymagają edukacji bądź wsparcia technologicznego w zakresie poszukiwania informacji na temat prawidłowego żywienia dzieci. Sprawdzoneo:

- czy matki małych dzieci czerpią swoją wiedzę na temat żywienia z takich źródeł, jak portale społecznościowe czy blogi,
- czy częściej wprowadzają w życie porady z książek niż z internetu lub telewizji,
- czy matki konsultujące swoją dietę ze specjalistą częściej niż inne osoby konsultują także dietę swojego dziecka,
- czy informacji o nowym produkcie kobiety poszukują najczęściej w internecie,
- czy używają aplikacji mobilnych wspomagających żywienie.

Większość pytań miała formę zamkniętą z możliwością zaznaczenia jednej odpowiedzi lub zamkniętą z możliwością zaznaczenia więcej niż jednej odpowiedzi, natomiast pytanie o wiek miało formę otwartą.

W eksperymencie wzięło udział 70 kobiet. Wszystkie zebrane ankiety były kompletne, zatem wszystkie wypełnione ankiety kwalifikowały się do dalszej analizy.

Kryterium przystąpienia do badania było posiadanie przynajmniej jednego dziecka w wieku między 6 a 36 miesięcy. Uczestniczki były w wieku od 20 do 43 lat, o średniej wieku 27,63 z odchyleniem standardowym równym 3,92. Najwięcej ankietowanych mieściło się w przedziale wiekowym 27–30 lat – ponad 45%. Kobiety te w większości zamieszkiwały miasta (miasto – 86%, wieś – 14%).

Wyniki

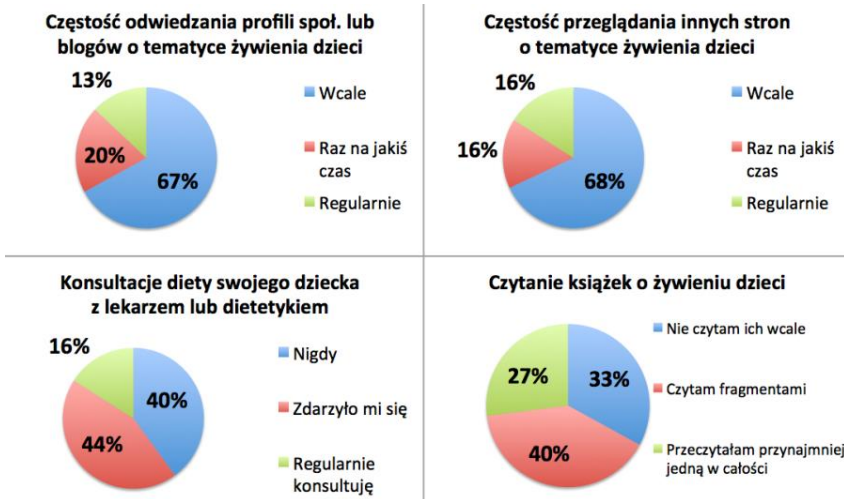
Poniżej przedstawiono pytania zawarte w ankiecie wraz z udzielonymi na nie odpowiedziami.

Czy konsultowałaś kiedykolwiek swoją dietę z lekarzem lub dietetykiem?
Większość kobiet (63%) nigdy nie konsultowała swojej diety ze specjalistą. Jedna na trzy badane kobiety robiła to chociaż raz, a regularne konsultacje odbywa tylko 4% z nich.

Czy konsultowałaś kiedykolwiek dietę dziecka z lekarzem lub dietetykiem?
Dwie piąte badanych nie konsultowało nigdy sposobu odżywiania swojego dziecka ze specjalistą. Tylko 16% robi to regularnie, najczęściej jednak były to sporadyczne konsultacje (44%). Na podstawie odpowiedzi na obydwa pytania

związane z wizytami u specjalistów można zauważyć, że kobiety częściej czują potrzebę konsultacji w sprawie diety dziecka niż swojej własnej.

Nie zanotowano wyraźnego wzrostu częstości konsultacji diety dziecka przy wzroście częstości konsultacji diety matki. Nie można zatem uznać, że kobiety odwiedzające dietetyka samodzielnie częściej konsultują ze specjalistą także dietę dziecka. Można natomiast wnioskować, że matki poświęcają swojemu dziecku więcej uwagi niż sobie samym, a także że w większości odczuwają potrzebę wsparcia dietetyka w temacie żywienia małych dzieci.



Rysunek 1. Procentowy rozkład odpowiedzi na wybrane pytania

Źródło: opracowanie własne.

Czy jesteś zadowolona ze sposobu odżywiania swojego dziecka? Jedyne ok. jedna czwarta mam nie jest zadowolona ze sposobu odżywiania swojego dziecka, natomiast 74% badanych uznało sposób odżywiania swojego dziecka za prawidłowy.

Czy czytasz skład produktu, który kupujesz swojemu dziecku? Aż 77% kobiet zapoznaje się ze składem produktu, który zamierza kupić dla dziecka. Jedna na dziesięć badanych ufa produktom oznaczonym jako przygotowane specjalnie dla dzieci i w tym przypadku nie czyta ich składu. Jedyne 1% ankietowanych nie robi tego nigdy, a 12% bardzo rzadko. Na podstawie tych wyników można wnioskować, że matki przywiązują dużą wagę do składu produktu, który kupują. Nie sprawdzono jednak, czy dysponują wiedzą w zakresie tego, co powinien zawierać produkt dla dziecka, a których składników należy unikać, niemniej jednak samo zainteresowanie składem nasuwa wniosek, że matki starają się wybierać produkty dla dzieci świadomie.

W przygotowaniu posiłków dla swojego dziecka kierujesz się... Niniejsza kwestia miała formę pytania wielokrotnego wyboru. Najczęściej (73%) ankietowane zaznaczały intuicję. W drugiej kolejności wskazywano porady z książek dotyczących żywienia dzieci (43% badanych). O 3 punkty procentowe mniej badanych wskazało porady ze stron internetowych o tematyce żywienia, a nieco rzadziej (30%) informacje z portali społecznościowych. Ponadto młode matki stosunkowo chętnie korzystają z doradztwa bliskich osób z większym doświadczeniem życiowym (21%) oraz koleżanek (20%). Tylko 20% kobiet kieruje się poradami bezpośrednio od dietetyka lub lekarza, a 9% korzysta z broszur dostępnych w przychodniach i aptekach.

Jeśli czegoś nie wiesz, nie znasz danego produktu, nie masz pewności, czy jest on odpowiedni dla dziecka, co robisz? Ankietowane mogły zaznaczyć od 1 do 3 odpowiedzi. Większość kobiet (77%) wskazała, że poszukując informacji o nieznanach produktach lub w sytuacji niepewności, kieruje swoje zapytanie do internetu. Drugim pod względem częstości wyboru (36%) źródłem były osoby bliskie. Niemal 30% przyznaje się do zadawania pytań na portalu społecznościowym, a niewiele mniej wskazuje konsultacje z dietetykiem (25%).

Ponadto 40% mam stwierdziło, że na wszelki wypadek nie podaje produktu dziecku, a 15% uznało, że jeśli same zdecydowałyby się spożyć dany produkt, to podałyby go również dziecku. Jedynie co piąta matka sięga po obecną w domu literaturę przedmiotową.

Jak często przeglądasz profile o żywieniu dzieci na portalach społecznościowych lub blogi o tej tematyce? Jedna na pięć badanych regularnie odwiedza portale społecznościowe i blogi o tematyce żywienia dzieci. 67% matek robi to sporadycznie, a 13% nie przegląda ich wcale.

Jak często przeglądasz inne strony internetowe o żywieniu dzieci? Większość ankietowanych (68%) raz na jakiś czas odwiedza również strony internetowe poświęcone żywieniu dzieci. 16% badanych robi to regularnie i tyle samo nie odwiedza ich wcale.

Czy czytasz książki o żywieniu dzieci? Książki na temat żywienia najczęściej czytane są fragmentami (40% ankietowanych). Jedna trzecia badanych nie czyta ich wcale. Najmniej liczną grupę wśród ankietowanych (27%) stanowiły kobiety, które przeczytały przynajmniej jedną książkę w całości.

Czy korzystasz z aplikacji wspomagającej odżywianie na smartfona lub tablet? Zdecydowana większość kobiet nie używa aplikacji wspomagającej odżywianie. Aż 86% nie miało z nią nigdy kontaktu, a tylko 3% używa regularnie. 7% ankietowanych korzysta z takiej aplikacji sporadycznie. Nie jest przy tym pewne, czy programy te stanowią kwalifikowane źródła informacji. Wyniki te pokazują, że tego typu źródła wiedzy o żywieniu nie cieszą się popularnością.

Podsumowanie

Głównym źródłem informacji matek w kontekście żywienia dzieci jest internet. Kobiety nie tylko poszukują porad na stronach i blogach, czasem same zadają pytania na portalach społecznościowych i oczekują odpowiedzi od innych matek. Tylko nieco ponad jedna czwarta badanych przeczytała w całości jakąkolwiek książkę o żywieniu, ale więcej skupiło się na wybranych fragmentach. Można więc wnioskować, że długa forma pisemna nie trafia w gust matek, jednak cenią one informacje z tego źródła. Znaczna większość mam zapoznaje się też ze składem produktu, który kupuje dla swojego dziecka. Wśród ankietowanych 75% jest zadowolonych ze sposobu odżywiania swojego dziecka. Ponad 85% ankietowanych nigdy nie korzystało z jakiegokolwiek aplikacji dotyczącej żywienia na swoim smartfonie lub tablecie. Przyczyną może być brak świadomości, że takowe istnieją, jednak fakt, że 10% badanych, które miały kontakt z tego typu aplikacją i przestały z niej korzystać, może sugerować, że aplikacje te są zbyt skomplikowane w obsłudze lub mało atrakcyjne. Ponadto nie ma pewności co do prawdziwości zawartych w nich informacji.

Większość nowo zdobytych wiadomości, niezależnie od pochodzenia, jest potwierdzana w innych źródłach, zanim matki podejmą decyzję o włączeniu danego produktu do diety dziecka.

Powyższe wyniki dają podstawy, by uznać badaną grupę matek jako świadomą wagi poprawnego żywienia, niemniej jednak wymagającą edukacji w zakresie kwalifikacji źródeł swojej wiedzy. Kluczowym z punktu widzenia edukacji informatycznej jest deficyt kwalifikowanych źródeł dostępnych intuicyjnie, kontekstowo oraz systemowo, w zależności od stopnia rozwoju małego dziecka. Wyłaniający się profil użytkownika powinien być dobrym wskaźnikiem dla interaktywnych aplikacji, zwłaszcza na urządzenia mobilne, zapewniających szybką odpowiedź w sytuacjach wątpliwości dietetycznych.

Literatura

- Dobrzańska, A., Charzewska, J., Weker, H. i in. (2012). Normy żywienia zdrowych dzieci w 1–3 roku życia – stanowisko Polskiej Grupy Ekspertów: część I – zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze. *Standardy Medyczne. Pediatria*, 9, 100–103.
- Horvath, A., Szajewska, H. (2014). Poradnik żywienia niemowląt. Krok po kroku od narodzin do pierwszych urodzin. *Medycyna Praktyczna*, 16–17.
- Socha, J. (2002). Żywienie a rozwój dziecka w pierwszym roku życia. *Borgis – Nowa Pediatria*, 2, 96–102.
- Socha, J., Socha, P., Weker, H., Neuhoff-Murawska, J. (2010). Żywienie dzieci a zdrowie wczoraj, dziś i jutro. *Pediatria Współczesna. Gastroenterologia, Hepatologia i Żywienie Dziecka*, 12 (1), 34–37.
- Szajewska, H., Socha, P., Horvath, A., Rybak, A. i in. (2014). Zasady żywienia zdrowych niemowląt. Zalecenia Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia Dzieci. *Standardy Medyczne. Pediatria*, 11, 321–338.
- WHO (2000). *Complementary Feeding. Family foods for breastfed children*, WHO/NHD/00.1, WHO/FCH/CAH/00.6.