

Katedra i Zakład Pedagogiki Akademii Medycznej im. Prof. F. Skubiszewskiego w Lublinie\*

Chair and Department of Education of F. Skubiszewski Medical University of Lublin\*

Kierownik: Prof. nadz. dr hab. n. med. Irena Wrońska

Studia doktoranckie UMCS\*\*

Doctorate studies at M. Curie-Skłodowska University of Lublin\*\*

NINA GOZDEK\*, DARIUSZ SŁAWOMIR GOZDEK\*

***Identification of nutritional patterns of school-age adolescents  
in the family context***

---

**Identyfikacja wzorów żywieniowych młodzieży szkolnej w kontekście rodziny**

Badania nad żywieniem dzieci i młodzieży szkolnej, prowadzone są najczęściej:

1. z wydzieleniem poziomów edukacyjnych, np. w szkołach podstawowych, gimnazjalnych, czy licealnych (2, 4, 7);
2. ze wskazaniem miejsca zamieszkania osób w wieku rozwojowym – wieś, miasto (5, 6);
3. z uwzględnieniem problemów odżywiania się w kontekście stylu życia (5, 6, 7) lub w zakresie wyłącznej diagnozy i analizy (1, 2, 3, 4);
4. w aspekcie dynamiki zachowań żywieniowych pod wpływem programów edukacyjnych (4);
5. z punktu widzenia zdrowia i wydolności psychofizycznej (1, 8)
6. w kontekście rodziny lub innej grupy odniesienia (3, 6).

**Celem niniejszej pracy** jest ukazanie wzorów żywieniowych młodzieży licealnej w aspekcie ich identyfikacji i powielania, z uwzględnieniem kontekstu rodzinnego.

**MATERIAŁ I METODA**

Zasadniczym celem badań było uzyskanie informacji do określenia wzorów żywieniowych obecnych w grupie młodzieży licealnej; ustalenie, od kogo z członków rodziny w największym stopniu młodzież przejmuje swoje wzory zachowań żywieniowych, oraz czy występują w tym zakresie istotne różnice z punktu widzenia płci i wieku osób badanych.

W badaniach zastosowano autorski kwestionariusz ankiety, zawierający pytania zamknięte oraz załączony opis wzorów żywieniowych do indywidualnego rozpoznawania i identyfikacji. W konstruowaniu wzorów kierowano się 10 kryteriami, a mianowicie: liczbą spożywanych posiłków w ciągu dnia; stopniem ich zróżnicowania i urozmaicenia; tempem spożywania potraw; kalorycznością posiłków w stosunku do ilości wydatkowanej energii; obecnością w diecie tłuszczów zwierzęcych i potraw ciężkostrawnych; rodzajami obróbki technologicznej i sposobami przygotowania posiłków; miejscem spożywania posiłków; spożywaniem w ciągu dnia warzyw i owoców; „podjadaniem” między posiłkami.

Na tej podstawie określono 3 wzory żywieniowe: wzór prawidłowy, wzór pośredni, wzór nieprawidłowy.

Badanie prowadzono w styczniu 2004 roku i objęto nim 386 uczniów szkół licealnych w Lublinie – 219 (56,73%) dziewcząt i 157 (40,67%) chłopców - brak danych w 10 przypadkach; do lat 17 – 244 (63,21%) osób i w wieku 18 lat i więcej – 133 (34,45%) – brak danych w 9 przypadkach. Dobór osób badanych odbył się w drodze losowania szkół i klas szkolnych. W opracowaniu zebranego materiału posłużono się wskaźnikiem struktury i testem jednorodności  $\chi^2$ .

## WYNIKI I ICH ANALIZA

Badana młodzież preferuje tradycyjny sposób odżywiania się – 65,23%. Znacznie większa liczba dziewcząt w porównaniu do chłopców wskazuje na wegetarianizm i żywienie dietetyczne (tab. 1).

Do czynników, mających największy wpływ na sposób odżywiania się, osoby badane wskazały przyzwyczajenia i nawyki (59,84%) oraz zasoby finansowe (18,91%) – tab. 2.

Uzyskane wyniki badań wykazały, że dominującym wzorem żywieniowym jest wzór pośredni – 52,07% przypadków w odniesieniu do respondentów i zbliżone wartości w relacji do członków rodzin (tab. 3).

Młodzież, swoje wzory zachowań żywieniowych, przejmując w największym stopniu od rodziców. Większe nasilenie w tym zakresie stwierdzono u młodzieży do 17 roku życia w porównaniu do starszej grupy. Znaczącym źródłem w kształtowaniu zachowań żywieniowych licealistów okazały się media oraz osoby znajome. W tym ostatnim przypadku nie zawsze odbywało się w prawidłowym kierunku (tab. 5).

Warto również zauważyć, że bezpośredni i stały wpływ na przygotowanie spożywanych posiłków podaje 71 (18,39%) osób; 202 (52,33%) uczniów wskazuje tylko na sporadyczne ingerencje w tym zakresie. Co czwarty respondent nie decyduje w żadnym stopniu, co spożywa w ramach podstawowych posiłków. Ponad 13% badanych przygotowuje posiłki samodzielnie; około 9% uczniów korzysta z żywienia poza rodziną. W największym stopniu gotowaniem zajmują się matki osób badanych – 63,47%; ojcowie zaś w 8,03%. Tradycje kulinarne są zawsze przestrzegane w 36% badanych przypadków, a nie są realizowane w około 35% rodzin.

Badani licealiści (29,92%) w znacznym stopniu chcą zmienić swój sposób odżywiania się w kierunku prozdrowotnym. Bardziej uwidacznia się to w wypowiedziach dziewcząt w porównaniu do chłopców (tab. 4).

Tabela 1. Preferencje młodzieży w zakresie wybranych rodzajów odżywiania się

Lp.	Rodzaj odżywiania się	Ogółem n=371	Dziewczęta n=215	Chłopcy n=156
	Tradycyjny	242 (65,23)	134 (62,32)	108 (69,23)
	Wegetariański	19 (5,12)	17 (7,91)	2 (1,28)
	Dietetyczny	48 (12,94)	35 (16,28)	13 (8,12)
	Inny niż podane	5 (1,35)	3 (1,39)	2 (1,28)
	Nie potrafię określić	57 (15,36)	26 (12,09)	31 (19,87)

$\chi^2 = 16,39$ ;  $p = 0,002$

Tabela 2. Czynniki mające największy wpływ na sposób odżywiania się młodzieży

Lp.	Rodzaj czynnika	Wskazania badanych n = 386 (100%)	
1.	Środki finansowe	73	18,91
2.	Przyzwyczajenia i nawyki	231	59,84
3.	Panująca moda	16	4,14
4.	Przesłanki religijne	6	1,55
5.	Uwarunkowania środowiskowe	19	4,92
6.	Wpływy koleżeńskie	7	1,81
7.	Nacisk rodziny	29	7,51
8.	Brak danych	5	1,29

Tabela 3. Identyfikacja założonych wzorów żywieniowych w rodzinie

Lp.	Podmiot identyfikacji	Wzory żywieniowe			Brak odpowiedzi
		Prawidłowy (a)	Pośredni (b)	Nieprawidłowy (c)	
1.	Badana młodzież	116 (30,05)	201 (52,07)	44 (11,40)	25 (6,48)
2.	Matka	130 (33,68)	185 (47,93)	40 (10,36)	31 (8,03)
3.	Ojciec	94 (24,35)	206 (53,37)	49 (12,69)	37 (9,58)
4.	Rodzeństwo	102 (26,42)	198 (51,29)	37 (9,58)	49 (12,69)

Tabela 4. Deklarowana chęć wprowadzenia zmian prozdrowotnych w sposobie odżywiania się młodzieży

Lp.	Rodzaj wypowiedzi	Ogółem n=371	Dziewczęta n=216	Chłopcy n=155
1.	Tak	111 (29,92)	81 (37,50)	30 (19,35)
2.	Nie	94 (25,34)	44 (20,37)	50 (32,26)
3.	Nie wiem	95 (25,61)	49 (22,68)	46 (29,68)
4.	Nie mam takiej potrzeby	71 (19,14)	42 (19,44)	29 (18,71)

Chi<sup>2</sup> = 16,71; p = 0,0008

Tabela 5. Źródła zachowań żywieniowych w zależności od płci i wieku osób badanych oraz własnego wzoru żywieniowego

Lp.	Wskazane źródło	Nasilenie wskazań osób badanych						
		W zależności od płci n = 362		W zależności od wieku n = 364		W zależności od zidentyfikowanego wzoru żywieniowego n = 351		
		Dziewczęta (210)	Chłopcy (152)	Do 17 r.z. (234)	18 lat i wyżej (130)	a = 111	b = 198	c = 42
1.	Rodzice	144 (68,57)	89 (58,55)	157 (67,09)	75 (57,69)	64 (57,66)	136 (68,69)	19 (45,24)
2.	Rodzeństwo	9 (4,28)	11 (7,24)	16 (6,84)	5 (3,85)	5 (4,50)	13 (6,57)	2 (4,76)
3.	Dziadkowie	3 (1,4)	7 (4,60)	6 (2,56)	2 (1,54)	2 (1,80)	3 (1,52)	3 (7,14)
4.	Dalsza rodzina	-	2 (1,31)	2 (0,80)	-	1 (0,90)	2 (1,01)	-
5.	Media	26 (12,38)	20 (13,16)	22 (9,40)	25 (19,23)	21 (18,92)	19 (9,60)	7 (16,67)
6.	Znajomi	28 (13,33)	23 (15,13)	29 (12,39)	23 (17,69)	18 (16,22)	25 (12,63)	11 (26,19)
		Chi <sup>2</sup> = 8,99; p = 0,11		Chi <sup>2</sup> = 12,54; p = 0,03		Chi <sup>2</sup> = 18,85; p = 0,04		

### WNIOSKI

1. W badanej grupie młodzieży licealnej, dominuje model/ wzór pośredni sposobu żywienia.
2. Zidentyfikowany model odżywiania się, młodzież w największym stopniu przyjmuje od swoich rodziców.
3. Nie stwierdza się istotnych różnic w źródłach zachowań żywieniowych z punktu widzenia płci osób badanych, a jedynie z punktu widzenia wieku.

### PIŚMIENNICTWO

1. Chemperek E., Jeleniewski M.: Choroby przewodu pokarmowego a styl żywienia młodzieży licealnej. Pol. Merkuriusz Lek. 2001: 10 (57) s. 153 – 155
2. Cimoszuk D. i wsp.: Sposoby żywienia młodzieży uczącej się. Pielęgniarstwo XXI wieku, 2003 (4) 75 – 80
3. Hyżyk A. K. i wsp.: Analiza sposobu żywienia się i preferencji pokarmowych rodzin dzieci otyłych. Nowiny Lek. 1998: 67 (8) s. 910-917
4. Kozłowska-Wojciechowska M. i wsp.: Wpływ programu edukacji żywieniowej na zachowania i wiedzę żywieniową dzieci w szkole podstawowej. Pediat. Pol. 2001: 76 (2) s. 19 -115

5. Strycharz M. i wsp.: Świadomość prozdrowotna, nawyki higieniczne i zwyczaje żywnościowe uczniów klas maturalnych liceów ogólnokształcących w Lublinie. Mag. Stom. 2002: 12 94) s. 66 – 69
6. Sygit K. i wsp.: Znaczenie znajomości zachowań zdrowotnych młodzieży wiejskiej dla poprawy stanu zdrowia. Maszynopis referatu wygłoszonego na Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Pielęgniarka i Położna wobec edukacji zdrowotnej” Kazimierz Dolny 11 – 13.09.2003
7. Ślusarski J.: Samoświadomość dorastającej młodzieży w zakresie zdrowego stylu życia i sposobu odżywiania się. Zdrowie Publ. 112 (sup. 1): 188 - 191
8. Waszkiewicz L., Rogowska J.: Racjonalne żywienie w aspekcie zarządzania własnym zdrowiem a efekty uczenia się. (W) Rola i zadania medycyny społecznej u progu XXI wieku: 8 Krajowy Zjazd PTMSiZP – Wrocław, 2002 s. 87-90

### STRESZCZENIE

Współczesne podejście do zdrowia nakłada na jednostkę i społeczeństwo powinność wzmacniania potencjału zdrowotnego, między innymi poprzez rozwój indywidualnych i społecznych zasobów. Wskazuje również na odpowiedzialność międzypokoleniową w przygotowaniu osób w wieku rozwojowym do dokonywania świadomych i trafnych wyborów w ramach indywidualnego stylu życia. Znaczącym jego elementem są zachowania związane ze sposobem odżywiania się.

Celem pracy jest zaprezentowanie wzorów żywieniowych młodzieży licealnej w kontekście innych członków rodziny.

Celem badań było uzyskanie między innymi odpowiedzi na pytania:

Jakie wzory żywieniowe dominują w grupie młodzieży licealnej?

Od kogo z rodziny, w największym stopniu, czerpie młodzież wzory żywieniowe?

Czy są w tym zakresie istotne różnice z punktu widzenia płci i wieku badanych?

Badania prowadzono metodą sondażu diagnostycznego i objęto nimi 386 uczniów szkół licealnych Lublina.

Ustalono, że młodzież preferuje tradycyjny sposób odżywiania się (63,73%), a wzory żywieniowe, w największym stopniu przejmuje od rodziców (60,88%). Istotne różnice w powyższym zakresie stwierdzono (na podstawie testu  $\chi^2$ ) z punktu widzenia wieku badanych, a brak zależności ze względu na płeć licealistów.

Słowa kluczowe: wzory żywieniowe, młodzież szkolna, rodzina

### SUMMARY

Modern approach to health imposes duties on the individual and society connected with the enhancement of health potential, among others, through development of individual and social resources. This also points to inter-generational responsibility in the preparation of people at the developmental age for making conscious and accurate choices concerning individual lifestyle. Its significant element are behaviors connected with eating habits.

The aim of the study is to present nutritional patterns among senior high school students in the family context.

The following questions were asked in the study:

What nutritional patterns are dominant among senior high school students?

Which family members provide most frequently followed nutritional patterns?

Are there significant differences in this respect between boys and girls?

The study was performed using diagnostic survey method and comprised 386 senior high school students from Lublin.

The subjects were found to prefer traditional nutritional model (63.73%), and nutritional patterns are usually taken over from parents (60.88%). Significant differences in the above respect were found ( basing on  $\chi^2$  test) from the point of view of subjects' age and no correlation with their gender was observed.

Key words: nutritional patterns, school-age adolescents, family