

Deé Kitti, Lelovics Zsuzsanna

Nemzetközi Táplálkozástudományi Intézet, Pécs

A gyermekek táplálkozásának főbb jellemzői Somogy és Zala megye hátrányos helyzetű térségeiben

Háttér: Hazánkban az éhezõ gyermekek számát húszezer és ötvenezer közé teszik, azonban elõfordulási arányuk nagymértékben térségfüggõ (lakhely, iskolázottak aránya, munkahelyek száma, munkanélküliek aránya stb.). A hátrányos helyzetû térségekben a gyermekek táplálkozási szokásainak felmérése segít abban, hogy célzott programokkal a malnutrició kialakulását megakadályozzuk, és felszámolása érdekében hatékony lépéseket tudjunk tenni.

Célkitûzés: Kisiskolás gyermekek táplálkozásának felmérése validált eszköz segítségével.

Anyag és módszer: 182 tanuló vett részt a nem reprezentatív vizsgálatban (42,3% fiú és 57,7% leány; átlagos életkor $9,9 \pm 0,7$ év) két megye (Somogy és Zala) hátrányos helyzetû régiójából. A felmérést 2010. január–június között végeztük. A táplálkozás, és így a tápanyagbevitel rögzítésére validált táplálkozásinapló-elemzést alkalmaztunk, a gyermekek életkorára tekintettel szülõi és pedagógusi visszaellenõrzéssel. Az értékeléssel NutriComp program segítségével történt. Az adatelemzést a 95%-os konfidencia-intervallumok összehasonlításával, kétmintás t-próbával végeztük.

Eredmények: A fiúk átlagos napi energiabevitel 7170 ± 2650 kJ (1715 ± 634 kcal), a leányoké 7336 ± 2541 kJ (1755 ± 608 kcal) volt. Zsírbevitel: fiúk: $61,0 \pm 27,9$ g, lányok: $60,0 \pm 23,3$ g. Szénhidrátbevitel: fiúk: $229,1 \pm 88,9$ g, leányok: $239,4 \pm 103,2$ g. Összes vízbevitel (folyadékok és élelmiszerbõl származó minden víz): fiúk: 934 ± 623 ml, leányok: 1140 ± 648 ml. Legkevésbé a reggeli volt jelen a gyermekek táplálkozásában: egy héten átlagosan $4,9 \pm 2,2$ alkalommal reggeliztek.

Következtetések: A hét-tíz éves egészséges gyermekek napi ajánlott energiabevitelét (8360 kJ, 2000 kcal) a fiúk 66,2%-a, a leányok 65,7%-a nem érte el a vizsgált idõszakban a táplálkozásinapló-elemzés alapján. Az egészséges gyermekekre vonatkozó beviteli ajánlástól (70 g/nap fehérje) a fiúk 68,8%-ának, a leányok 65,7%-ának elmaradt a fehérjebevitel. Az általunk vizsgált gyermekek körében a táplálkozási naplók elemzésének eredményei alapján jelentõs tápanyagbeviteli hiányok tapasztalhatók.