

MOKINIŲ MITYBOS TYRIMAS

Dr. Laura Narkauskaitė



Darbas vykdytas įgyvendinant Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2009 m. vasario 18 d. nutarimu Nr. 111 patvirtintos Lietuvos nacionalinės visuomenės sveikatos priežiūros 2006-2013 m. strategijos įgyvendinimo 2009-2013 m. plano (Žin. 2009, Nr. 22-854) 5.1 priemonę „Organizuoti mokinių mitybos tyrimą“.



TYRIMO VYKDYTOJAI:

- Higienos institutas
- Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras
- Sveikatos apsaugos ministerija
- Visuomenės sveikatos biurai



Tikslas – įvertinti Lietuvos mokinių mitybos ypatumus.

Uždaviniai:

1. Apibendrinti 2005-2010 metais Lietuvoje atliktų mokinių mitybos tyrimų rezultatus.
2. Įvertinti mokinių mitybą, atsižvelgiant į lytį, amžių ir gyvenamąją vietą.
3. Išanalizuoti mokinių mitybos mokykloje ypatumus.
4. Nustatyti mokinių sveikos mitybos žinių poreikį.



TYRIMO METODIKA

- Sukaupta informacija apie VU Visuomenės sveikatos institute, Vilniaus pedagoginiame universitete, Kauno medicinos universitete, Šiaulių universitete ir Lietuvos kūno kultūros akademijoje atliktus mokinių mitybos tyrimus, atliktus 2005 -2010 metais.
- Į tyrimą buvo pakviesti visi savivaldybių visuomenės sveikatos biurai.
- Apklausa vykdyta 2010 m. spalio-lapkričio mėnesiais. Ją atliko visuomenės sveikatos biurų darbuotojai 26 savivaldybėse.
- Tyrime buvo apklausti 3382 IV, VII ir XI klasių mokiniai.



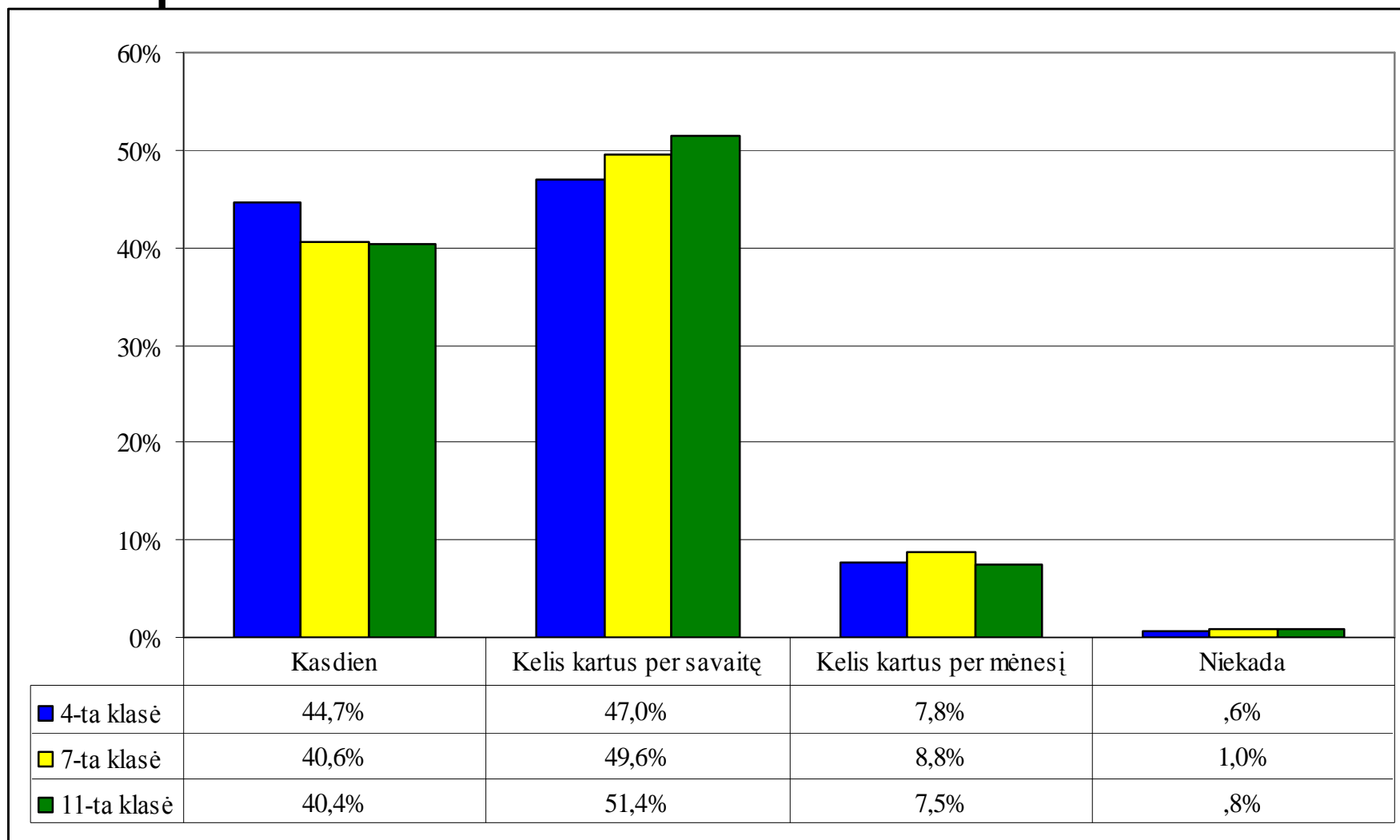
REZULTATAI

Tyrime dalyvavo:

- **1631 (48,2 proc.)** vaikas ir **1747 (51,7 proc.)** merginos.
- Mokinių pasiskirstymas pagal klases maždaug vienodas – **po trečdalį** ketvirtokų, septintokų ir vienuoliktokų
- **59,2 proc.** mokinių anketoje nurodė, kad gyvena mieste, o **40,6 proc.** kaime

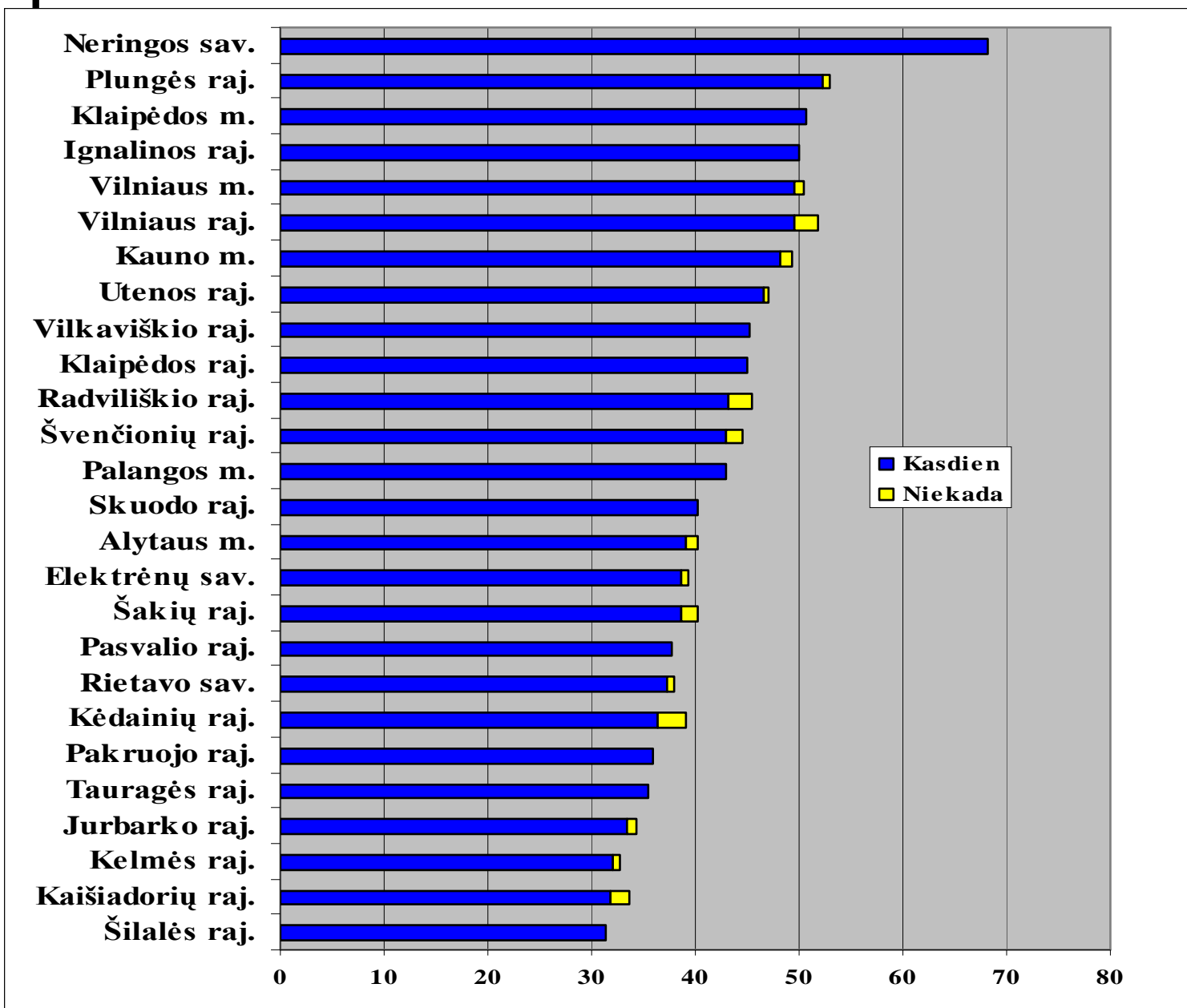


VAISIŲ IR ŠVIEŽIŲ DARŽOVIŲ VARTOJIMO PASISKIRSTYMAS PAGAL KLASES



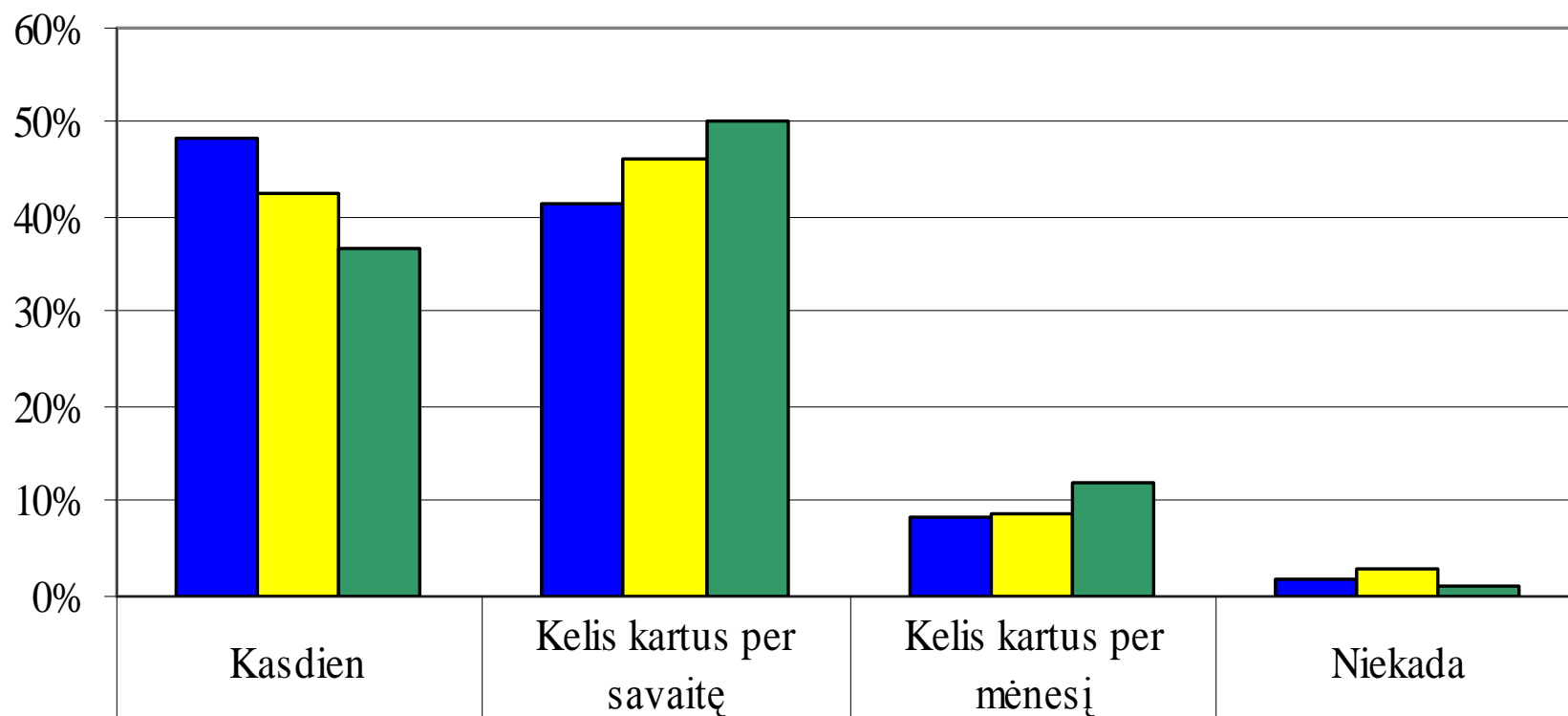


VAISIŲ IR ŠVIEŽIŲ DARŽOVIŲ VARTOJIMAS





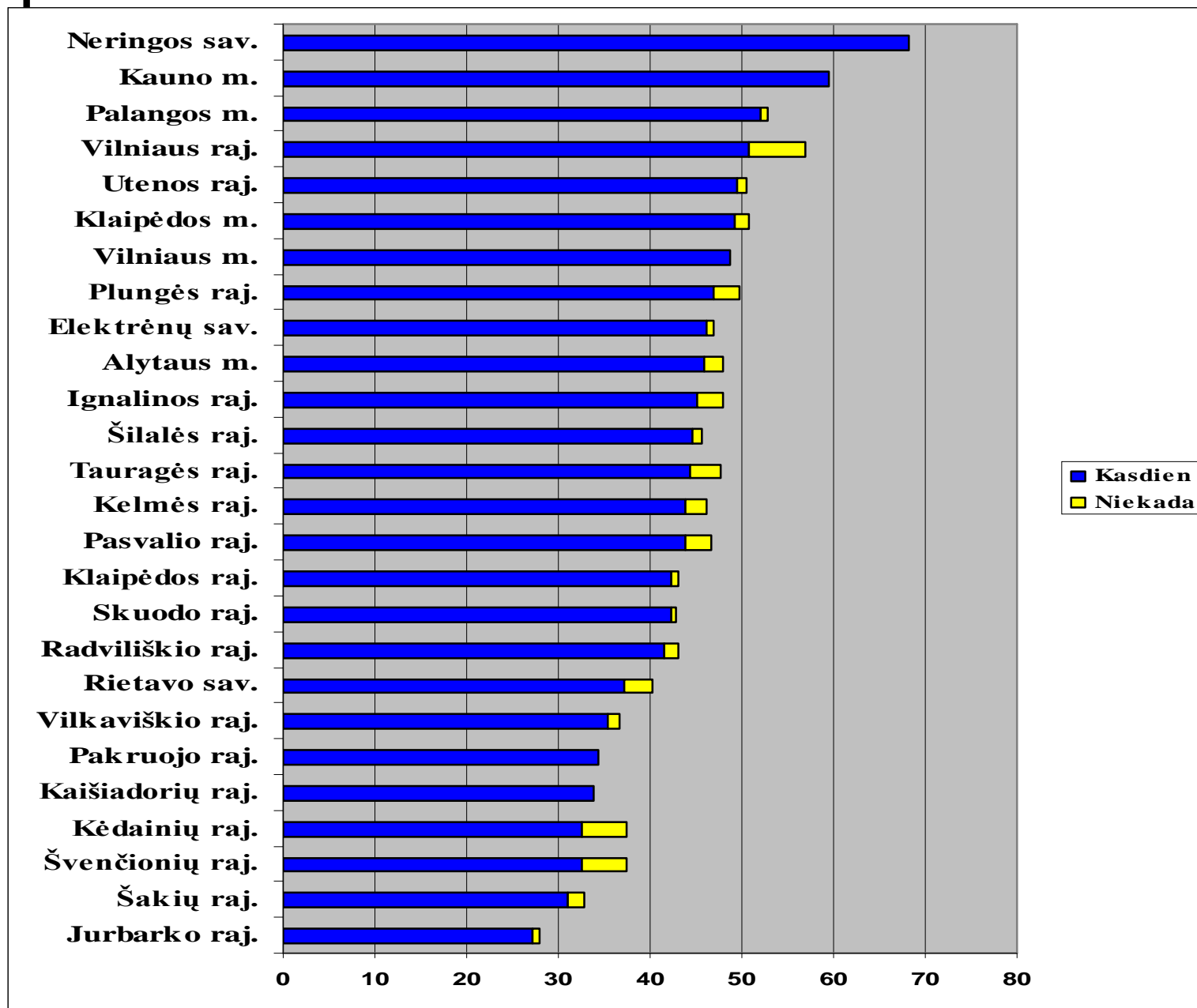
PIENO PRODUKTŲ VARTOJIMO PASISKIRSTYMAS PAGAL KLASES



■ 4 klasė	48,4%	41,6%	8,2%	1,8%
■ 7 klasė	42,4%	46,2%	8,6%	2,8%
■ 11 klasė	36,7%	50,2%	11,9%	1,1%

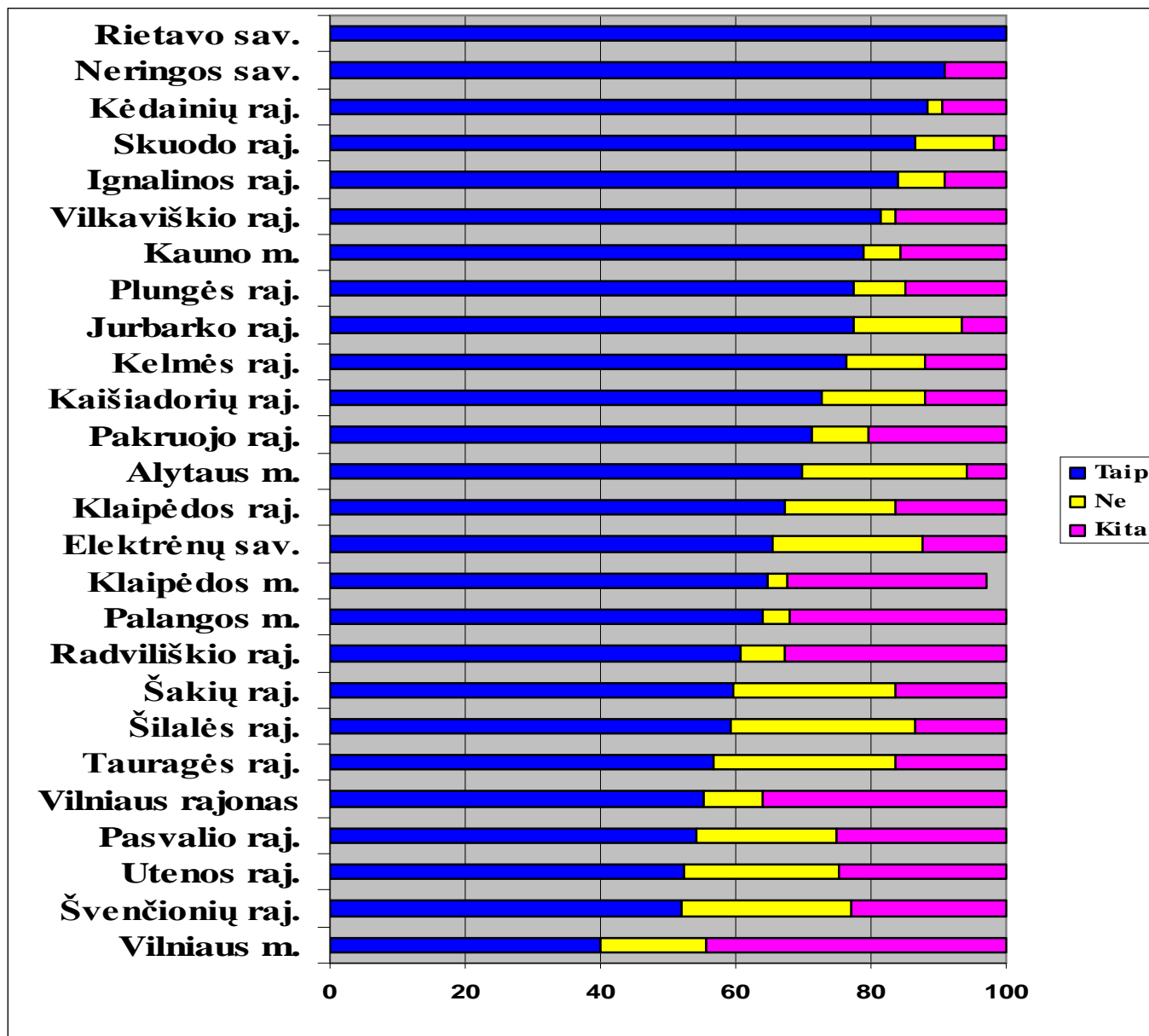


PIENO PRODUKTŲ VARTOJIMAS



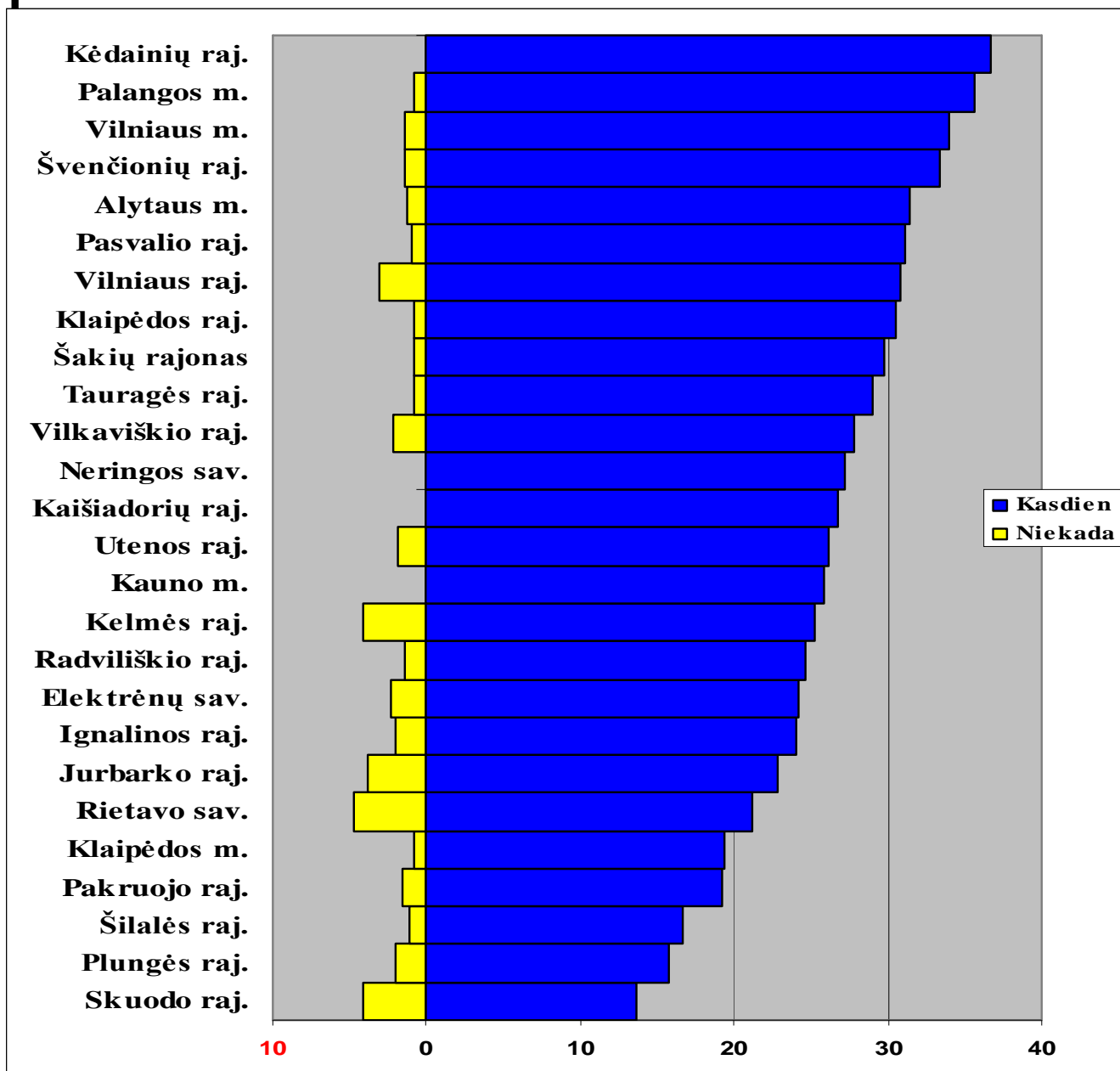


VAISIŲ IR PIENO VARTOJIMO SKATINIMO PROGRAMŲ VERTINIMAS



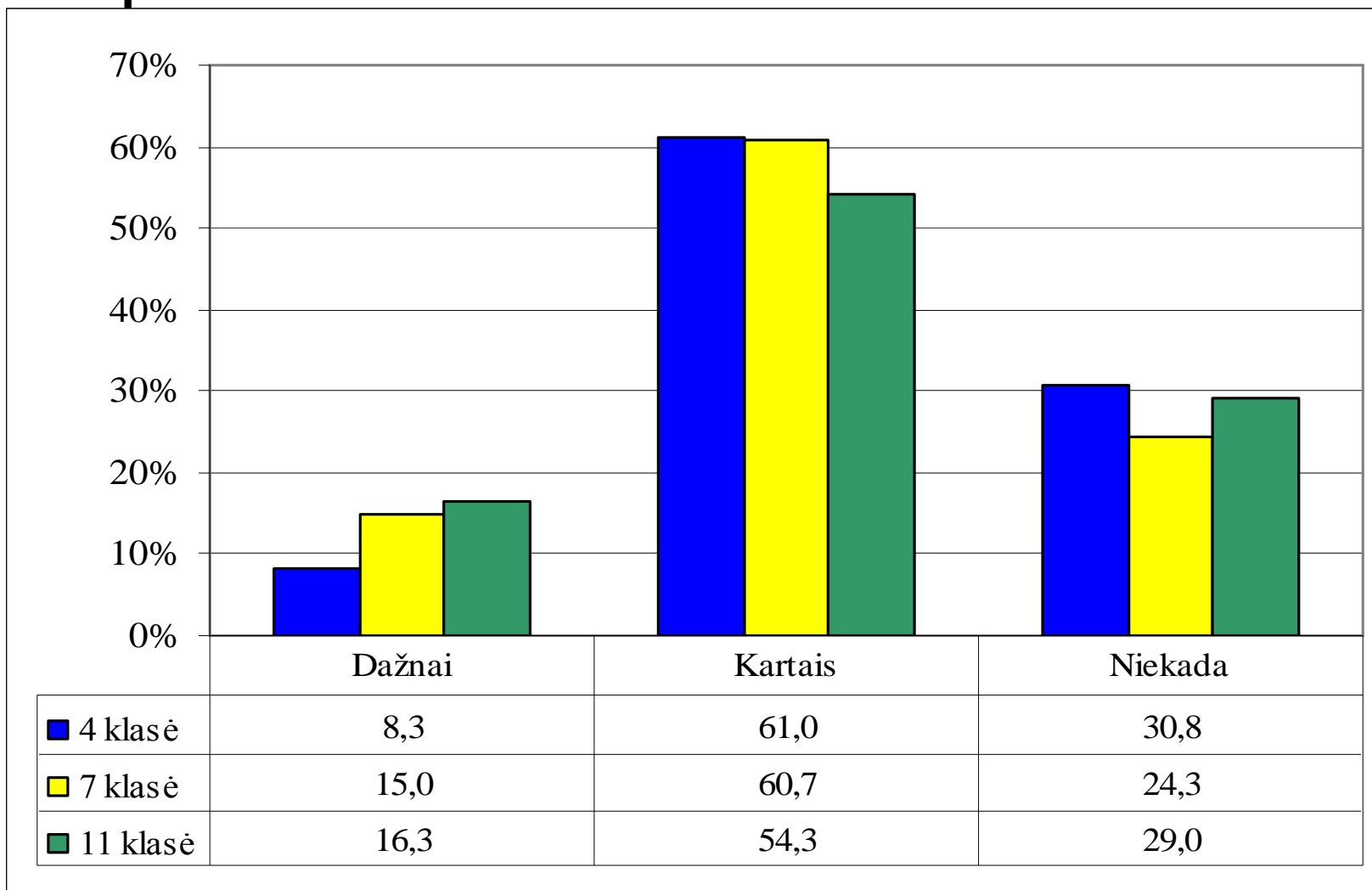


SALDUMYNŲ VARTOJIMAS



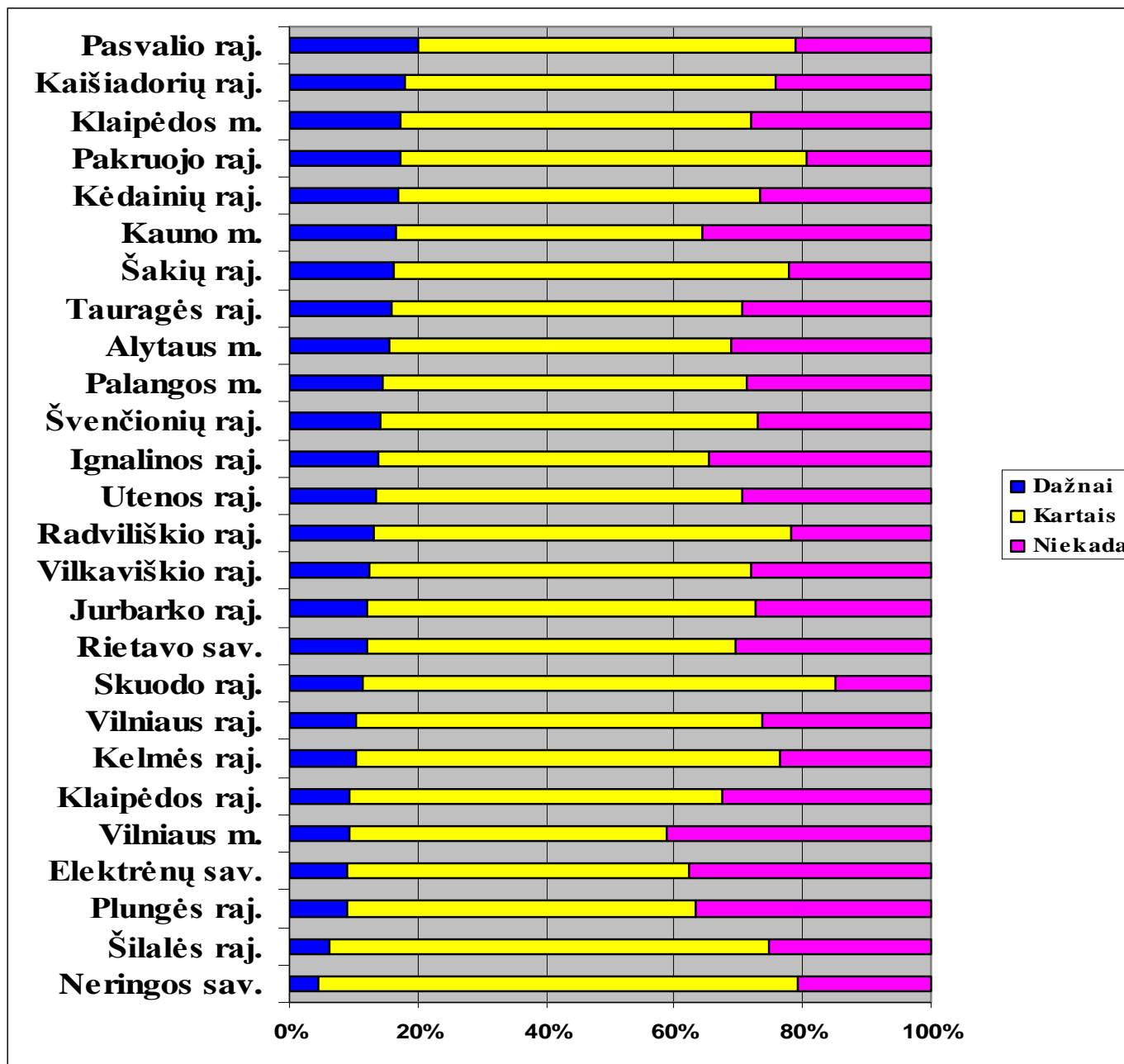


DRUSKOS VARTOJIMO (papildomai) PASISKIRSTYMAS PAGAL KLASES



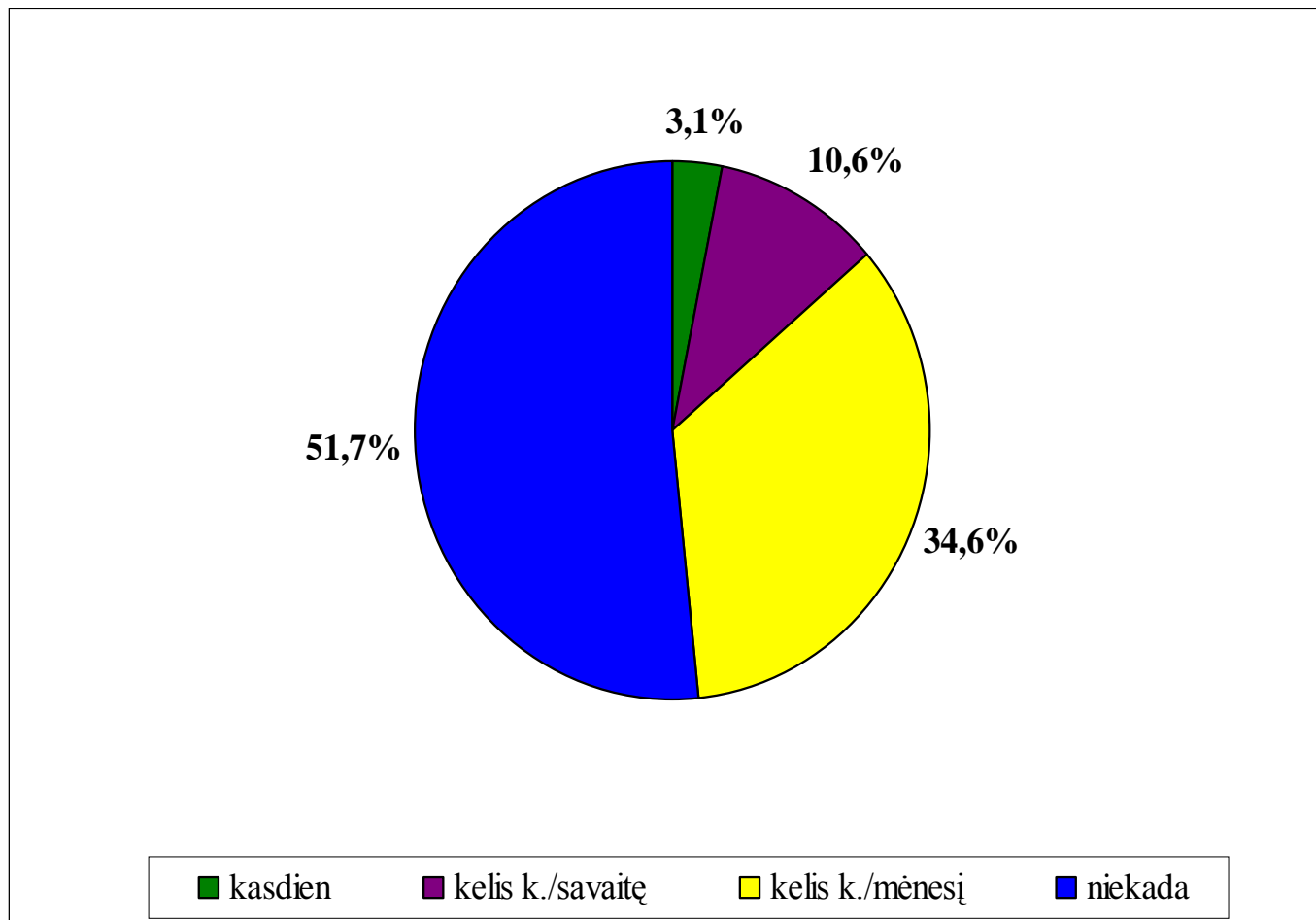


DRUSKOS VARTOJIMAS



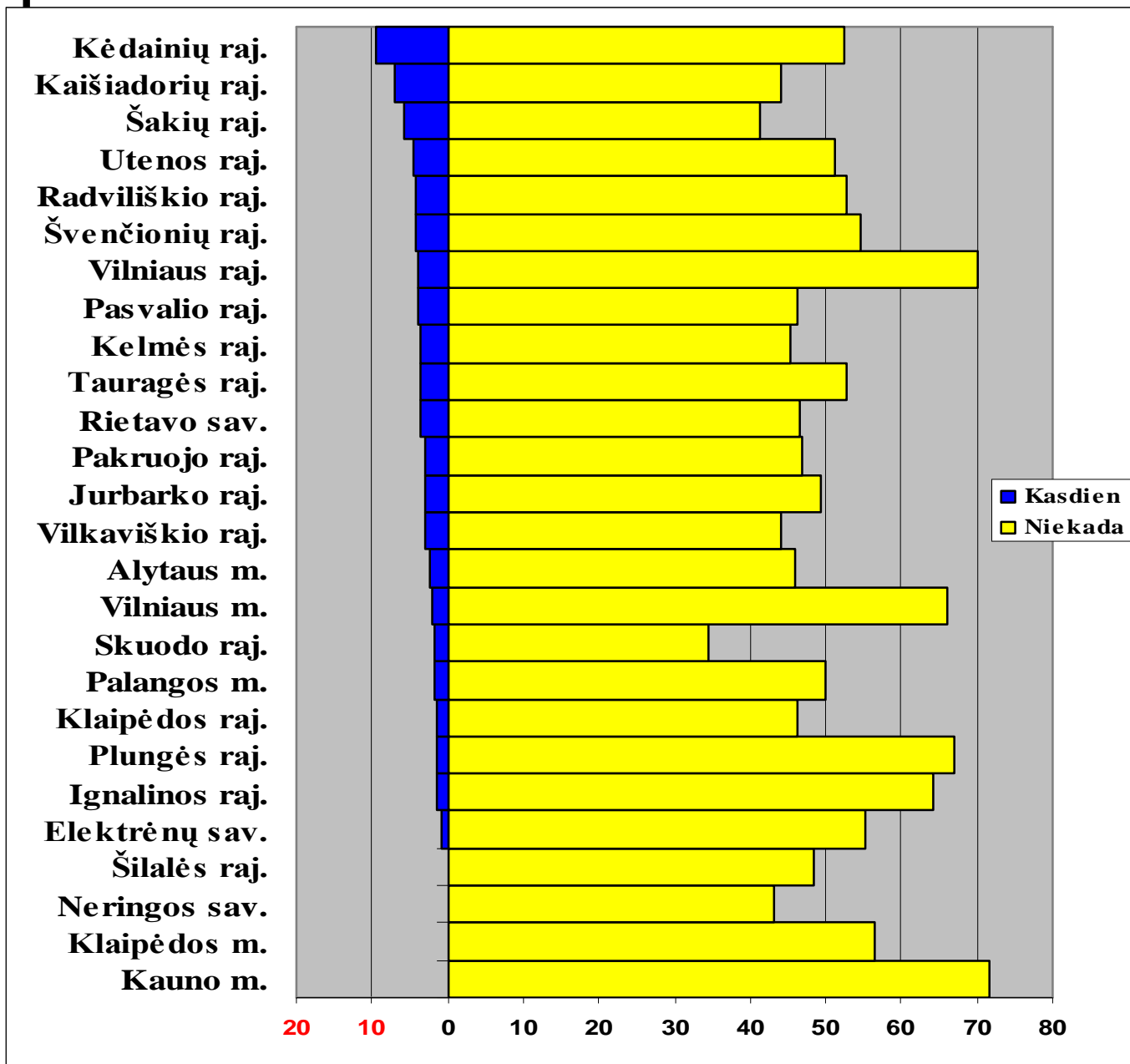


ENERGINIŲ GĖRIMŲ VARTOJIMAS



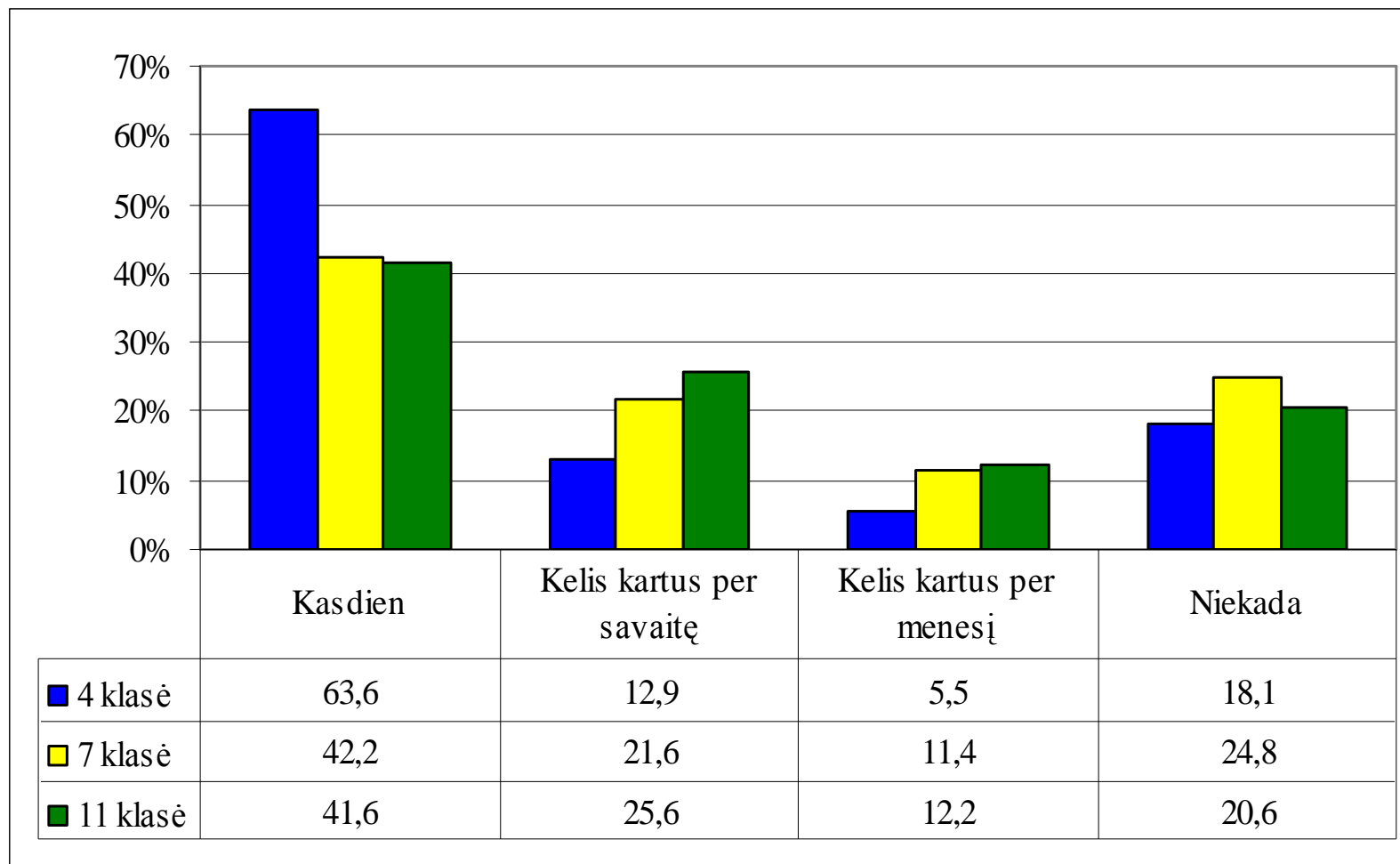


ENERGINIŲ GĖRIMŲ VARTOJIMAS



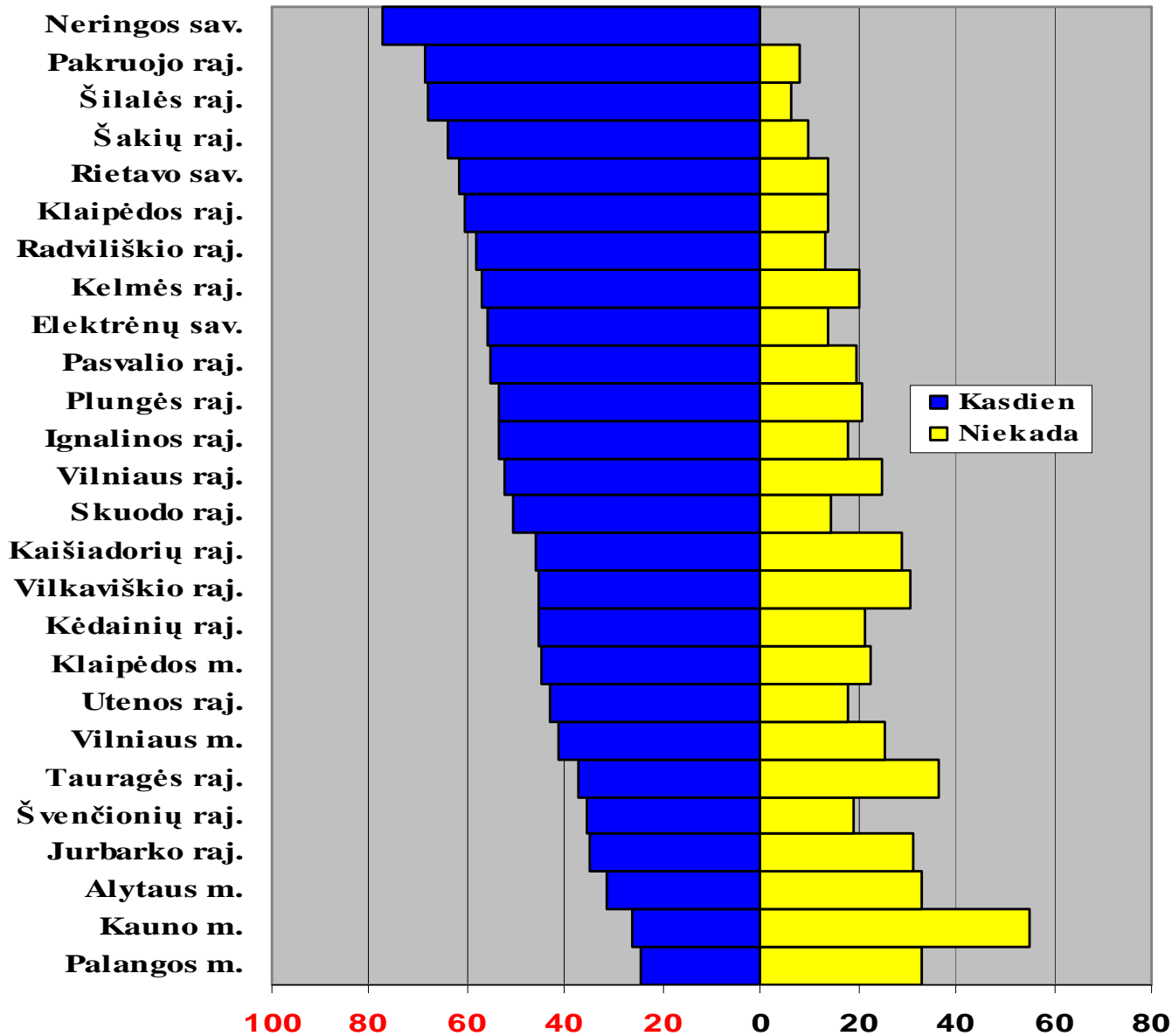


MOKINIŲ, VALGANČIŲ PIETUS MOKYKLOS VALGYKLOJE/BUFETE, PASISKIRSTYMAS PAGAL KLASES



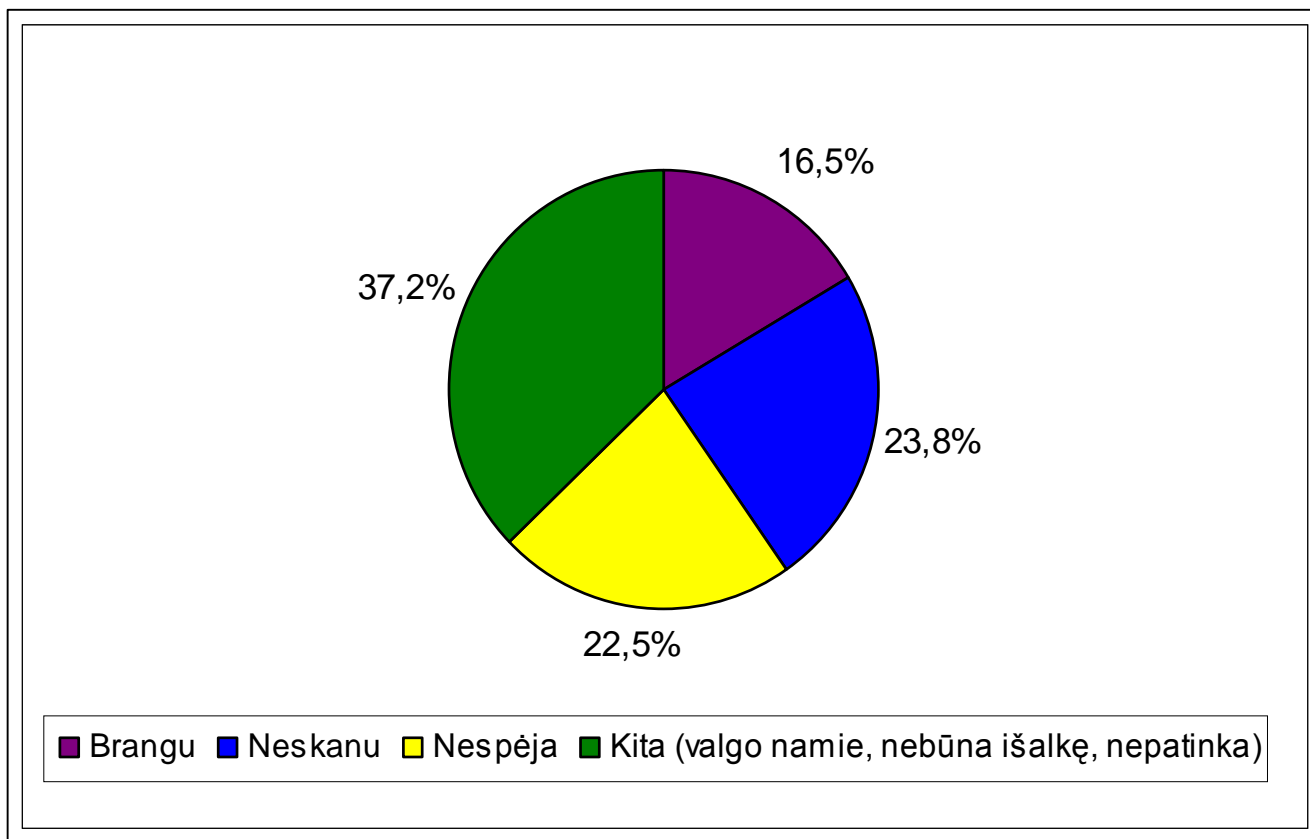


PIETŲ VALGYMAS MOKYKLOS VALGYKLOJE/BUFETE



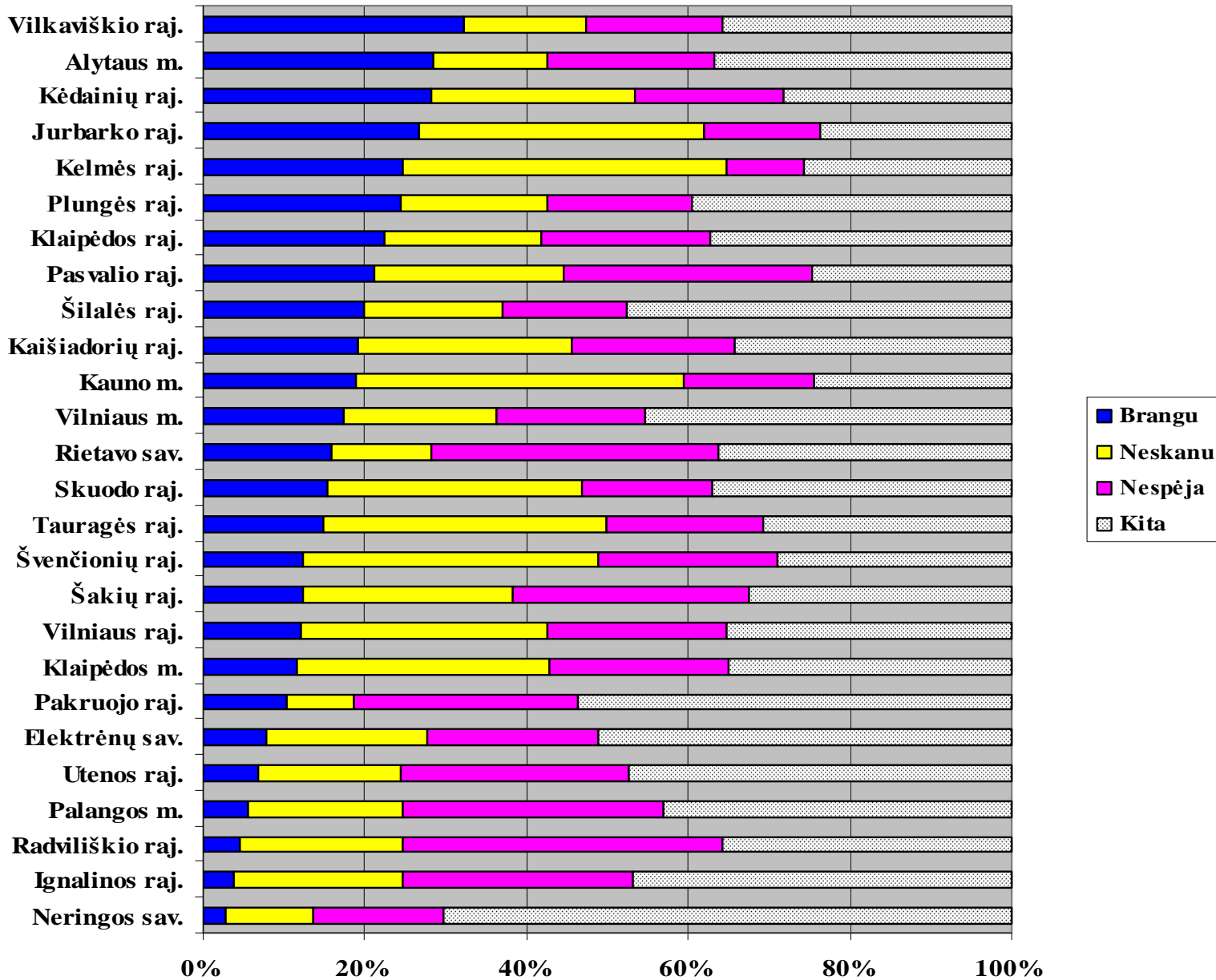


NEVALGYMO MOKYKLOJE PRIEŽASTYS



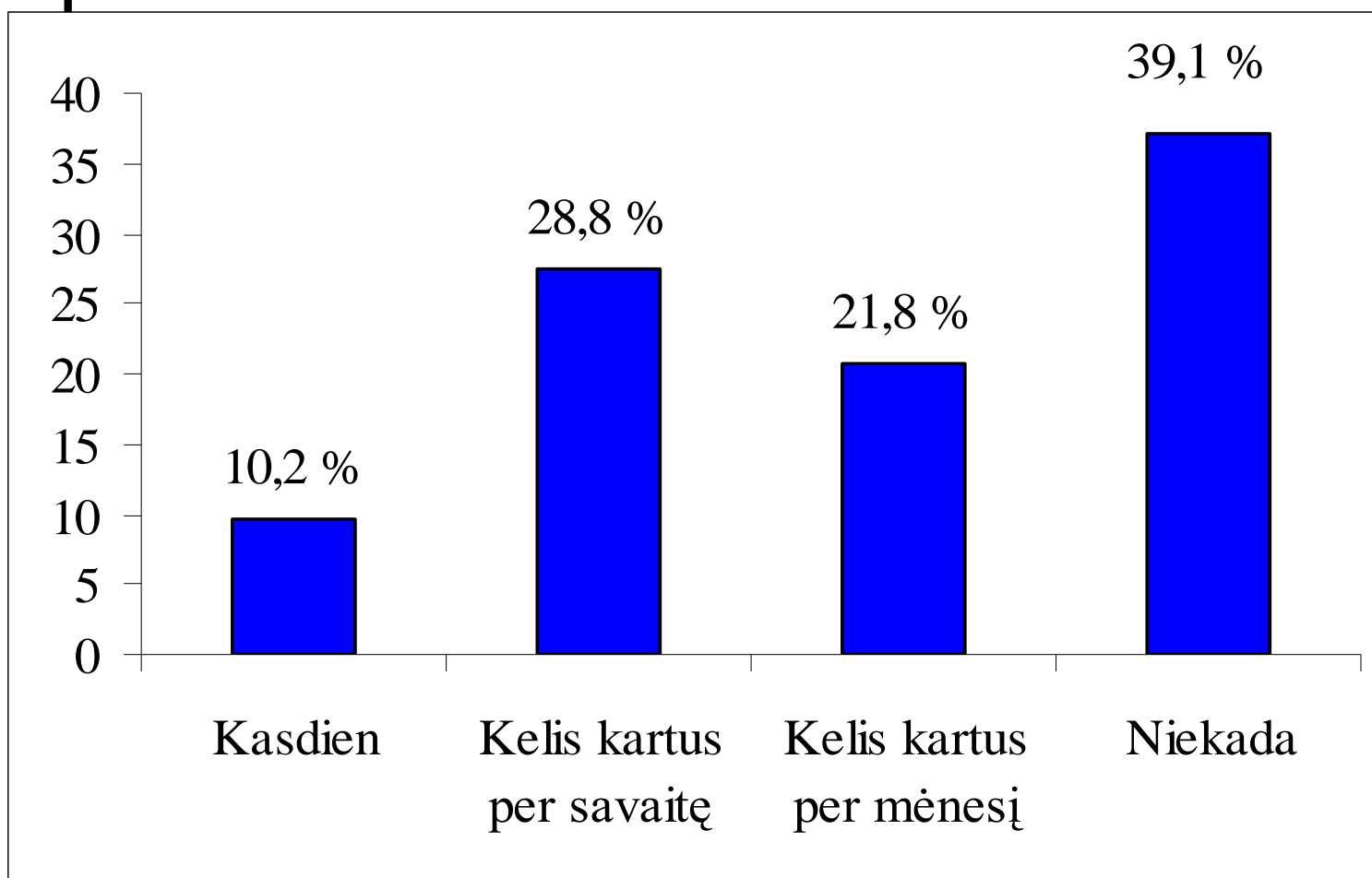


NEVALGYMO MOKYKLOJE PRIEŽASTYS



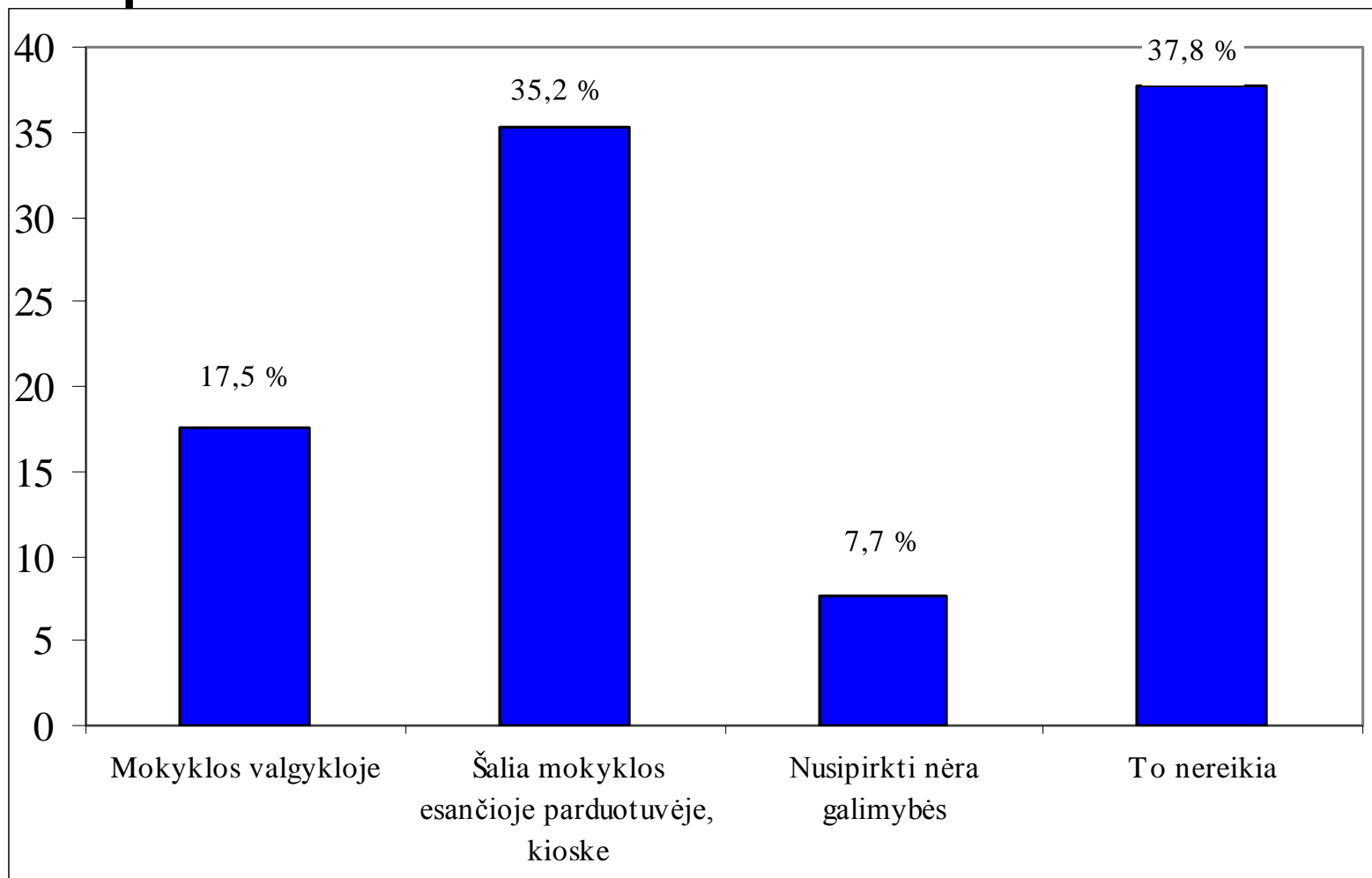


UŽKANDŽIŲ PIRKIMO DAŽNUMAS



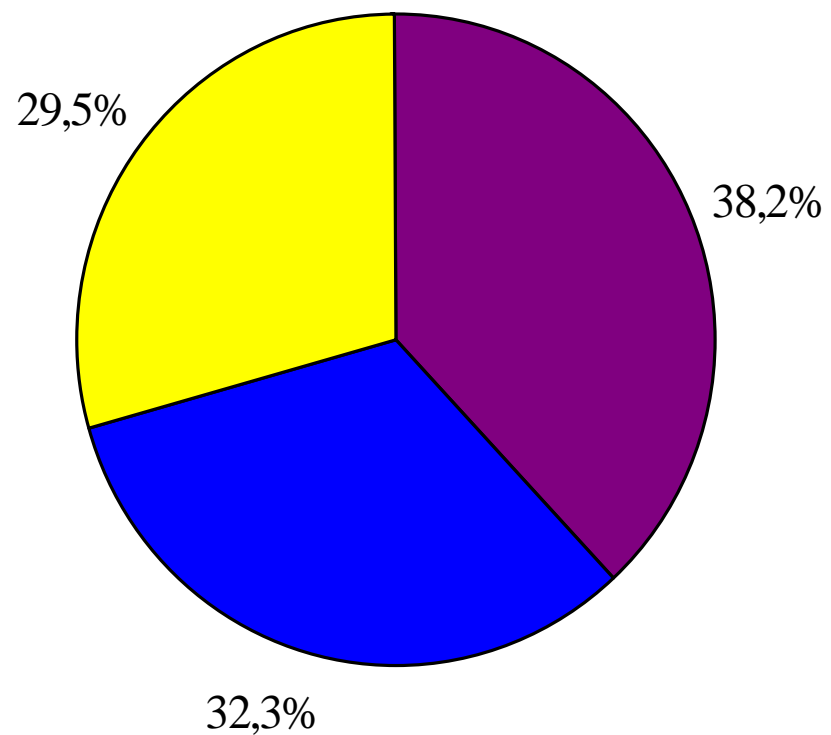


UŽKANDŽIŲ PIRKIMAS





SVEIKOS MITYBOS PRINCIPŲ UGDYMAS MOKYKLOJE



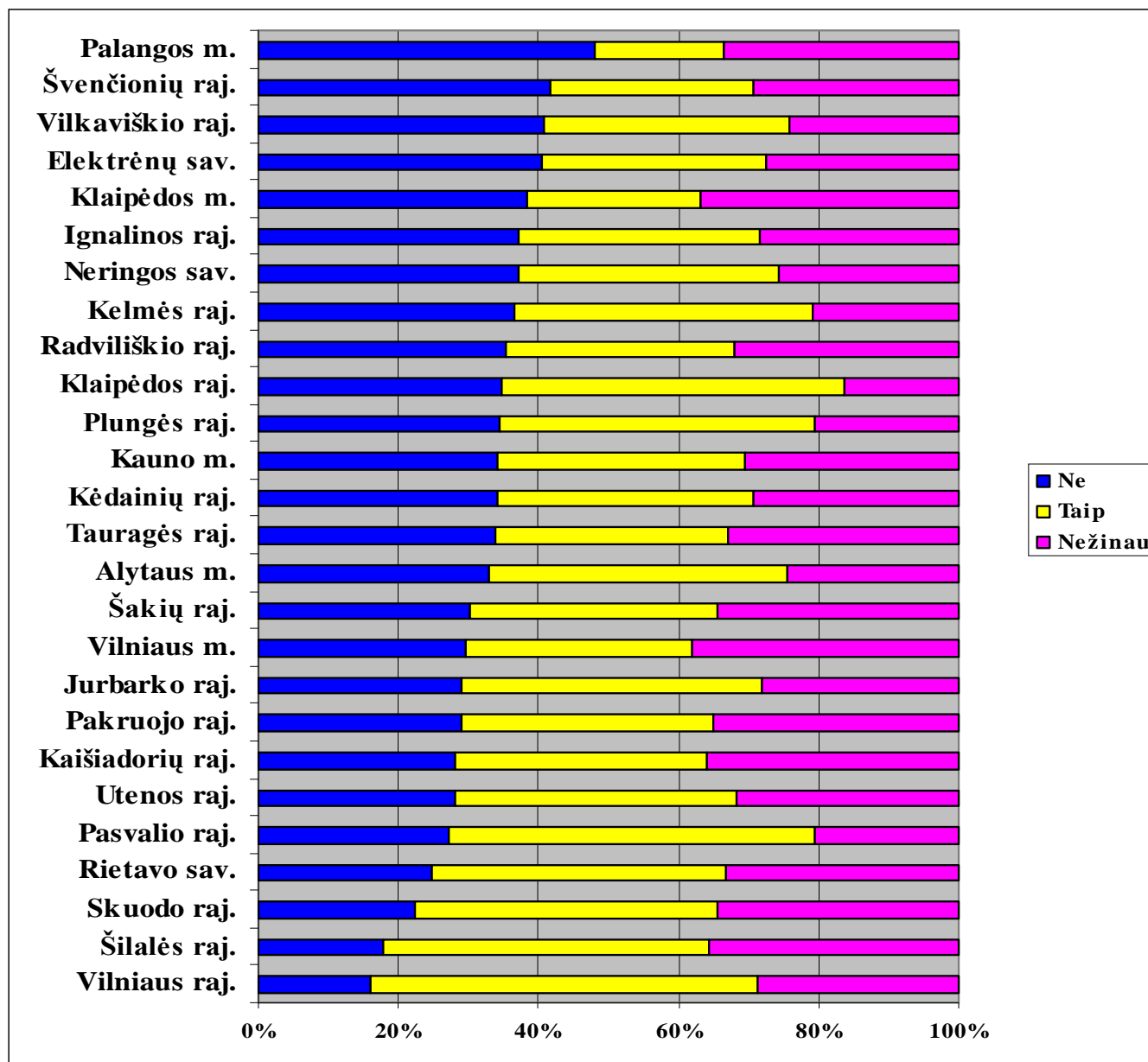
■ Taip

■ Ne

■ Nežinau

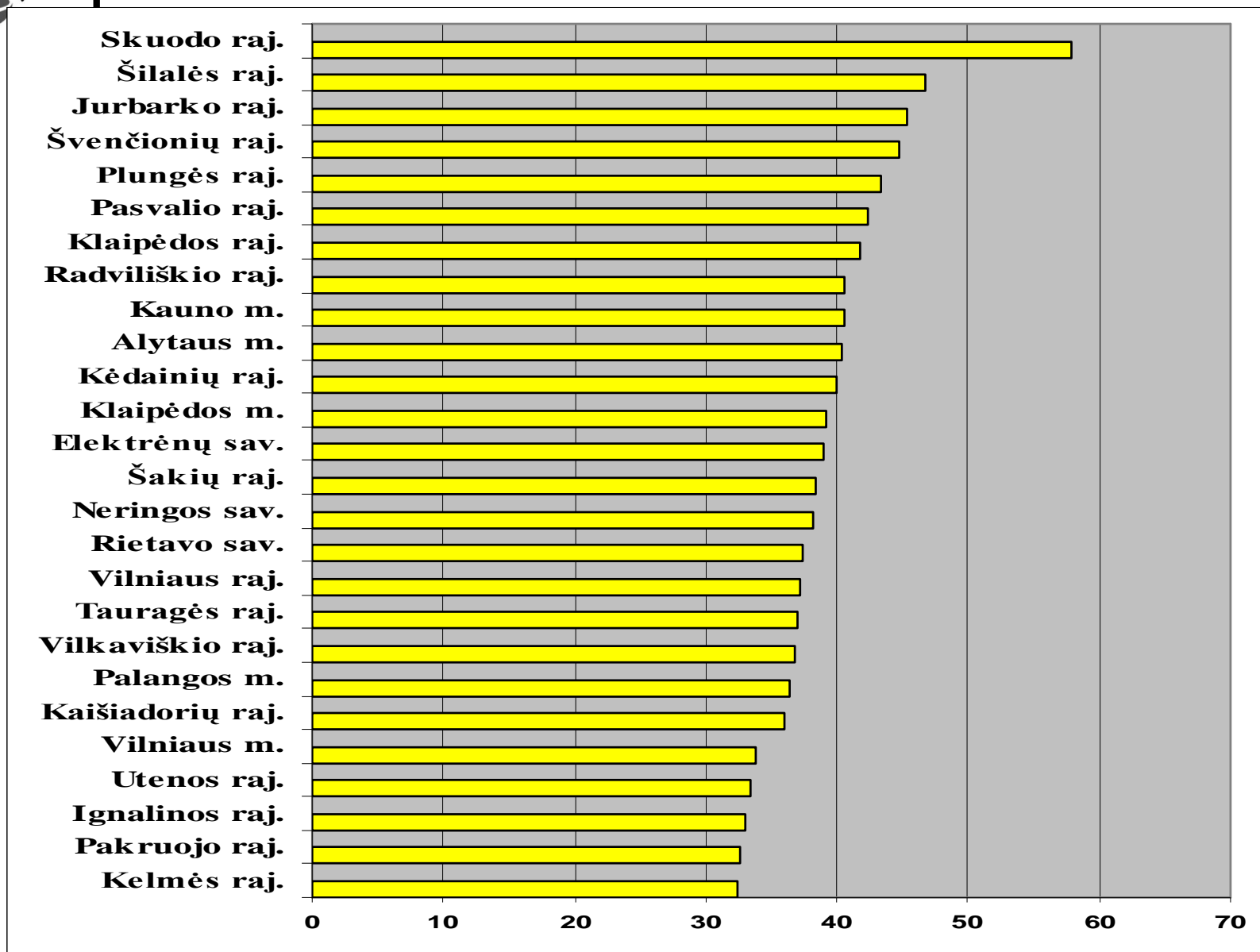


SVEIKOS MITYBOS PRINCIPŲ UGDYMAS MOKYKLOJE



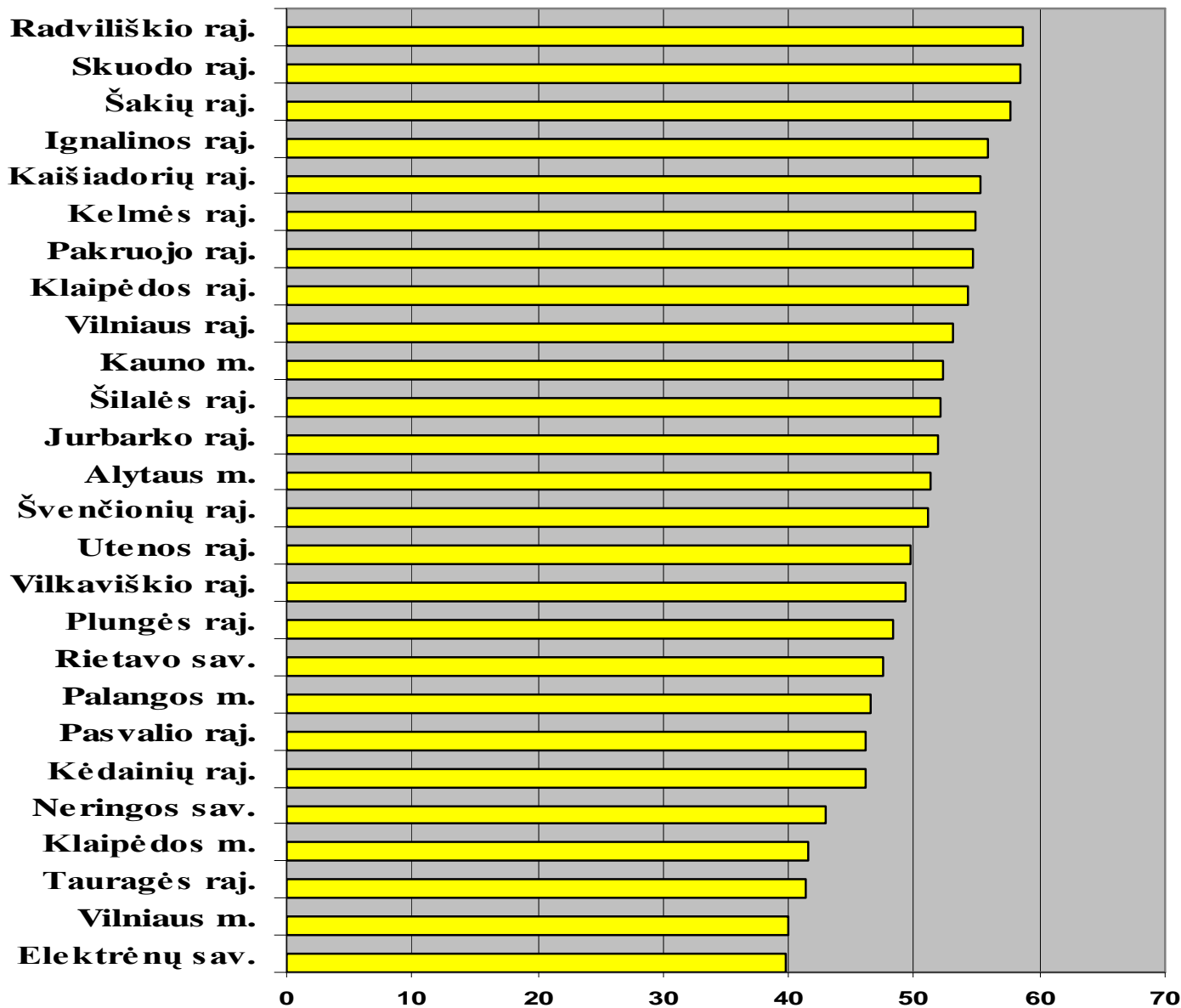


INFORMACIJOS POREIKIS APIE MAISTO MEDŽIAGŲ REIKŠMĘ



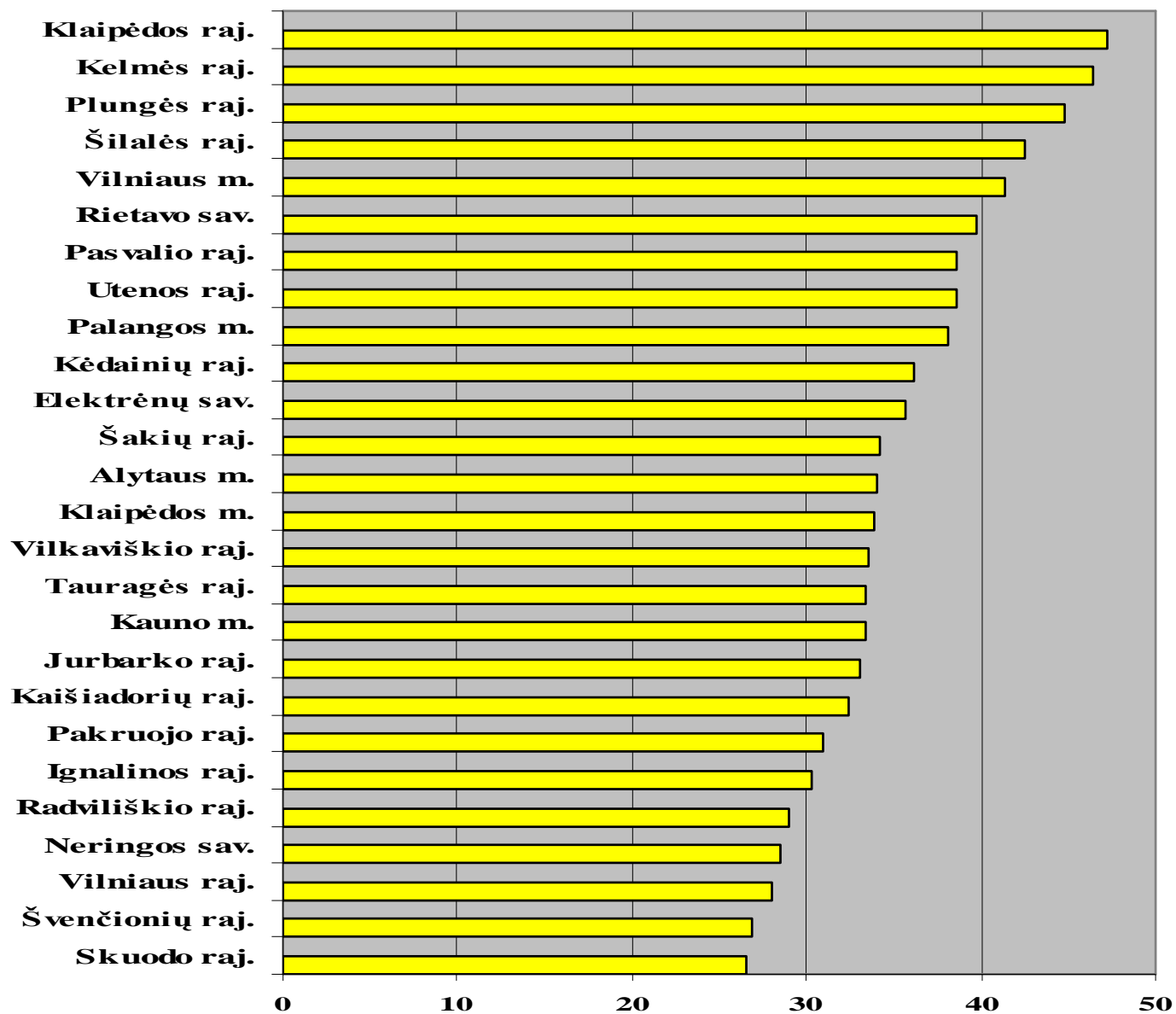


INFORMACIJOS POREIKIS APIE SVEIKATAI PALANKIUS IR NEPALANKIUS MAISTO PRODUKTUS



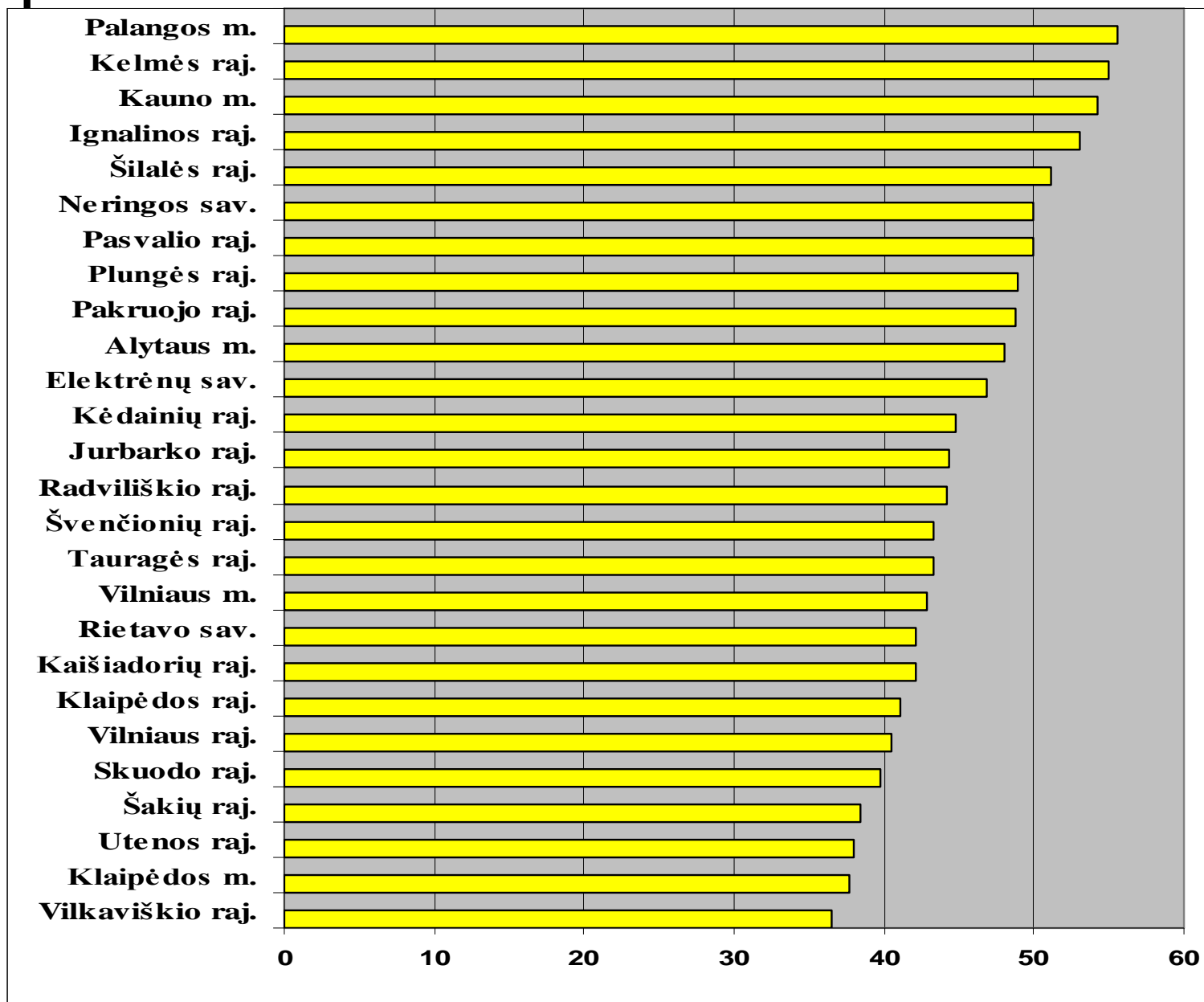


INFORMACIJOS POREIKIS APIE MAISTO PRIEDUS, PAPILDUS





INFORMACIJOS POREIKIS APIE MAISTO UŽTERŠTUMĄ IR EKOLOGIŠKUS PRODUKTUS





IŠVADOS (1)

- Mokinių mityba nepakankamai racionali: tik 42 proc. mokinių kasdien vartoja vaisius bei šviežias daržoves, pieno produktus kasdien vartoja 42,6 proc. mokinių. 31,8 proc. kasdien geria gazuotus saldžius gėrimus, užkandžius kasdien perka 10,2 proc. mokinių.
- Išnagrinėję mokinių mitybos mokykloje ypatumus nustatėme, kad daugiau nei pusė (51,4 proc.) nepietauja mokyklos valgykloje/bufete. Pagrindinės priežastys: 22,5 proc. mokinių nespėja pavalgyti, 16,5 proc. mokinių per brangūs patiekalai, 23,8 proc. mokinių maistas neskanus.
- 42,7 proc. mokinių norėtų mokyklos valgykloje bent kartą per savaitę gauti karštos sriubos, iš jų 31,1 proc. sriubos nevalgo, nes: brangu (16,8 proc.), neskanu (23,2 proc.), nespėja (19,9 proc.) ir 40,1 proc. įvardijo kitas priežastis (valgo namie/valgo už mokyklos ribų/menkas pasirinkimas).



IŠVADOS (2)

- Ketvirtokų, kurie mokosi mokyklose dalyvaujančiose vaisių ir pieno vartojimo skatinimo programose, pieno ir vaisių vartojimas nesiskiria nuo tokiose programose nedalyvaujančių mokyklų ketvirtokų.
- 32,5 proc. mokinių daugiausia informacijos apie sveiką mitybą gauna iš tėvų, 22,9 proc. - pamokose, penktadalis (20,9 proc.) žiūrėdami televizijos laidas ir kas dešimtas (9,7 proc.) tokios informacijos randa internete.



REKOMENDACIJOS

- VSB inicijuoti šio tyrimo rezultatų pristatymą savivaldybėse ir mokyklose;
- VSB inicijuoti diskusiją dėl pietų pertraukos prailginimo, sudarant mokiniams galimybę pavalgyti mokyklos valgykloje/bufete;
- Pradėti sveikos mitybos ugdymą nuo ikimokyklinio amžiaus ne tik vaikams, bet ir jų tėvams.



AČIŪ UŽ DĒMES!

