

EWA MALCZYK^{A, C-F}, MARCELINA ZYGMUNT^{A-D}

Spożywanie produktów typu fast food przez młodzież gimnazjalną

Consumption of Fast Food Products by Secondary School Students

Instytut Dietetyki, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nysie, Nysa

A – koncepcja i projekt badania; B – gromadzenie i/lub zestawianie danych; C – analiza i interpretacja danych; D – napisanie artykułu; E – krytyczne zrecenzowanie artykułu; F – zatwierdzenie ostatecznej wersji artykułu

Streszczenie

Wprowadzenie. Styl życia nastolatków charakteryzuje się dużą aktywnością społeczną objawiającą się częstymi spotkaniami z rówieśnikami. Miejscem spotkania niejednokrotnie są bary szybkiej obsługi oferujące żywność typu fast food. Żywność ta jest chętnie konsumowana przez młodzież, choć nie należy do grupy produktów o wysokiej wartości odżywczej. Produkty typu fast food charakteryzują się wysoką wartością energetyczną, dużą zawartością tłuszczu, soli i cukru, przy jednoczesnej małej zawartości błonnika pokarmowego, witamin i minerałów. Spożywanie takiej żywności w nadmiarze może być przyczyną przewlekłych chorób niezakaźnych.

Cel pracy. Ocena częstotliwości spożywania produktów typu fast food przez młodzież gimnazjalną z uwzględnieniem płci, wieku oraz stanu odżywienia określonego na podstawie wskaźnika masy ciała BMI.

Materiał i metody. Badaną grupę stanowiło 120 gimnazjalistów (61 chłopców i 59 dziewcząt) w wieku 14–16 lat z miejscowości Wołczyn i okolic. Badania przeprowadzono metodą ankietową. Narzędziem badawczym był autorski kwestionariusz ankiety, który składał się z pytań zamkniętych dotyczących częstotliwości spożywania wybranych produktów typu fast food.

Wyniki. Najczęściej spożywanymi produktami typu fast food przez ankietowaną młodzież bez względu na płeć, wiek i stan odżywienia były kurczaki w panierce/nuggetsy i pizza, a najrzadziej kebab i hamburgery. Osoby z niedowagą częściej konsumowały hot dogi, a z prawidłową masą ciała i nadwagą – kurczaki w panierce/nuggetsy. Kurczaki w panierce/nuggetsy były najczęściej spożywanym produktem przez młodzież w wieku 14 i 16 lat, a wśród 15-latków były to pizza i zapiekanki.

Wnioski. Niewłaściwe zachowania żywieniowe charakteryzujące się częstym spożywaniem żywności typu fast food występowały wśród 16-latków z nadwagą i prawdopodobnie w tej grupie istnieje najwyższe ryzyko rozwoju chorób określanych mianem przewlekłych chorób niezakaźnych (Piel. Zdr. Publ. 2015, 5, 3, 371–377).

Słowa kluczowe: młodzież, częstotliwość spożywania, fast food.

Abstract

Background. Teenagers' lifestyle is characterized by great social activity that includes frequent meetings with their peers in various eating places, restaurants, and fast food consumption. Fast food products are characterized by high caloric value and great fat, salt and sugar content. At the same time, fast food has a low content of dietary fiber, minerals and vitamins. Excessive consumption of that kind of food leads to serious health problems. Among illnesses caused by dysfunctional energy balance there are: obesity, type 2 diabetes, and cardiovascular problems.

Objectives. The aim of this thesis was to evaluate the frequency of fast food intake by teenagers (including their age, sex, and body mass index).

Material and Methods. In the research participated 61 (51%) boys and 59 (49%) girls. An authorial questionnaire served as a research instrument. It consisted of closed-ended questions connected with the frequency of consumption of particular fast food products.

Results. On the grounds of the conducted research, it is easy to notice that most frequently consumed fast food products by interviewee teenagers (regardless of sex or age) are nuggets and pizzas, and less often consumed are kebabs and hamburgers. Underweight people often eat hot dogs, but people with normal weight or overweight choose nuggets. Teenagers at the age of 14 and 16 most often consume nuggets and 15-year old people eat pizzas and toasts.

Conclusions. Frequent consumption fast food occurred among overweight 16-year-olds and probably in this group there is the highest risk of developing chronic non-communicable diseases (Piel. Zdr. Publ. 2015, 5, 3, 371–377).

Key words: teenagers, frequency of consumption, fast food.

Sposób żywienia stanowi jeden z podstawowych czynników warunkujących stan zdrowia ludzi oraz ich dobre samopoczucie. Jest niezwykle ważny w okresie dzieciństwa i dojrzewania, kiedy następuje intensywny wzrost i rozwój młodego organizmu. Prawidłowe żywienie, szczególnie w tym okresie życia, w dużym stopniu przekłada się na zdrowie w życiu dorosłym. Wówczas organizm nie jest obciążony ryzykiem wystąpienia przewlekłych chorób niezakaźnych. Kształtowanie się nawyków żywieniowych rozpoczyna się już od najmłodszych lat i utrwała przez całe życie [1–3].

Styl życia nastolatków charakteryzuje się dużą aktywnością społeczną objawiającą się częstymi spotkaniami z rówieśnikami w różnych zakładach gastronomicznych, w tym barach szybkiej obsługi, i konsumpcją żywności typu fast food [4]. Produkty żywnościowe typu fast food charakteryzują się wysoką wartością energetyczną, dużą zawartością tłuszczu, soli i cukru, przy jednoczesnej małej zawartości błonnika pokarmowego, witamin i minerałów. Spożywanie takiej żywności w nadmiarze może być przyczyną przewlekłych chorób niezakaźnych, do których zalicza się: otyłość, cukrzycę typu 2 oraz choroby sercowo-naczyniowe. Mając powyższe na uwadze, bardzo ważna jest analiza częstotliwości spożywania żywności typu fast food, aby na podstawie uzyskanych wyników podejmować właściwy kierunek edukacji żywieniowej dzieci i młodzieży [3, 5].

Celem pracy była ocena częstotliwości spożywania produktów typu fast food przez młodzież gimnazjalną Wołczyna i okolic z uwzględnieniem płci, wieku oraz stanu odżywienia określonego na podstawie wskaźnika masy ciała BMI ankietowanych.

Material i metody

Badanie przeprowadzono wśród młodzieży gimnazjalnej w listopadzie 2014 r. Miejszem ankietyzacji było gimnazjum, a kryteriami włączenia ankietowanych do badań był wiek 14–16 lat oraz miejsce zamieszkania – Wołczyn i okolice. W badaniach wzięło udział 61 (51%) chłopców i 59 (49%) dziewcząt.

Narzędziem badawczym był autorski kwestionariusz ankiety, który składał się z 8 pytań zamkniętych, dotyczących częstotliwości spożywania wybranych produktów typu fast food, takich jak: frytki, hamburgery, hot dogi, kebab, kurcza-

ki w panierce/nuggetsy, pizza, zapiekanki, tortille. Ankieta obejmowała także pytania dotyczące danych demograficznych (wiek, płeć) oraz danych do badania antropometrycznego (wysokość, masa ciała), na podstawie których wyliczono dla każdego badanego wskaźnik masy ciała BMI. Stan odżywienia oceniono, opierając się na siatkach centylowych BMI dla płci i wieku. Przyjęto następujące punkty odcięcia: BMI poniżej 10 centyla – niedowaga, między 10–90 centylem – właściwa masa ciała, między 90–97 centylem – nadwaga i powyżej 97 centyla – otyłość.

Do oceny częstotliwości spożywania zastosowano określenia, przypisując im następującą punktację: kilka razy dziennie – 5 pkt, codziennie – 4 pkt, kilka razy w tygodniu – 3 pkt, raz w tygodniu – 2 pkt, rzadko – 1 pkt, nie spożywam – 0 pkt. Uzyskane dane wykorzystano do obliczenia średniego stopnia częstotliwości konsumpcji wybranych dań typu fast food w całej badanej grupie oraz w grupach wyróżnionych ze względu na: płeć, wiek i stan odżywienia (na podstawie BMI). Otrzymanym średnim wartościami liczbowym przyporządkowano rangi, tworząc w ten sposób szeregi częstotliwości spożywania produktów typu fast food dla całej badanej grupy młodzieży oraz z uwzględnieniem wyżej wymienionych wyróżników.

Aby ocenić stopień zależności między szeregiem częstotliwości spożywania, zastosowano analizę korelacji rang Kendalla. Do interpretacji wyników przyjęto następujące poziomy korelacji: $|r| = 0$ – brak korelacji, $0,0 < |r| \leq 0,1$ – korelacja nikła, $0,1 < |r| \leq 0,3$ – korelacja słaba, $0,3 < |r| \leq 0,5$ – korelacja przeciętna, $0,5 < |r| \leq 0,7$ – korelacja wysoka, $0,7 < |r| \leq 0,9$ – korelacja bardzo wysoka, $0,9 < |r| < 1$ – korelacja prawie pełna, $|r| = 1,0$ – korelacja liniowa (pełna).

Poziom istotności statystycznej alfa przyjęto dla $p = 0,05$. Analizę statystyczną uzyskanych wyników przeprowadzono za pomocą programu STATISTICA v. 10.0.

Wyniki

Spośród wymienionych dań typu fast food ankietowani najczęściej, tj. z częstotliwością raz w tygodniu, bądź rzadko, spożywali kurczaki w panierce lub nuggetsy ($R = 1$). Z tą samą częstotliwością spożywania na drugim miejscu znalazła się pizza ($R = 2$). W szeregu częstotliwości spożywania dań typu fast food kolejne pozycje zajęły: zapiekanki

ki, frytki i hot dogi ($R = 3, 4, 5$), które młodzież również konsumowała raz w tygodniu lub rzadko. Tortille, hamburgery i kebabby nastolatkomie spożywali najrzadziej lub wcale i dania te zajęły ostatnie miejsca w szeregu częstotliwości spożywania ($R = 6, 7, 8$).

Współczynnik korelacji między szeregami częstotliwości spożywania dań typu fast food przez dziewczęta i chłopców wyniósł $r_k = 0,69$, informując o dużej sile związku między tymi szeregami. W szeregu częstotliwości spożywania dań typu fast food przez chłopców i dziewczęta dwa pierwsze miejsca zajęły kurczaki w panierce lub nuggetsy ($R = 1, 1$) i pizza ($R = 2, 2$). Wyższe pozycje w szeregu częstotliwości spożywania dań typu fast food przez chłopców zajęły zapiekanki, hot dogi, hamburgery ($R = 3, 4, 6$). Produkty te w szeregu częstotliwości spożywania produktów typu fast food przez dziewczęta zajęły niższe miejsca ($R = 4, 6, 7$). Z kolei frytki i tortilla znalazły się na wyższych pozycjach w szeregu częstotliwości spożywania fast foodów przez dziewczęta ($R = 3, 5$). Z odpowiednio taką samą częstotliwością badani chłopcy konsumowali frytki ($R = 5$) oraz tortille ($R = 7,5$). Do najrzadziej spożywanych dań typu fast food wśród dziewcząt należał kebab ($R = 8$) (tab. 1).

Współczynnik korelacji rang Kendalla wskazał na przeciętną zależność szeregów częstotliwości spożywania dań typu fast food między osobami z niedowagą i właściwą masą ciała ($r_k = 0,42$) oraz osobami z niedowagą i nadwagą ($r_k = 0,45$). Częstotliwość spożywania produktów typu fast food przez osoby z niedowagą była zatem różna od częstotliwości spożywania fast foodów przez osoby z prawidłową masą ciała i nadwagą.

Osoby z niedowagą najczęściej spożywały hot dogi ($R = 1$, tj. kilka razy w tygodniu). Dania, takie jak: frytki, kurczaki w panierce/nuggetsy, pizza były spożywane z mniejszą częstotliwością ($R = 3, 3, 3$). Kolejne w szeregu częstotliwości spożywania dań typu fast food znalazły się: zapiekanka ($R = 5$), tortilla ($R = 6$) i kebab ($R = 7$). Osoby z niedowagą najrzadziej spożywały hamburgery ($R = 8$).

Współczynnik korelacji rang Kendalla między szeregami częstotliwości spożywania fast foodów osób z prawidłową masą ciała i nadwagą wyniósł $0,75$, informując o bardzo dużej sile związku. Osoby z właściwą masą ciała i nadwagą najczęściej wybierały kurczaki w panierce bądź nuggetsy i produkty te zajęły pierwsze pozycje w szeregach częstotliwości spożywania fast foodów u tych osób ($R = 1,5$; $R = 1$). Równorzędną pozycję w szeregu częstotliwości spożywania tych produktów przez osoby z prawidłową masą ciała zajęła także pizza ($R = 1,5$). Kolejne miejsca przypadły takim produktom, jak: zapiekanka i frytki ($R = 3, 4$). Produkty te w szeregu częstotliwości spożywania fast foodów przez osoby z nadwagą znalazły się na wyższych pozycjach – $R = 2,5$; $R = 2,5$. Hot dogi zajęły to samo miejsce w szeregach częstotliwości spożywania fast foodów u osób z prawidłową masą ciała i nadwagą ($R = 5$; $R = 5$). Badani z prawidłową masą ciała i z nadwagą najrzadziej bądź wcale nie spożywali hamburgerów, tortilli i kebabów ($R = 6, 7, 8$; $R = 7, 7, 7$) (tab. 2).

Współczynnik korelacji rang Kendalla między szeregami częstotliwości spożywania dań typu fast food przez uczniów 14- i 15-letnich równy $r_k = 0,69$ oraz uczniów 15- i 16-letnich wynoszący $r_k = 0,57$ potwierdził duży związek szeregów częstotliwości spożywania dań typu fast food. Bardzo

Tabela 1. Średni stopień częstotliwości spożywania dań typu fast food z uwzględnieniem płci

Table 1. The average frequency of fast food consumption concerning respondents' gender

Dania typu fast food	Ogółem n = 120		Chłopcy n = 61		Dziewczeta n = 59	
	\bar{x}	R	\bar{x}	R	\bar{x}	R
Frytki	1,30	4	1,36	5	1,24	3
Hamburger	0,78	7	0,95	6	0,59	7
Hot dog	1,10	5	1,38	4	0,81	6
Kebab	0,64	8	0,75	7,5	0,53	8
Kurczaki w panierce/nuggetsy	1,60	1	1,82	1	1,37	1
Pizza	1,49	2	1,67	2	1,31	2
Zapiekanka	1,43	3	1,66	3	1,19	4
Tortilla	0,80	6	0,75	7,5	0,85	5
Wskaźnik rang Kendalla	$r_k = 0,691023$ $p = 0,01668$					

\bar{x} – średnia punktów, R – ranga, n – liczba osób.

Tabela 2. Średni stopień częstotliwości spożywania dań typu fast food z uwzględnieniem stanu odżywienia (na podstawie wskaźnika masy ciała BMI)**Table 2.** The average frequency of fast food consumption concerning the nutritional status (on the basis of body mass index)

Dania typu fast food	Niedowaga n = 8		Prawidłowa masa ciała n = 99		Nadwaga n = 13	
	\bar{x}	R	\bar{x}	R	\bar{x}	R
Frytki	1,50	3	1,29	4	1,23	2,5
Hamburger	0,50	8	0,83	6	0,54	7
Hot dog	1,88	1	1,06	5	0,92	5
Kebab	0,63	7	0,66	8	0,54	7
Kurczaki w panierce/nuggetsy	1,50	3	1,56	1,5	2,00	1
Pizza	1,50	3	1,56	1,5	1,00	4
Zapiekanka	1,13	5	1,47	3	1,23	2,5
Tortilla	1,00	6	0,82	7	0,54	7
Wskaźnik rang Kendalla	r _k = 0,423390; p = 0,14247					
			r _k = 0,746390; p = 0,009722			
	r _k = 0,449073; p = 0,11980					

\bar{x} – średnia punktów, R – ranga, n – liczba osób.

duży związek korelacyjny zaobserwowano między 14- a 16-latkami. Współczynnik rang Kendalla wyniósł $r_k = 0,74$.

Pierwszą pozycję w klasyfikacji spożywania dań typu fast food wśród ankietowanych w wieku 14 i 16 lat zajęły kurczaki w panierce lub nuggetsy ($R = 1$), które były najczęściej konsumowane przez 16-latków – raz w tygodniu. 15-latkowie natomiast na pierwszym miejscu stawiali pizzę i zapiekanki ($R = 1,5$). Wśród 14- i 16-latków pizza znalazła się na równie wysokich pozycjach ($R = 2$; $R = 2,5$). Z tą samą częstotliwością 16-latkowie deklarowali spożywanie frytek ($R = 2,5$). Wśród 15-latków kurczaki w panierce/nuggetsy zajęły dopiero trzecią pozycję w szeregu częstotliwości spożywania ($R = 3$). Kolejne miejsca w szeregach częstotliwości spożywania dań typu fast food wśród 14-latków zajęły: zapiekanki, frytki, hot dogi i hamburgery ($R = 3, 4, 5, 6$), wśród 15-latków: hot dogi, frytki, tortille ($R = 4, 5, 6$), a wśród 16-latków: hot dogi, tortille i kebaby ($R = 5,5$; $R = 5,5$; 7).

Ostatnie pozycje w szeregu częstotliwości spożywania dań typu fast food przez młodzież w wieku 14 lat zajęły tortilla oraz kebab ($R = 7, 8$), a u osób w wieku 15 i 16 lat ostatnie miejsca należały do hamburgerów i kebabów ($R = 7, 8$).

Zaobserwowano zależność między częstotliwością spożywania pizzy, tortilli i kebabu a wiekiem respondentów. Częstotliwość spożywania tych produktów zwiększała się wraz z wiekiem nastolatków (dla pizzy wartości średnie: $1,42 < 1,63 < 1,67$, dla tortilli wartości średnie: $0,73 < 0,91 < 1,00$, dla kebabu wartości średnie: $0,61 < 0,69 < 0,83$) (tab. 3).

Omówienie

Okres dorastania to czas dynamicznych zmian rozwojowych uwarunkowanych wieloma czynnikami, w tym odżywianiem. Prawidłowe żywienie wpływa na rozwój i sprawność biologiczną młodego organizmu, zdolności uczenia się i dobre samopoczucie. Młodzież jest jedną z grup najbardziej narażonych na błędy żywieniowe, ze względu na proces kształtowania się dobrych i złych nawyków żywieniowych [6].

Występowanie nadwagi i otyłości obserwuje się w coraz młodszych grupach wiekowych [7–10]. Według raportu Światowej Organizacji Zdrowia obecnie 110 mln dzieci na świecie ma nadwagę lub otyłość. Przyczyną tych chorób jest między innymi nieprawidłowy sposób odżywiania i styl życia charakteryzujący się nieregularnością spożywania posiłków, podjadaniem między posiłkami, zastępowaniem pełnowartościowych posiłków szybkimi daniami na wynos, tzw. fast foodami [11]. Spożywanie tej żywności w nadmiarze może również prowadzić do wielu innych przewlekłych chorób niezakaźnych, do których należą m.in.: cukrzyca typu 2, nadciśnienie tętnicze, miażdżyca oraz choroby sercowo-naczyniowe [12, 13].

Przeprowadzone badania wykazały nieprawidłowości w sposobie odżywiania się młodzieży charakteryzujące się częstym spożywaniem produktów typu fast food (raz w tygodniu). Analiza wyników badań własnych dotyczących wyboru takich produktów wykazała, że gimnazjaliści, zarówno chłopcy, jak i dziewczęta, najczęściej spożywali kurczaki w panierce lub nuggetsy. Wysoką poży-

Tabela 3. Średni stopień częstotliwości spożywania dań typu fast food z uwzględnieniem wieku**Table 3.** The average frequency of fast food consumption concerning respondents' age

Dania typu fast food	14 lat n = 79		15 lat n = 35		16 lat n = 6	
	\bar{x}	R	\bar{x}	R	\bar{x}	R
Frytki	1,32	4	1,20	5	1,67	2,5
Hamburger	0,76	6	0,83	7	0,67	8
Hot dog	1,01	5	1,31	4	1,00	5,5
Kebab	0,61	8	0,69	8	0,83	7
Kurczaki w panierce/nuggetsy	1,62	1	1,46	3	2,17	1
Pizza	1,42	2	1,63	1,5	1,67	2,5
Zapiekanka	1,35	3	1,63	1,5	1,17	4
Tortilla	0,73	7	0,91	6	1,00	5,5
Wskaźnik rang Kendalla	$r_k = 0,691023$; $p = 0,01668$					
	$r_k = 0,566139$; $p = 0,04986$					
	$r_k = 0,741249$; $p = 0,01024$					

\bar{x} – średnia punktów, R – ranga, N – liczba osób.

cję w szeregu częstotliwości spożywania produktów typu fast food zajęła również pizza. Mniejszym zainteresowaniem nastolatków cieszyły się: zapiekanka, frytki i hot dogi. Rzadko spożywanymi fast foodami, które ulokowały się na ostatnich pozycjach w szeregach częstotliwości spożywania, były: tortilla, hamburger oraz kebab. Biorąc pod uwagę częstotliwość spożywania produktów typu fast food, uzyskane wyniki znajdują potwierdzenie w literaturze przedmiotu. Według Urbańskiej i Czarnieckiej-Skubina [2] produkty typu fast food były spożywane przez nastolatków najczęściej kilka razy w miesiącu (20–30% ankietowanych), z wyjątkiem kebabów, kurczaków i hamburgerów, które przez ok. połowę badanych były konsumowane sporadycznie. Według autorek największą popularność wśród dań typu fast food zdobyły frytki, co również potwierdzają badania przeprowadzone przez Komosińską et al. [14] oraz Noble et al. [15]. Młodzież preferowała, oprócz frytek, takie dania, jak: kielbaski, hamburgery, paluszki rybne, pizzę i spaghetti [15]. Badania Gajdy i Jeżewskiej-Zychowicz [16] dotyczące wyboru produktów oferowanych w sklepikach szkolnych przedstawiały się następująco: jedna czwarta badanych dokonywała zakupu m.in. chipsów, pizzy oraz zapiekanek. Istotnie statystycznie więcej dziewcząt niż chłopców deklarowało zakup napojów i słodczy, podczas gdy więcej chłopców informowało o zakupie zapiekanek i hamburgerów [16]. Spośród 500 poznańskich dzieci i młodzieży w wieku 7–19 lat uczestniczących w badaniach Szymandery-Buszeki et al. [17] 15% uczniów szkół ponadgimnazjalnych deklarowało spożywanie produktów typu fast food codziennie, a najczęściej wybieranymi były chip-

sy i zapiekanki. Podobne zachowania wykazano wśród młodzieży szkół warszawskich, w przypadku której konsumpcję wymienionych produktów określono z częstotliwością kilka razy w miesiącu [18]. Wykazano również większą popularność produktów typu fast food wśród chłopców [19, 20]. Niemal połowa szkół we Wrocławiu oferuje dzieciom produkty typu fast food, a według wskaźników sprzedawców dzieci najczęściej wybierały zapiekanki, hot dogi oraz pizzerki – podgrzewane w kuchence mikrofalowej, gotowe posiłki o niskiej wartości odżywczej, kaloryczne i z ogromną ilością wysoko przetworzonych węglowodanów [21]. Analizując częstość spożywania omawianej żywności typu fast food wśród studentów Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, wykazano, że najczęściej są konsumowane: 1–4 razy w tygodniu chipsy (31%), frytki (12%) i pizza (99%) oraz raz w miesiącu lub rzadziej pizza (85%), frytki (61%), zapiekanki (53%), kebab (49%), chipsy (46%), hamburgery (41%) i hot dogi (18%). Żaden z badanych natomiast nie spożywał tego typu produktów codziennie [22].

Ponad 99% ankietowanej młodzieży w wieku 14–16 lat, a spośród nich prawie 70% z częstotliwością co najmniej raz w tygodniu spożywało produkty typu fast food. Szeroko rozpowszechniony wśród młodzieży zwyczaj spożywania takiej żywności potwierdziły także badania Gacek i Fiedor [20] oraz Sochackiej-Tatary i Stypuły [23]. Gacek i Fiedor [20] spożywanie tego typu produktów wykazali wśród 85,5% dziewcząt i 90,3% chłopców, a Sochacka-Tatara i Stypuła [23] u prawie 90% ankietowanej młodzieży, przy czym największy odsetek badanych stanowili uczniowie

gimnazjum. Częste spożywanie żywności typu fast food może być przyczyną zwiększonego ryzyka powstawania chorób dietozależnych, takich jak: nadwaga i otyłość, cukrzyca typu 2 oraz nadciśnienie tętnicze [12, 13]. Analiza przeprowadzonych badań wykazała, że szczególnie narażona na tego typu schorzenia jest młodzież w wieku 16 lat mająca nadwagę, ponieważ najczęściej spożywała produkty typu fast food. Nadwaga szybko przeradza się w otyłość, a otyłość może być przyczyną wyżej wymienionych chorób, które niejednokrotnie objawiają się dopiero w wieku dorosłym [12, 13].

Podsumowując, najczęściej spożywanymi produktami typu fast food przez ankietowaną młodzież bez względu na płeć, wiek i stan odżywienia były kurczaki w panierce/nuggetsy i pizza, a najrzadziej kebaby i hamburgery. Osoby z niedowagą częściej konsumowały hot dogi, a mające właściwą masę ciała i nadwagę – kurczaki w panierce bądź nuggetsy. Kurczaki w panierce/nuggetsy były najczęściej spożywanym produktem przez młodzież

w wieku 14 i 16 lat, a wśród 15-latków były to pizza i zapiekanki. Nieprawidłowe zachowania żywieniowe charakteryzujące się częstym spożywaniem żywności typu fast food występowały wśród 16-latków z nadwagą i prawdopodobnie w tej grupie istnieje największe ryzyko rozwoju przewlekłych chorób niezakaźnych. Celowa i w pełni uzasadniona wydaje się zatem edukacja dzieci i młodzieży ze szczególnym uwzględnieniem młodzieży z nadwagą, ale także i dorosłych w celu zapobiegania nieprawidłowemu odżywianiu i związanymi z nim przewlekłymi chorobami niezakaźnymi.

Wnioski

Niewłaściwe zachowania żywieniowe charakteryzujące się częstym spożywaniem żywności typu fast food występowały wśród 16-latków z nadwagą i prawdopodobnie w tej grupie istnieje największe ryzyko rozwoju przewlekłych chorób niezakaźnych.

Piśmiennictwo

- [1] **Całyniuk B., Grochowska-Niedworok E., Białek A., Czech N., Kukielczak A.:** Piramida żywienia – wczoraj i dziś. *Probl. Hig. Epidemiol.* 2011, 92(1), 20–24.
- [2] **Urbańska I., Czarniecka-Skubina E.:** Częstotliwość spożycia przez młodzież produktów spożywczych oferowanych w sklepikach szkolnych. *Żywność. Nauka. Technologia. Jakość* 2007, 3(52), 193–204.
- [3] **Wyka J., Grochowska-Niedworok E., Malczyk E., Misiarz M., Szczęsna N.:** Częstotliwość spożycia produktów typu fast food przez młodzież męską. *Bromat. Chem. Toksykol.* 2012, 3, 675–679.
- [4] **Kośmider A., Gronowska-Senger A.:** Postawa wobec żywności typu „fast-food” i jej popularność wśród młodzieży szkolnej z rejonu Mazowsza. *Roczn. PZH* 2005, 56(2), 139–148.
- [5] **Szostak-Węgierek D., Cybulska B., Zdrojewski T., Kopeć G., Podolec P.:** Dlaczego w polskich szkołach nie powinna być sprzedawana żywność typu fast food? *Kardiol. Pol.* 2009, 67, 337–343.
- [6] **Roszek-Kirpsza I., Olejnik B., Zalewska M., Marcinkiewicz S., Maciorkowska E.:** Wybrane nawyki a stan odżywienia dzieci i młodzieży regionu Podlasia. *Probl. Hig. Epidemiol.* 2011, 92(4), 799–805.
- [7] **Sadowska J., Radziszewska M., Krzymuska A.:** Evaluation of nutrition manner and nutritional status of pre-school children. *Acta Sci. Pol., Technol. Aliment.* 2010, 9(1), 105–115.
- [8] **Chmiel-Perzyńska I., Derkacz M., Perzyński A.:** Nadmierna masa ciała i jej uwarunkowania u dzieci w wieku 4–8 lat. *Fam. Med. Prim. Care Rev.* 2013, 15(3), 301–302.
- [9] **Weker H., Barańska M., Dyląg H., Riahi A., Więch M., Strucińska M., Kurpińska P., Rowicka G., Klemarczyk W.:** Analysis of nutrition of children aged 13–36 months in Poland – a nation-wide study. *Med. Wieku Rozw.* 2011, 15(3), 225–231.
- [10] **Sikorska-Wiśniewska G.:** Nadwaga i otyłość u dzieci i młodzieży. *Żywność. Nauka. Technologia. Jakość* 2007, 6(55), 71–80.
- [11] **Haslam D.W., James W.P.:** Obesity. *Lancet.* 2005, 366, 1197–1209.
- [12] **Jarosz M., Kłosiewicz-Latoszek L.:** Otyłość. Zapobieganie i leczenie. *Wyd. Lek. PZWL, Warszawa* 2009.
- [13] **Przybylska D., Kurowska M., Przybylski P.:** Otyłość i nadwaga w populacji rozwojowej. *Hyg. Public Health.* 2012, 47(1), 28–35.
- [14] **Komosińska K., Woynarowska B., Mazur J.:** Zachowania zdrowotne związane z żywieniem u młodzieży szkolnej w Polsce w latach 1990–1998. *Żyw. Człow. Metab.* 2004, 31, Supl. 2, cz. II, 86–97.
- [15] **Noble C., Corney M., Eves A., Kipps M., Lumbers M.:** Food choice and school meals: primary schoolchildren’s perceptions of the healthiness of foods and nutritional implications of food choices. *Hospitality Management* 2000, 19, 413–432.
- [16] **Gajda R., Jeżewska-Zychowicz M.:** Zachowania żywieniowe młodzieży mieszkającej w województwie świętokrzyskim – wybrane aspekty. *Probl. Hig. Epidemiol.* 2010, 91(4), 611–617.
- [17] **Szymandera-Buszk K., Waszkowiak K., Jędrusek-Golińska A., Sulima E., Skowrońska M.:** Ocena asortymentu sklepików w szkołach miasta Poznania. *Probl. Hig. Epidemiol.* 2010, 91(4), 628–631.
- [18] **Wierzbicka E., Stosio A.:** Spożycie produktów typu fast food przez wybraną grupę młodzieży szkolnej z rejonu Warszawy. *Żyw. Człow. Metab.* 2007, 34(1/2), 182–187.

- [19] **Cieślik E., Filipiak-Florkiewicz A., Topolska K.:** Częstotliwość spożycia wybranych grup produktów spożywczych oraz stan odżywienia młodzieży gimnazjalnej. *Żyw. Człow. Metab.* 2007, 34(3/4), 846–851.
- [20] **Gacek M., Fiedor M.:** Charakterystyka sposobu odżywiania się młodzieży w wieku 14–18 lat. *Roczn. PZH* 2005, 56(1), 49–55.
- [21] **Wójta-Kempa M., Lewandowska O.:** Środowiskowe uwarunkowania otyłości u dzieci ze szczególnym uwzględnieniem środowiska szkolnego. *Piel. Zdr. Publ.* 2011, 1, 4, 333–342.
- [22] **Bartosiuk E., Markiewicz-Żukowska R., Puścion A., Mystkowska K.:** Ocena spożycia żywności typu „fast food” oraz napojów energetycznych i alkoholu wśród grupy studentek Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. *Bro-mat. Chem. Toksykol.* 2012, 3, 766–770.
- [23] **Sochacka-Tatara E., Stypuła A.:** Zaburzenia odżywiania wśród uczniów szkół krakowskich – część ogólnopolskich badań zaburzeń odżywiania wśród młodzieży. *Probl. Hig. Epidemiol.* 2010, 91(3), 591–595.

Adres do korespondencji:

Ewa Malczyk
Instytut Dietetyki
Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nysie
ul. Armii Krajowej 7
48-300 Nysa
e-mail: ewa.malczyk@pwsz.nysa.pl

Konflikt interesów: nie występuje

Praca wpłynęła do Redakcji: 18.05.2015 r.

Po recenzji: 17.06.2015 r.

Zaakceptowano do druku: 4.07.2015 r.

Received: 18.05.2015

Revised: 17.06.2015

Accepted: 4.07.2015