

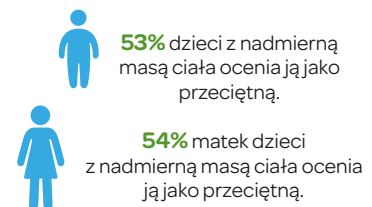
DLACZEGO EDUKACJA ŻYWIENIOWA DZIECI W POLSCE JEST POTRZEBNA?

W ramach projektu ABC Zdrowego Żywienia, na zlecenie Wydziału Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji SGGW w Warszawie, GfK Polonia zrealizowała ogólnopolskie badanie pt. „Dlaczego edukacja żywieniowa dzieci w Polsce jest potrzebna?”. Przeprowadzone zostało w sierpniu 2017 r. na próbie 800 dzieci w wieku 7-12 lat i 800 matek.

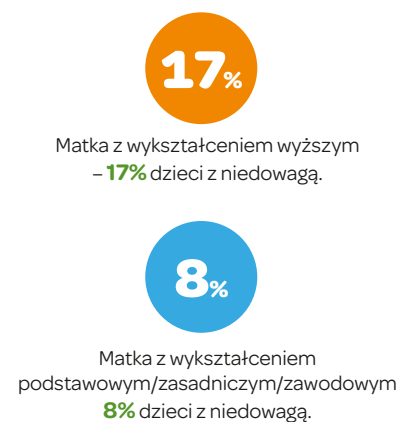
1. Prawidłową masę ciała stwierdzono u 2/3 badanych dzieci (7-12 lat). Co szóste dziecko charakteryzuje się nadmierną masą ciała, a co ósme ma niedobór masy ciała. Problem nadmiernej masy ciała częściej dotyczy dzieci młodszych (7-9 lat) niż starszych (10-12 lat).



2. Ocena masy ciała dzieci z nadwagą i otyłością, zarówno w opinii samych dzieci, jak i ich rodziców, odbiega od rzeczywistości – ponad połowa ankietowanych, zarówno dzieci, jak i ich rodziców, zbyt wysoką masę ciała uznaje za przeciętną.



3. Stwierdzono, że dzieci matek z wyższym wykształceniem częściej wykazują niedowagę, w porównaniu z dziećmi matek z wykształceniem poniżej średniego.



4. Zdaniem rodziców podstawową przyczyną nadwagi i otyłości u dzieci jest przede wszystkim złe odżywianie. Rodzice dzieci z nadwagą lub otyłością, częściej niż pozostali, zauważają niską aktywność fizyczną swoich dzieci. Rzadko jednak uważają brak ruchu za ważną przyczynę nadmiernej masy ciała.

5. Dzieci z nadwagą i otyłością znacznie rzadziej uczęszczają na zajęcia pozalekcyjne w porównaniu do pozostałych dzieci. Tylko 31% dzieci z nadwagą i otyłością uczęszcza na zajęcia sportowe, 20% na zajęcia językowe, a 10% na zajęcia artystyczne.

6. U dzieci ze zbyt wysokim BMI obserwuje się wyraźnie niższą aktywność fizyczną, co jest szczególnie widoczne w odniesieniu do czasu spędzanego z rodzicami, np. w weekendy.

7. Dzieci z nadwagą lub otyłością rzadziej spożywają podwieczorki, które zastępowane są przekąskami typu kanapki. Tymczasem dzieci z niską masą ciała częściej spożywają drugie śniadanie i podwieczorki.



48% rodziców dzieci z nadmierną masą ciała uznaje brak ruchu za jej główną przyczynę, a u rodziców dzieci z prawidłową wagą odsetek ten wynosi 60%.



Tylko 46% dzieci z nadwagą i otyłością uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne.



60% dzieci z prawidłową masą ciała uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne.



Tylko 37% dzieci z nadwagą i otyłością (vs. 48% wśród dzieci z prawidłową masą ciała) zadeklarowało aktywną formę spędzania czasu z rodzicami, np. w weekendy.



41% dzieci z prawidłową masą ciała spożywa drugie śniadanie i 37% spożywa podwieczorki.

Tylko 27% dzieci z nadwagą i otyłością je podwieczorki, a 39% drugie śniadanie.