



**GYERMEKORVOSOK ÉS VÉDŐNŐK
- A GYERMEKÉTKEZTETÉSRŐL ÉS
AZ OEFI NAGYRANÖVŐK
MOZGALOMRÓL**



2008. ÁPRILIS

A KUTATÁS ÖSSZEFOGLALÓ ADATAI

A KUTATÁS TÉMÁJA: GYERMEKÉTKÉZTETÉS KUTATÁS

A MEGKÉRDEZÉS HELYE: MAGYARORSZÁG

A MEGKÉRDEZÉS IDEJE: 2008. ÁPRILIS

A MEGKÉRDEZÉS MÓDJA: TELEFONOS INTERJÚ (CATI)

A MEGKÉRDEZETT SZEMÉLYEK SZÁMA: GYERMEKORVOS: 102 FŐ
VÉDŐNŐ: 102 FŐ,
ORSZÁGOS
REPREZENTATÍV MINTA

DIVÍZIOVEZETŐ: DR. LANTOS ZOLTÁN

TÉMAFELELŐS: SKULTÉTI DÓRA

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés.....	4
1.1. A kutatás alapja, célok.....	4
.....	4
1.2. A tanulmány témája.....	4
1.2. Módszertan, minta és adatfelvétel.....	5
1.3. A kérdőív.....	5
2. Összefoglalás.....	6
3. A 6-12 éves korú gyermekek táplálkozási szokásai – általános helyzet, befolyásoló tényezők, fontos szempontok.....	8
4. A szülői tanácskérés, a szülők ismeretei gyermekük egészséges táplálkozásával kapcsolatban.....	11
5. Szakértők javaslatai az egészséges táplálkozással kapcsolatban.....	15
6. Információforrások, szervezetek, kezdeményezések a témával kapcsolatosan.....	21
7. Demográfia.....	29

1. Bevezetés

1.1. A kutatás alapja, célok

A felmérés alapját képezi, hogy 2006-ban indult a Nagyranövök Mozgalom, annak érdekében, hogy a 2-12 éves korú gyermekek szüleit edukálja különböző, gyermektáplálkozási és életviteli témákban. 2008-ban ismételtén, hangsúlyosabban szól a szülőkhöz a Nagyranövök.

A Nagyranövök 2008-as évre tervezett programjai közé tartozik az új weblap elkészítése és annak bevezetése, a Mozgalom ismertségének és hitelességének növelése fizetett hirdetésen keresztül. A kutatás alapját adó további cél még az esszenciális zsírsavak, azok működésének és hatásainak edukációja leginkább PR eszközök segítségével.

A fenti célok és elképzelések megvalósításához szükséges információk gyűjtéséhez az Akció NXS reklámügynökség megbízást adott a GfK Hungária Piackutató Intézetnek. A cél az volt, hogy gyermekorvosok és védőnők telefonos megkeresésével a 6-12 éves gyermekek egészséges táplálkozásával és az Országos Egészségfejlesztési Intézet (OEFI) által támogatott Nagyranövök Mozgalom és egyéb programok, illetve szervezetek ismertségével kapcsolatban a GfK Hungária információt szerezzen és a kapott eredményekből tanulmányt készítsen.

1.2. A tanulmány témája

A felmérés részletesen kitért arra, hogy mi a magyar szakorvosok és védőnők véleménye a kiskorúak táplálkozási szokásairól, illetve milyen szerepet vállal ebben az iskola, a szülők, a barátok, a média és a szakmai szervezetek. A megkérdezettektől továbbá információt szereztünk arról, hogy a szülők milyen esetekben és milyen témákban kérnek tőlük tanácsot, illetve hogy milyen hiányosságokat tapasztalnak a szülők e tárgyú tudásában. A kérdések fontos részét képezte, hogy feltártuk a szakértők tágabb ismereteit a gyermekek számára fontos élelmi anyagokkal kapcsolatban (megfelelő arányú tápanyagbevitel, növényi, állati zsírsavak aránya, telítetlen zsírsavak aránya, gyümölcs-, só-, cukorfogyasztás, stb.).

Továbbá megkérdeztük azt is, hogy milyen csatornákon keresztül tájékozódnak a témában, illetve a Nagyranövök Mozgalom és a szakértők által említett más szervezetek, kezdeményezések hitelességének értékelésével kapcsolatban is kikértük a véleményüket.

1.2. Módszertan, minta és adatfelvétel

A kvantitatív kutatás keretén belül gyermekorvosok és védőnők 4 000 fős országos alapsokaságának reprezentatív mintáját mértük fel; pontos mintanagyság: 102 gyermekorvost és 102 védőnőt kérdeztünk meg. A telefonos felmérés egyszerű véletlen mintavétellel végeztük a jelenleg elérhető adatbázisokból. Az adatfelvétel a GfK Hungária saját telefonos stúdiójában történt. A megkérdezéseket minden esetben számítógéppel támogatott módon, azaz CATI módszerrel végeztük.

Az SMS rendszer a betöltött telefonszámok alapján figyeli az elkészült interjúk jellemzőit településnagyság és regionális megoszlás szerint, így biztosítva, hogy az elért minta összetétele megegyezzen az alapsokaság arányaival.

1.3. A kérdőív

A 30 (+3 demográfiai) kérdéses kérdőívet a Megrendelő által meghatározott kutatási célok és kérdéskörök alapján a Megrendelő és a GfK Hungária közösen fejlesztette ki és hagyta jóvá.

A kérdőív a következő témaköröket fedi le:

- A 6-12 éves korú gyermekek étkezési szokásainak helyzete ma hazánkban: mely tényezők befolyásolják, melyek a legfontosabb elemei (például: vitaminbevitel, és rostbevitel mértéke, só fogyasztás, cukorfogyasztás és zsiradékbevitel csökkentése, megfelelő arányú tápanyagbevitel)
- A szakértőktől való szülői tanácskérés gyakorisága, témája
- A szakértők véleménye a szülők tudásáról a gyermek táplálkozásával kapcsolatban
- A szakértők tudása/percepciója a gyermekkori egészséges táplálkozás feltételeivel és kiemelten a telítetlen zsírsavakkal kapcsolatban. Ismeretszerzési források spontán megnevezése, hitelességének véleményezése, kiemelten a Nagyranövök Mozgalom témakörén belül.

A kérdőívben 'igen-nem' dichotóm válaszkategóriákat, spontán és támogatott válaszkategóriákat, illetve 5 fokozatú skálát alkalmaztunk.

2. Összefoglalás

A magyar 6-12 éves gyermekek étkezési szokásaival a gyermekorvosok és védőnők nincsenek megelégedve, leginkább változó véleménnyel vannak róla, de sokak szerint rosszak, illetve nagyon rosszak a kiskorúak táplálkozási szokásai.

A válaszadók szerint a gyermekkori táplálkozási szokások kialakulását legerősebb a család, a barátok, a reklámok, a média (film, rajzfilm, sorozat, magazin) és az anyagi, szociális környezet, feltételek befolyásolják. A pedagógusok e téren betöltött szerepéről megoszlanak a vélemények, a megkérdezettek általános nézete szerint azonban van is, meg nincs is hatásuk az étkezési szokások kialakulására. A szakértői vélemények szerint a szakmai források, szervezetek befolyásoló ereje inkább gyenge, az orvosok pedig még a védőnőknél is rosszabbra értékelik a szakmai szervezetek szerepét.

A szakértők szerint az kiskorúak egészséges táplálkozásának megvalósításához elengedhetetlen feltétel a több rostbevitel, a cukorfogyasztás csökkentése, a több vitamin-bevitel és a megfelelő tájékoztatás.

Felmérésünk eredményei alapján elmondható az is, hogy a magyar gyermekorvosoktól és védőnőktől igen nagy arányban, és igen gyakran kérnek a szülők tanácsot gyermekük egészséges, kiegyensúlyozott étkezésével kapcsolatban. A leggyakoribb kérdések az étvágytalanságra és a túlsúlyra vonatkoznak. A szakemberek véleménye alapján megállapítható, hogy a szülők témával kapcsolatos ismeretei csak közepesen kielégítőek, viszont mind az orvosok, és mind a védőnők úgy nyilatkoztak, hogy tapasztalataik szerint a szülők tisztában vannak azzal, hogy gyermekük napi energiaszükségletének hány százalékban kell zsiradékban fogyasztaniuk.

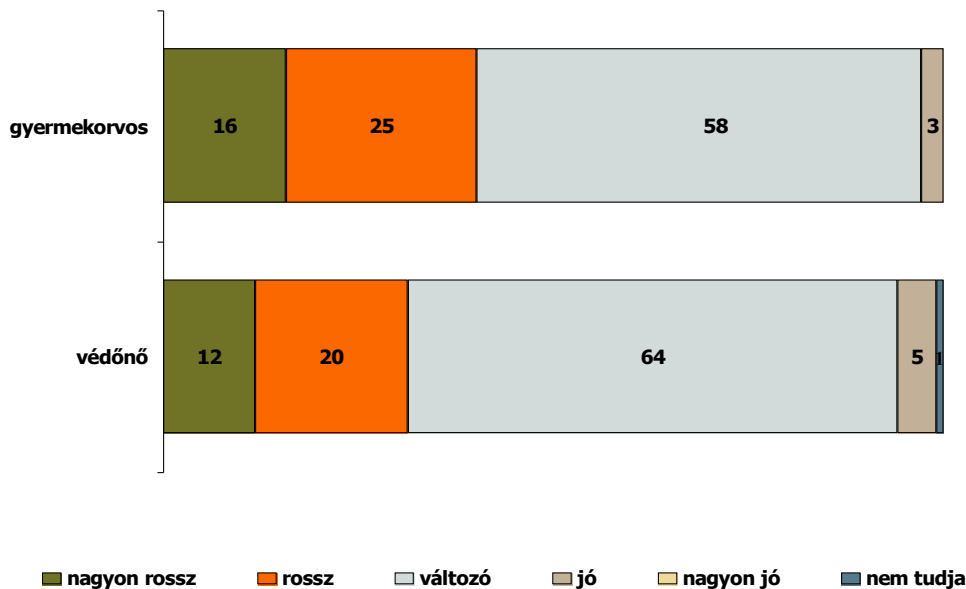
Felmérésünkben az is kiderült, hogy a legtöbb szakértő javaslata szerint a gyermekeknek inkább alacsony zsírtartalmú és kevesebb mennyiségű táplálékot kellene fogyasztaniuk.

Az orvosok és védőnők 2/3-a inkább növényi zsiradékok fogyasztását javasolja, 1/3-uk pedig fele-fele arányban a növényi és állati zsiradékokat. A szakértők ezzel szemben úgy érzik, hogy a szülők nincsenek tisztában a telítetlen zsírsavak szerepével.

Az orvosok és védőnők a napi energia-bevitel arányaival kapcsolatban döntő többségben úgy vélekednek, hogy nagyobb energia-bevitelre van szükség reggeli és tízórai esetén, majd csökkenő mennyiségben ebéd-től vacsora-ig.

A szakorvosok legnagyobb arányban az internetről, a szakmai folyóiratokból és továbbképzések alkalmával tájékozódik a gyermekétkeztetés témakörben. A védőnők velük ellentétben kevésbé veszik igénybe az internet nyújtotta e célú szolgáltatásokat, leginkább szakmai folyóiratokból és tanulmányokból tájékozódik, illetve továbbképzések alkalmával. Az Országos Egészségfejlesztési Intézet által támogatott Nagyranövők Mozgalomról a megkérdezett orvosok és védőnők kicsit több mint negyede hallott már, ők közepesen hitelesnek, illetve hitelesnek tartják.

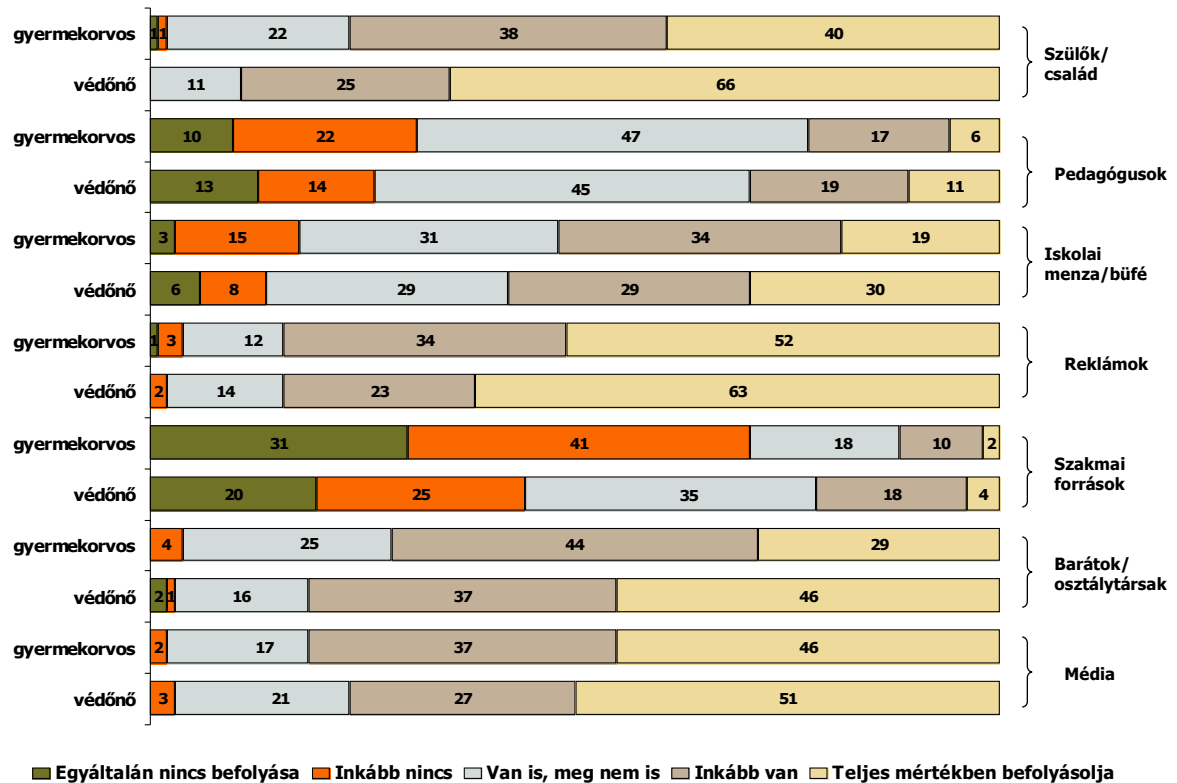
3. A 6-12 éves korú gyermekek táplálkozási szokásai – általános helyzet, befolyásoló tényezők, fontos szempontok



1. ábra: Mi a véleménye a 6-12 éves korú gyermekek étkezési szokásairól általában? (%)

A megkérdezett gyermekorvosok és védőnők véleménye a gyermekek étkezési szokásaival kapcsolatban inkább változó, de sokak szerint rossz, illetve nagyon rossz. Az értékelés átlaga az 1-5-ig terjedő skálán az orvosok esetében 2,47, a védőnőknél pedig 2,61, tehát a két szakértői csoport között véleménybeli különbség nincs. Mind az orvosok, mind pedig a védőnők közel 60%-a változónak ítéli meg, az orvosok negyede, a védőnők 1/5-e rossznak, az orvosok 16%-a, a védőnőknek pedig 12%-a nagyon rossznak. Az étkezési szokásokat a teljes megkérdezett mintánknak csak a 8%-a tartja jónak.

Mivel az étkezési szokásokkal kapcsolatos vélemények nem pozitívak, ezért nagy figyelmet kell fordítani azokra a tényezőkre, melyek hatással vannak a kiskorúak korai táplálkozási szokásainak kialakulásában.



2. ábra: Ön szerint mekkora befolyása van az alábbi tényezőknek a gyermekek táplálkozási szokásainak kialakulásában, mire elérik 12 éves korukat? (%)

A megkérdezettek legnagyobb aránya úgy nyilatkozott, hogy legerősebben a család, a barátok, a reklámok és a média (film, rajzfilm, sorozat, magazin) befolyásolja a szokások kialakulását. Az orvosok 40%-a szerint, a védőnők 3/4-e szerint a család teljes mértékben meghatározó e téren, ami mellett a média, a reklámok, a barátok és az osztálytársak szerepe is meghatározó (a válaszadó szakértők közel fele a „teljes mértékben befolyásolja” kategóriába sorolta a tényezőket). A pedagógusok e téren betöltött szerepéről megoszlanak a vélemények, a megkérdezettek általános nézete szerint azonban van is, meg nincs is hatásuk az étkezési szokások kialakulására. A szakértői vélemények szerint a szakmai források, szervezetek befolyásoló ereje inkább gyenge, az orvosok pedig még a védőnőknél is rosszabbra értékelik a szakmai szervezetek szerepét.

Az alábbi táblázatban (1. táblázat) láthatóak azok a tényezők, amelyet a szakértők a fentebb említetteken kívül még fontosnak tartanak.

Említett egyéb tényezők	Összes Gyermekorvosok %-a	Összes védőnők Védőnők %-a
szociális helyzet, anyagi körülmények	18	12
Szülők, mit főznek otthon, hagyományok	8	2
divat	6	2
védőnők	4	2
gyermek-, házi-, és iskolaorvos	4	0
élelmiszerek ára, elhelyezése a boltokban	4	0
egészséges nevelési programok, zöld napok	2	2
Közösség, társaság	1	2

1. táblázat: Milyen egyéb tényezők befolyásolhatják még a gyermekek táplálkozási szokásait? (%)

Látható, hogy a szociális, anyagi körülményeket a válaszadó orvosok és védőnők nagyon magas aránya említette. Ezen kívül fontosnak tartják még a szülők, az otthoni étkezés sajátosságait, az élelmiszerek bolti árát, a szakorvosok és védőnők tájékoztatásának szerepét, a divat és a nevelő programok behatását.

Az alábbiakban az egészséges táplálkozás szempontjából legfontosabb tényezőket mutatjuk be, melyeknek teljesülniük kell ahhoz, hogy a gyermekek egészségesebben táplálkozzanak. A megkérdezett orvosok legnagyobb arányban (50%-uk említette) a *több rostbevitt (zöldségek, gyümölcsök, gabonafélék)* és a *cukorfogyasztás csökkentését* tartják a legfontosabbnak. Ezután nagy jelentőséget tulajdonítanak a *nemnek, életkornak, testtömegnek megfelelő energia-bevitelnek (34%)*, a *megfelelő tájékoztatásnak az életmódról és táplálkozásról (36%)*, a *só fogyasztás csökkentésnek (32%)*, és a *megfelelő arányú tápanyagbevételnek (fehérje, zsír, szénhidrát) (30%)*. A megkérdezettek közel 1/5-e említette még a több vitaminbevitt, a kevesebb zsiradékbevitt és a növényi zsírok/állati zsírok arányaira való odafigyelést.

A megkérdezett védőnők is hasonló véleményen vannak az egészséges táplálkozáshoz szükséges tényezőket illetően, tehát közel 50%-uk említette a *több rostbevitt* és a *cukorfogyasztás csökkentésének* nagy jelentőségét. Az orvosoktól eltérően azonban ők nagyobb arányban említették még a *több vitaminbevitt*

(40%), a megfelelő arányú tápanyagbevitt (41%) és az egészséges életmódról és táplálkozásról való megfelelő tájékoztatást (22%).

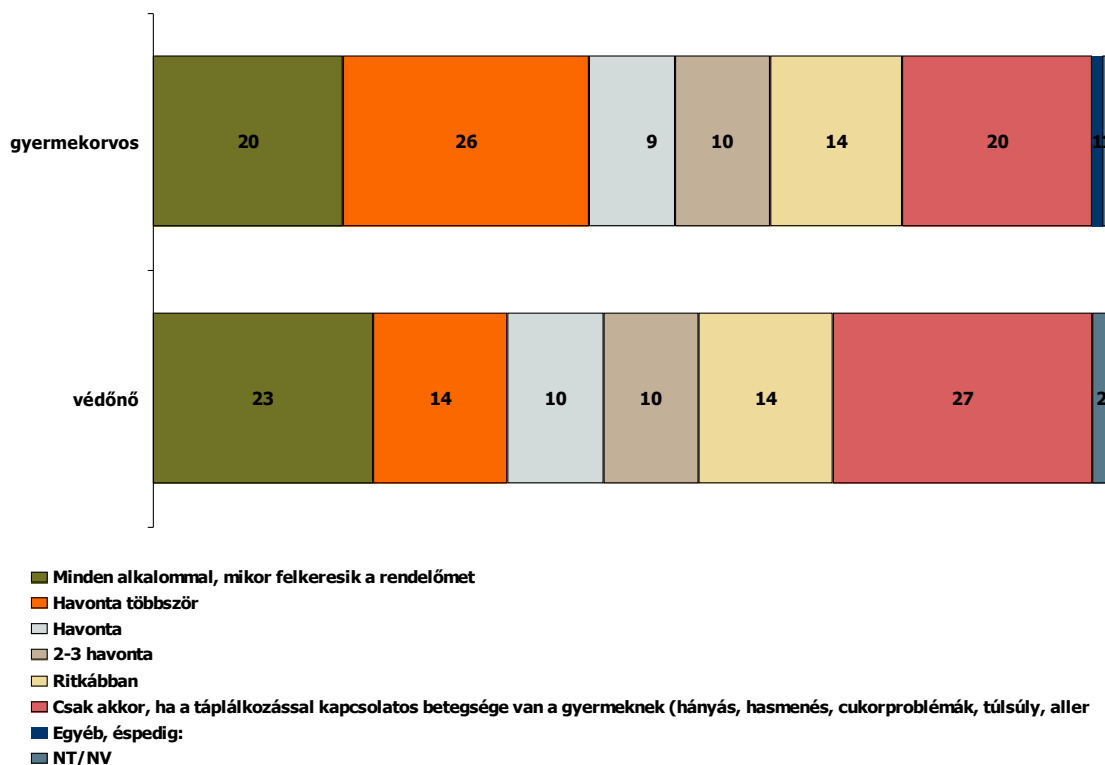
Egyéb tényezőként felmerült az orvosok körében a kevesebb állati zsiradékbevétel szerepe, a védőnők körében pedig egy személy említette a megfelelő minőségű élelmiszer szerepét is.

4. A szülői tanácskérés, a szülők ismeretei gyermekük egészséges táplálkozásával kapcsolatban

Felmérésünk során választ adó orvosok 92%-ához fordulnak a szülők kérdésükkel a gyermek táplálkozásával kapcsolatban, és a védőnők is hasonlóan magas arányban adnak tanácsot a szülőknek: 79,5%.

A szakembereket igen gyakran keresik meg a témát érintő különböző kérésekkel, kérdésekkel. A gyermekorvosok 1/5-ét szinte minden alkalommal megkérdezik a témával kapcsolatban, amikor a rendelőben járnak a szülők, 26%-ukat havonta többször, 20%-ukat pedig inkább csak akkor, amikor a gyermeknek táplálkozással kapcsolatos betegsége van, úgy mint például: hányás, hasmenés, cukorproblémák, túlsúly, allergia.

A védőnők 1/4-étől minden alkalommal kérnek táplálkozási tanácsot, amikor valamilyen más problémával kapcsolatban keresik meg, 1/4-ük pedig akkor kerül a témával kapcsolatba, amikor a gyermeknek táplálkozásból származó problémája van.



3. ábra: Milyen gyakran kérik tanácsot? (%)

A táplálkozással kapcsolatban az alábbi táblázatban látható kérdések merülnek fel leggyakrabban:

Gyermekorvosok által említett egyéb tényezők	Összes válaszadók %-a	Védőnők által említett egyéb tényezők	Összes válaszadók %-a
étvágytalanság, nem eszik (oka, táplálkozási tanács)	19	túlsúlyos gyerek (mit tegyenek, fogyókúra)	20
elhízott gyereknél (oka, táplálkozási tanács)	18	megfelelő táplálkozás (mit lehet, mit nem, mit egyen)	19
súlyproblémák (mindkét irányba), mit adjon neki, hogy ne hízzon	9	különböző életkorban milyen élelmiszerek adhatóak és mennyi	11
vitaminbevitel (mit, mennyit, hogyan)	8	cukorbetegség	6
mi jó, mi nem, mi adható neki	8	allergia, érzékenység	5
fogyókúra	7	beteg gyerek diétája	5
szorulás, székrekedés	6	fogyókúra	5
mennyit és mit lehet	5	székrekedés	5
betegség esetén táplálkozási tanács	3	válogatós gyerek	5
csecsemőknél az időszakok bevezetései (mit, mikor)	3	sok nassolni való	5

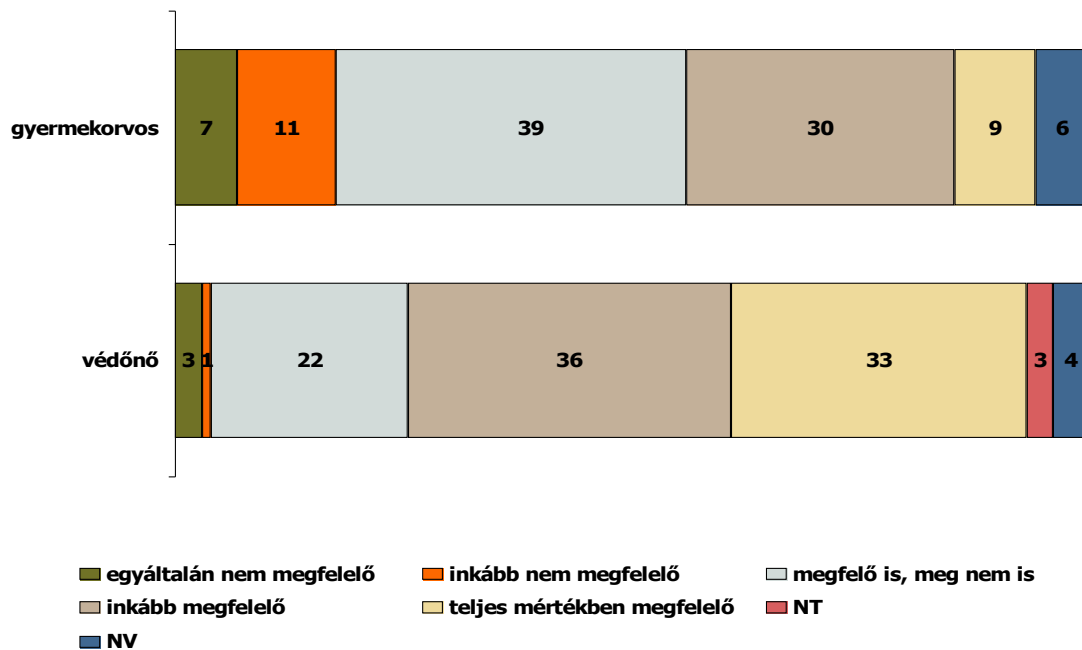
válogatós a gyerek életkornak megfelelő táplálkozással kapcsolatban	3	vitaminbevitel	4
kalóriamennyiség bevitel	3	étvágytalan gyermek	4
egészséges táplálkozás	3	nem evés vagy túl sok evés	4
ételek összetevői	2	Rostban dús termékek	4
nem reggelizik	2	tej, tejtermékek	4
nem eszik főtt ételt	2	anyatej fogyasztása	2
mennyi zsír, cukor	2	lisztérzékenység	2
csak probléma esetén jönnek	2	túlzott soványság	2
		testmozgás	2

2. táblázat: A gyermek táplálkozásával kapcsolatban pontosan mit kérdeznek a szülők? (%)

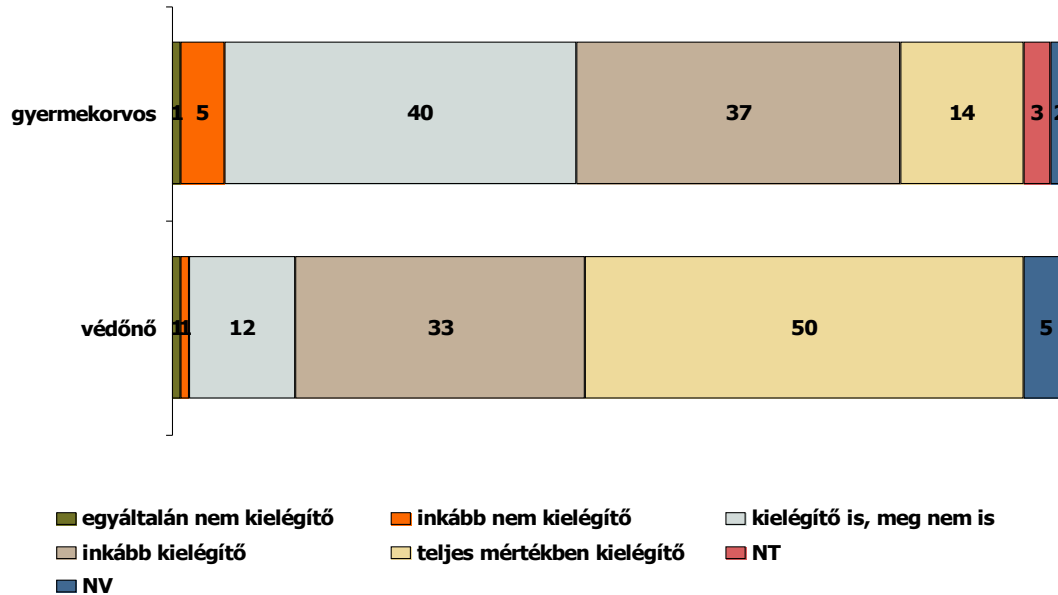
A szülők ismereteit az egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozással kapcsolatban a gyermekorvosok legnagyobb arányban inkább közepesnek, vagy nem kielégítőnek tartják. 1-5-ig terjedő skálán mért átlagérték az orvosok szerint 2,72, és a védőnők is közepesnek értékelték a szülők ismereteit, átlagban: 2,80. A védőnők közel 60%-a ugyancsak közepesnek ítéli meg a szülők ismereteit, tudását, illetve 15% rossznak, azonban közülük 14% jó tapasztalatokkal rendelkezik e téren.

A szülők ismereteiben lévő hiányosságok közül a gyermekorvosok legnagyobb arányban (22%-uk) az egyes ételek túlzott fogyasztását említették, ahol konkrétan az édességekre, chipsekre, cukros levekre és tésztafélékre gondoltak. 20%-uk említette továbbá a szülők tudatlanságát, tájékozatlanságát, és azt, hogy nem fogyasztanak elég zöldséget és rostot (7%). A válaszadó orvosok 5%-ának véleménye szerint nincs hiányosság a szülők tudásában.

A védőnők véleménye szerint (22%-uk említette) túl sok szénhidrátot, édességet fogyasztanak és az egészségesnél kevesebb gyümölcsöt és zöldséget. A zöldségek helyett inkább tablettás vitaminokat szednek a szülők gyermekeikkel, a védőnők szerint a szülőknek alapvető ismereteik gyakran hiányoznak, és nincs is idejük a gyermek egészséges táplálkozására odafigyelni. A válaszadó védőnőknek csupán 3%-a említette azt, hogy szerinte nincs hiányosság a szülők tudásában, ismereteiben.



4. ábra: Hogyan jellemezné a gyermekek iskolai tájékoztatását az egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozásról? (%)



5. ábra: Hogyan jellemezné az Ön szerepét a gyerekek egészséges, kiegyensúlyozott étkezéséről való tájékoztatásáról? (%)

Az orvosok a gyermekek iskolai tájékoztatását átlagosan 3,24-re értékelték 1-5ig terjedő skálán, tehát közepesen megfelelőnek, illetve inkább megfelelőnek tartják.

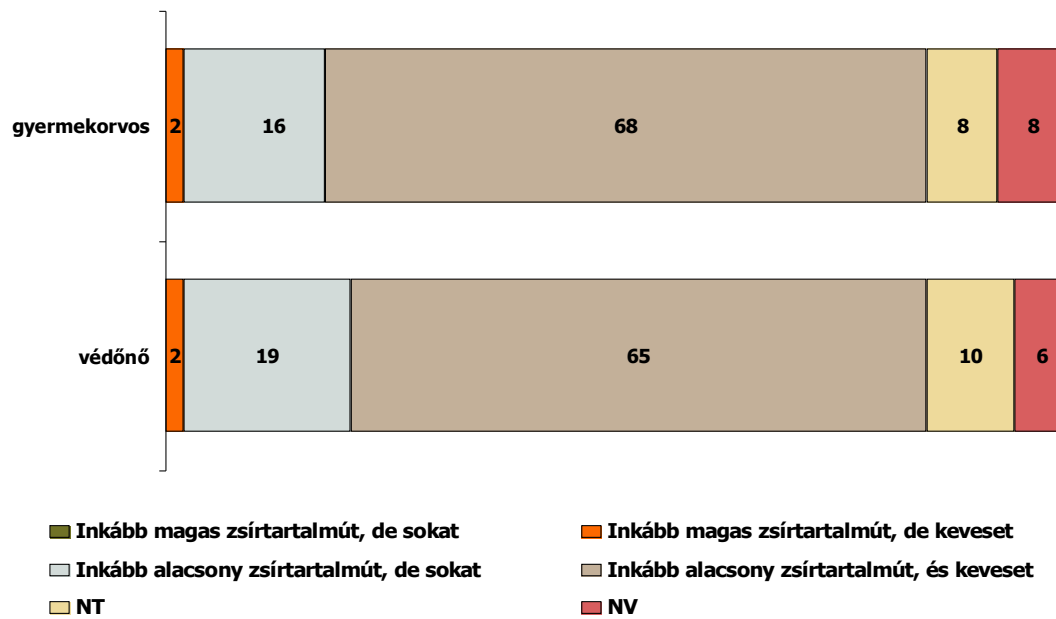
Saját tájékoztatásban nyújtott szerepüket pedig átlagosan 3,6-ra értékelték, tehát inkább kielégítőnek, vagy teljes mértékben kielégítőnek tartják. A védőnők sokkal jobbra, átlagos 4,00-ra értékelik a gyermekek iskolai tájékoztatását a kiegyensúlyozott táplálkozásról, az orvosokhoz képest, ők sokkal nagyobb arányban tartják azt teljes mértékben megfelelőnek. Az étkezéssel kapcsolatos tájékoztatásban az orvosok fele tartja kielégítőnek saját szerepét, a védőnők esetében pedig ez az arány magasabb, mint 80%, átlagérték: 4,34.

Mind az orvosok, mind pedig a védőnők véleménye azt tükrözi, hogy a szülők közepesen, vagy inkább nem figyelnek oda gyermekük helyes táplálkozására (1-5-ig terjedő skálán átlag: 2,86 és 2,81).

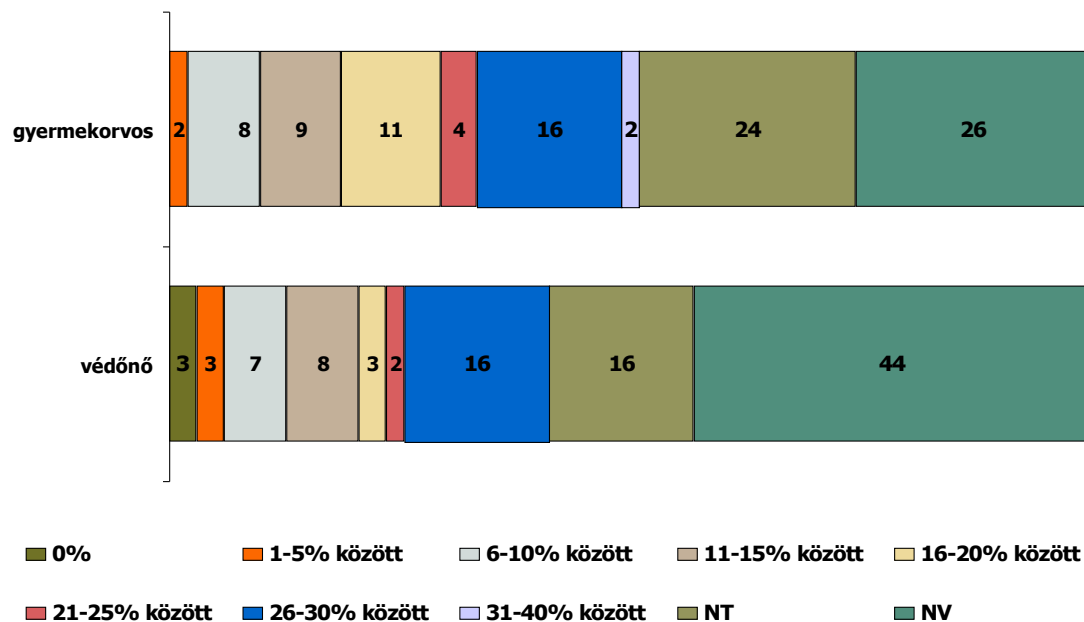
A szakértők véleménye nagyon egyhangúan azt mondja, hogy tapasztalataik szerint a szülők tisztában vannak azzal, hogy gyermekük napi energiaszükségletének hány százalékban kell zsiradékban fogyasztaniuk. Az orvosok 95%-a gondolja így, még a védőnőknek 92%-a.

5. Szakértők javaslatai az egészséges táplálkozással kapcsolatban

A legtöbb szakértő javaslata szerint a gyermekeknek inkább alacsony zsírtartalmú és kevesebb mennyiségű táplálékot kellene fogyasztaniuk, néhányuk szerint pedig az alacsony zsírtartalmú, de nagyobb mennyiségű táplálékbevitelre lenne szükség kiskorúak esetében. A megkérdezettek közel 16%-a nem válaszolt, vagy nem tudott válaszolni a kérdésre (6. ábra).

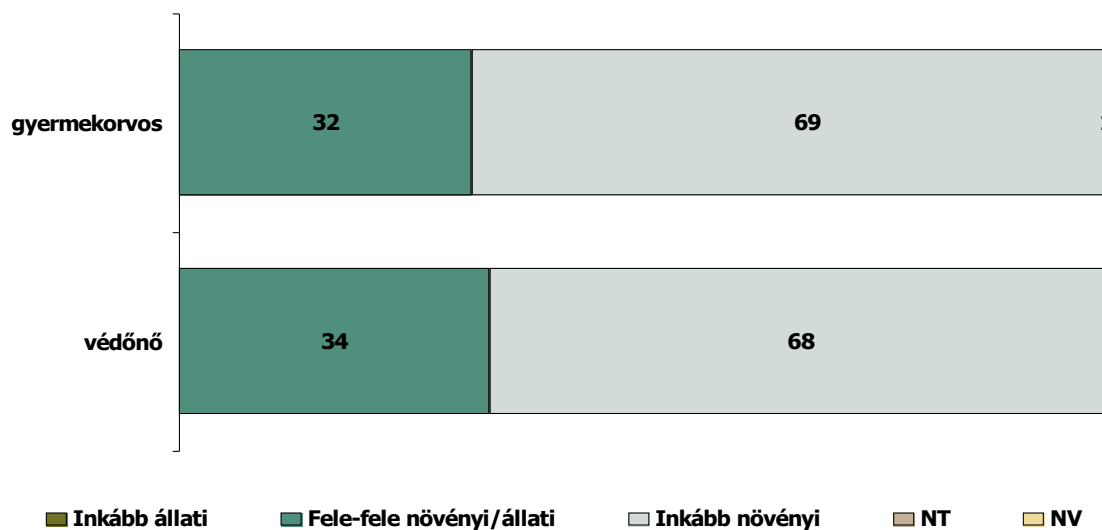


6. ábra: Ön mit javasol, hogy inkább magas, vagy alacsony zsírtartalmú ételeket egyenek a gyerekek? (%)



7. ábra: Ön mit szokott javasolni a szülőknek, a gyermekek a napi energiaszükséglet mekkora százalékát fogyaszthatják el zsiradék formájában? (%)

Általánosságban elmondható, hogy a megkérdezett orvosok és védőnők nagy aránya (49% és 59%-uk) nem tudja megmondani pontosan, hogy a gyermekek a napi energiaszükséglet hány százalékát fogyaszthatják el zsiradék formájában. Ahogyan az a 7. ábrán is látszik, az orvosok és védőnők is leginkább a 26-30 % közötti zsiradékarányt említették.



8. ábra: Ön mit gondol, inkább növényi vagy inkább állati zsírokat érdemes fogyasztaniuk a 6-12 éves korú gyermekeknek? (%)

Az orvosok és védőnők 2/3-a inkább növényi zsiradékok fogyasztását javasolja, 1/3-uk pedig fele-fele arányban a növényi és állati zsiradékokat. A szakértők ezzel szemben úgy érzik, hogy a szülők nincsenek tisztában a telítetlen zsírsavak szerepével (az orvosok 78%-a, védőnőknek pedig 77%-a gondolja így).

A telítetlen zsírsavak előnyei és hátrányai az orvosok véleménye alapján az alábbi (3.) táblázatban láthatóak.

Előnyök	Válaszadók %-a említette
segít az érlelmeszesedés kialakulásának megelőzésében	18
segít a magas vérnyomás kialakulásának megelőzésében	13
jó elhízás ellen	13
kevésbé emeli a koleszterinszintet	10
szükséges a fejlődéshez	10
egészségesebb	8
könnyebben emészthető	5
jobb koncentráció képesség	5
jobb felszívódás	4
kiegyensúlyozottabb anyagcsere	4
nincs	3
könnyebb vitaminfelszívódást tesz lehetővé	3
szövődmények megelőzése	2
kevesebb bőrgyógyászati probléma	1
kevésbé ártalmas	1
Hátrányok	Válaszadók %-a említette
NT	40
NV	25
nincs	19
túlsúly	5
koleszterin szint emelkedést okozhat	4
ha túl sok a fogyasztás, akkor szív és érrendszeri betegség, valamint diabétesz alakulhat ki	3
mesterséges táplálékok hátrányai	1
zsírlerakódás	1
drága	1
kiszorítja a telített zsírok lehetőségét	1

3. táblázat: A telítetlen zsírsavak fogyasztásának előnyei és hátrányai a gyermekek étkezésében az orvosok véleménye alapján (%)

A telítetlen zsírsavak előnyeit és hátrányait a védőnők véleménye alapján az alábbi (4.) táblázat mutatja be.

Előnyök	Válaszadók %-a
----------------	-----------------------

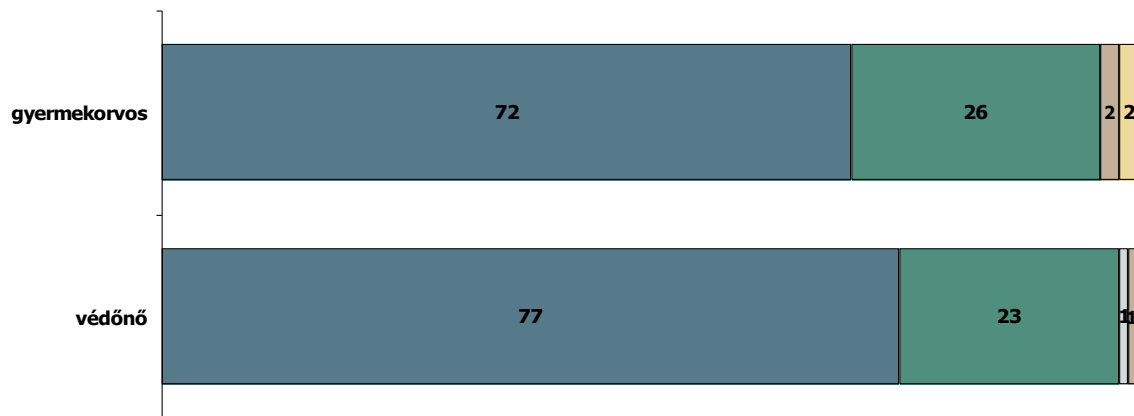
	említette
nem tudja	9
nincs válasz/vélemény	5
könnyebb emészteni/könnyebb felszívódás	27
érrendszerre vigyáz/érrendszeri betegségek megelőzése	24
nem híznak tőle/elhízás megelőzése	19
koleszterinszint helyesen alakul	10
egészségesebb	8
szívproblémák megelőzése	8
szervezet működéséhez szükséges	7
érfalakat kevésbé károsítja	7
Betegségek megelőzése	5
magas vérnyomás megelőzése/vérnyomás helyesen alakul	4
fejlődéshez szükséges	4
idegrendszer fejlődéséhez/működéséhez szükséges	3
Energia/egészséges élethez kell	3
telítettség érzése	1
hozzátartozik a vegyes táplálkozáshoz	1
Hátrányok	Válaszadók %-a említette
nem tudja	35
nincs válasz/vélemény	23
nincs hátrány	24
túlzott fogyasztása káros	8
elhízás kockázata	4
veszélyes lehet, ha csak ilyen fogyaszt/betegség alapja	4
arányt kell megtalálni	2
testmozgás	1
genetikai adottságokra figyelni	1
rák kialakulása	1
szív, érrendszer	1

4. táblázat: A telítetlen zsírsavak fogyasztásának előnyei és hátrányai a gyermekek étkezésében a védőnők véleménye alapján(%)

A telítetlen zsírsavakat tartalmazó élelmi anyagok, nyersanyagok közül a védőnők legnagyobb arányban a margarin (megkérdezettek 32%-a említette), a hal (29%), az olíva olaj (27%), a hidegen sajtolt növényi olaj (25%), a szárnyasok, fehér húsok, sovány húsok (28%) javasolt fogyasztását említették. Néhányan azonban az olajos

magvak, zöldségek, gyümölcsök, müzlik, szójás, csírás ételek, teljes kiőrlésű termékek étkezési szokásokba való beillesztését is jónak tartanák.

Az orvosok közül legtöbben (37%) a halak fogyasztását javasolják, ezután fontos telítetlen zsírsavakat tartalmazó élelmi anyagnak tartják az olíva olajat (28%), a margarint (21%), a növényi olajat (15%), és ajánlják még a fehérhúsokat, olajos magvakat, illetve a sok gyümölcsöt és zöldséget.



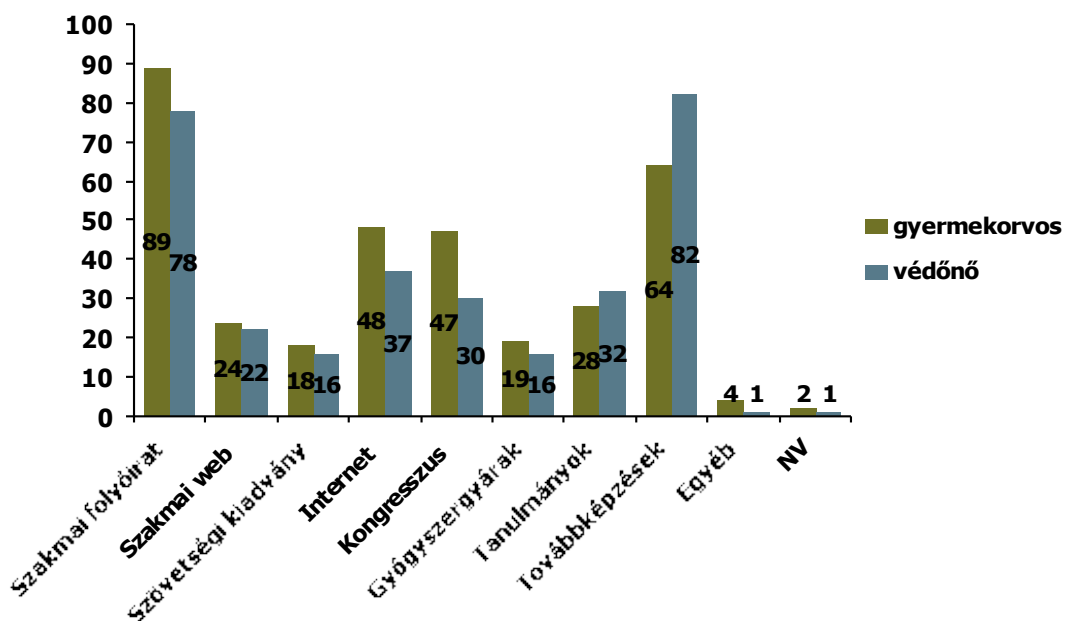
- Nagyobb energia-bevitel reggeli és tízórai esetén, majd csökkenő mennyiségben ebéd-től vacsoráig
- Egyenletesen elosztva minden étkezésre
- Alacsonyabb energia-bevitel reggeli és tízórai esetén, majd egyenletesen növekvő arányban vacsoráig
- NT
- NV

9. ábra: Ön mit javasol, mely étkezésekkel milyen arányban érdemes a napi energia-bevitelt biztosítani a gyerekek számára? (%)

Az orvosok és védőnők a napi energia-bevitel arányaival kapcsolatban döntő többségben úgy vélekednek, hogy nagyobb energia-bevitelre van szükség reggeli és tízórai esetén, majd csökkenő mennyiségben ebéd-től vacsoráig.

6. Információforrások, szervezetek, kezdeményezések a témával kapcsolatban

Az alábbiakban a szakértők információforrásaival kapcsolatban, az adott - általuk ismert intézmények és kezdeményezések - hitelességének értékelésével, a hiányosságokkal kapcsolatban nyújtunk információt. Kiemelt kérdésként értékeljük a Nagyranövök Mozgalom ismertségét és hitelességének véleményezését.



10. ábra: Ön honnan szereznek információt a gyermekek táplálkozásával kapcsolatban? (%)

A szakorvosok legnagyobb arányban az internetről, a szakmai folyóiratokból és továbbképzések alkalmával tájékozódnak. A védőnők velük ellentétben kevésbé veszik igénybe az internet nyújtotta e célú szolgáltatásokat, leginkább szakmai folyóiratokból és tanulmányokból tájékozódnak, illetve továbbképzések alkalmával. Egyéb információforrásként néhányan említették a védőnők közül az orvoslátogatókat, a gyermekorvosokat és más orvos ismerősüket.

A témával kapcsolatban más, további információforrásokra igény lenne még mind az orvosok, mind a védőnők részéről. Az alábbi 2 táblázatban összefoglaltuk a megkérdezettek által kapott válaszokat.

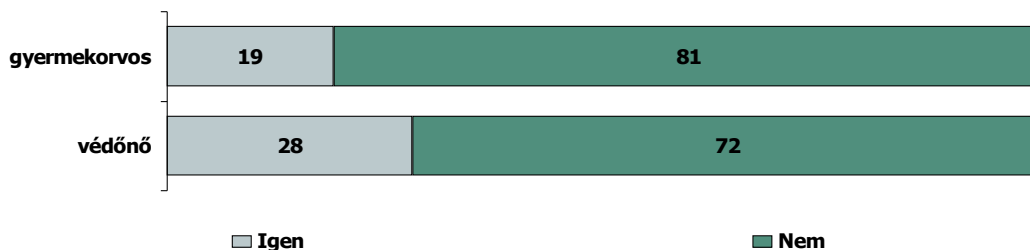
A gyermekorvosok által adott válaszok	Válaszadók %-a
Nem tudja	41
Nem válaszolt	29
sem mire	7
élelmiszerek összetételéről pontosabb tájékoztatás	3
szülőknek adható szórólapok, kiadványok	3
több idő	2
médiában többet szerepeljen	2
részletes információs füzetek	2
csak ezzel foglalkozó könyv korosztályokra lebontva	1
továbbképzés	1
diétás könyv	1
filmek	1
gyermekgyógyászat	1
Hírvivő	1
következtetést kelljen javítani	1
képzett dietetikusok	1
konferenciák	1
orvoslátogatók	1
összefoglaló füzetek konkrétumokkal (mire jó, miben található)	1
több gyakorlati információ, adat	1
órarendbe be kellene iktatni	1
tanácsadás	1
több személyes találkozó hiteles emberekkel	1

5. táblázat: Egyéb információforrásokra való igény orvosok részéről (%)

A védőnők által adott válaszok	Válaszadók %-a
---------------------------------------	-----------------------

Nem tudja	46
Nem válaszolt	22
jó minőségű osztható szórólap (gyereknek, szülőknek)	7
nincs	5
szakmai továbbképzések	5
ezek elegendőek	4
folyóirat	3
Internet elérés minden védőnőnek	2
összefoglaló/összesítő kiadvány (csecsemőkortól 18 éves korig)	2
több szakmai nap, konferencia	3
ANTSZ	1
TV reklámok erről	1
gyereknek több foglalkozás (ehhez segítség)	1
diétás táborok	1
konkrét receptek	1
országos felmérések	1
módszertani levelek	1
postai úton történő tájékoztatás	1

6. táblázat: Egyéb információforrásokra való igény védőnők részéről (%)



11. ábra: Ismer-e Ön a gyermekek egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozásával, étkezési szokásaival foglalkozó szervezetet? (%)



12. ábra: Ismer-e Ön a gyermekek egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozásával, étkezési szokásaira irányuló kezdeményezéseket, programokat? (%)

Az egészséges, kiegyensúlyozott táplálkozással, étkezési szokásokkal foglalkozó szervezetek, kezdeményezések ismertsége nem túlzottan magas a szakorvosok és védőnők körében. Programokról és kezdeményezésről a megkérdezettek közel fele hallott már, vagy ismeri azokat. Szervezetet pedig még kevesebben ismernek.

Azok közül, akik korábban említették, hogy ismernek ilyen szervezetet, név szerint a válaszadók az alábbiakat említették (7. táblázat).

Gyermekorvosok által említett szervezetek, programok	Fő
Dietetikusok Egyesülete	7
különböző táborok	5
OEFI	4
helyi szervezések	3
Védőnők Országos Hálózata	3
Heim Pál gyermekkórház	1
ÁNTSZ	1
Biokultúra Egyesület	1
Duci tábor	1
Elhízástudományi Társaság	1
Idefigy Program	1
HGF	1
Védőnők által említett szervezetek, programok	
védőnők iskolai kezdeményezései, vetélkedők	14
(Nestlé) Nutrikid	9
ÁNTSZ	3
Magyar Dietetikusok Szövetsége	2
Kaposi Mór Kórház életmód programja	1
Egészséges Táplálkozásért Program	1
alma automata	1
OEFI kezdeményezte, de nem tudja a nevét	1
elhízás elleni alapítvány	1
Gyermekétkeztetési Alapítvány	1
Heim Pál fogyókúrás tábora	1
Nagycsaládosok Országos Egyesülete is szervez	1
táplálkozási fórum	1
Országos Gyermekétkeztetési Intézet	1
Szívbarát Alapítvány programja	1
WHO	1
Táplálkozástudományi Intézet	1
Liaztérzékenyek Országos Egyesülete	1
Szolnoki Iskolavédőnők Egyesülete - vetélkedők	1

7. táblázat: Gyermekorvosok és védőnők által említett szervezetek és programok (fő)

Az általuk ismert kezdeményezéseket hitelesnek tartják (teljes mértékben, vagy inkább hitelesnek; gyermekorvosok átlag: 3,98, védőnők átlag: 4,4).

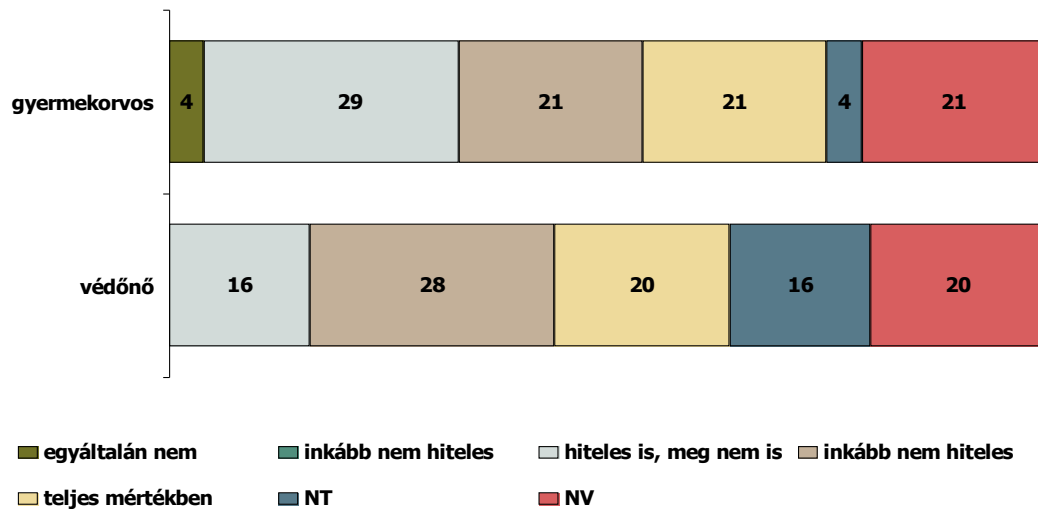
A gyermekek életmódjára, táplálkozására irányuló kezdeményezés, program hitelességének jellemzőit, szükségszerű feltételeit a válaszadók különféleképpen fogalmazták meg. A 8. táblázatban olvashatók ezek a válaszok.

Gyermekorvosok a programok hitelességéről	Fő
NT	13
NV	8

szakmai felkészültség	26
minél több emberhez eljusson, akár a médián keresztül	12
fontos és mérhető eredménye van	10
be kell vonni a szülőket	7
eljusson a gyerekekhez	7
példamutatás	3
egészség van a központban	3
következetes legyen	2
non-profit	2
mindenki számára érthető legyen	2
hosszú távú legyen	1
személyre szabott	1
jól szervezett	1
megfelelő anyagi alap	1
egész életmódra kiterjedő, nem csak a táplálkozásra	1
Védőnők a programok hitelességéről	
NT	13
szakmai felkészültség	28
ha kézzel fogható dolgok vannak benne (gyakorlat is)	17
felkelti a gyermekek érdeklődését	16
kezdemenyező/szervez pozitív példát mutat	13
szülők is foglalkoznak vele, betartják	8
iskola is alkalmazza	7
minél több emberhez jusson el a médián keresztül	7
rendszeres, folyamatos programok	6
kóistolók	5
tudományos kutatás háttérben	3
védőnői támogatás	3
előző kampányokból visszajelzés	2
több szervezet összefogása	2

8. táblázat: Gyermekorvosok és védőnők szervezetek és programok hitelességéről (fő)

Az Országos Egészségfejlesztési Intézet által támogatott Nagyranövök Mozgalomról a megkérdezett orvosok 27,5%-a hallott már, a védőnőknek pedig ¼-e.



13. ábra: Mennyire tartja hitelesnek az OEFI által támogatott Nagyranövők Mozgalmat? (%)

Azok közül, akik már korábban hallottak a Mozgalomról az orvosok közepesen hitelesnek, illetve hitelesnek tartják, a védőnők is hasonló véleményen vannak. Habár a megkérdezettek az előző kérdésben azt válaszolták, hogy ismerik az OEFI által támogatott mozgalmat, hitelességéről közel 30%-uk nem tudott választ adni, vagy nem adott választ.

Spontán válaszként az alábbi táblázatban található jellemzéseket, leírásokat, ismereteket említették a válaszadók (9. táblázat):

Gyermekorvosok által adott válaszok

NT

Fő

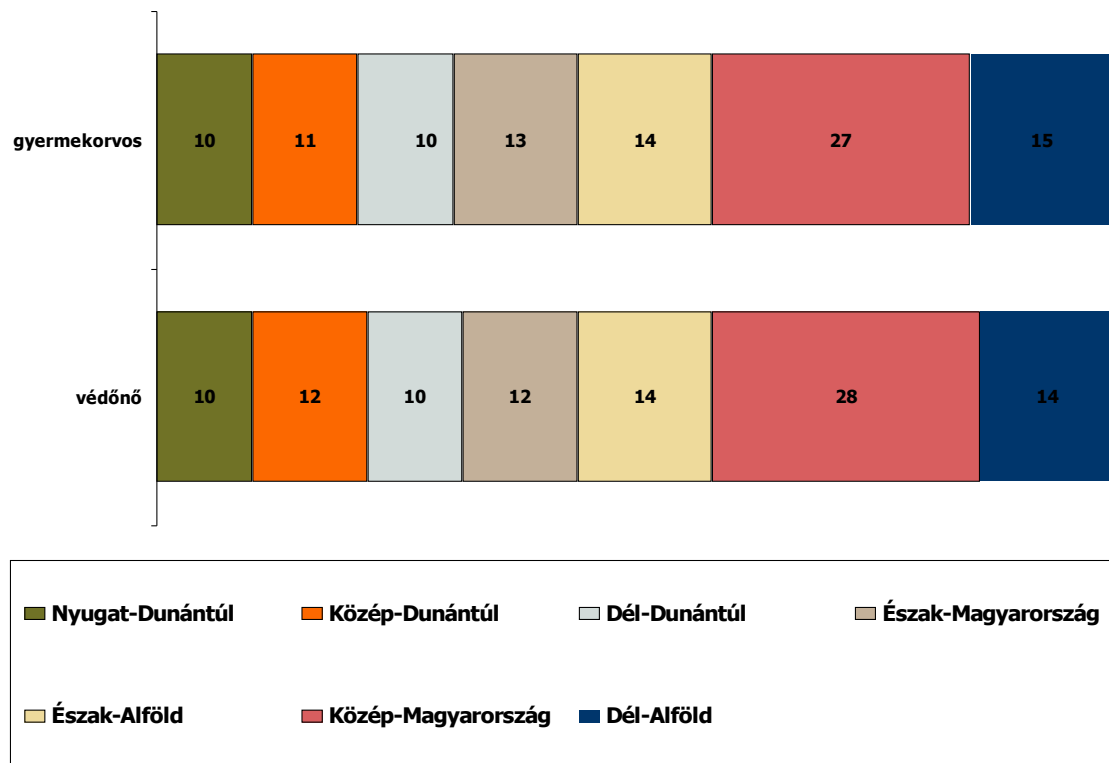
10

csak hallomásból ismeri	5
gyermek élelmezésével,fejlődésével kapcsolatos a mozgalom	2
Egészséges táplálkozás hangsúlyozása	2
táplálék arányainak megválasztása, minőségi táplálékok, szívbarát margarin	2
csak arról hallott, hogy elindult a tevékenységük	1
egészséges életmód, indexek	1
iskolai büfékben hirdetnek	1
nagyon jó	1
nem jut el a gyerekekhez annyira amennyire kellene	1
prospektusokat, mérőszalagokat küldenek	1
szűk körben mozog, jobban el kellene terjeszteni	1
valamelyik margarinmárka bevonásával hirdetik	1
Védőnők által adott válaszok	Fő
NT	28
csak névről ismeri	10
csak szóróanyagot olvasott	2
előadáson hallott róla	2
egészséges táplálkozásról szól gyermekek körében	2
növényi zsiradék fogyasztását kezdeményezik, szorgalmazzák	1
Iskolásoknak szól	1
nem volt naprakész az étkezési szokásokban	1
nincs mögötte kortárs segítség	1
9. táblázat: Gyermekorvosok és védőnők ismeretei a Nagyranövök Mozgalomról (fő)	

7. Demográfia

A válaszadó orvosok 23%-a férfi, és 77%-uk nő, a védőnők teljes elemszáma a női populációból származik.

Az általunk megkérdezett orvosok átlagosan 29 éve praktizálnak, a védőnők pedig 20 éve tevékenykednek. A magyarországi regionális megoszlás az alábbi táblázatban látható összefoglalva.



14. ábra: A megkérdezettek regionális eloszlása (%)