

WPŁYW PREFERENCJI SMAKOWYCH NA RYZYKO NADWAGI I OTYŁOŚCI U DZIECI I MŁODZIEŻY

1. STRESZCZENIE

Wstęp

Podobnie jak w innych krajach w Polsce na przestrzeni ostatnich lat obserwuje się znaczący wzrost liczby dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała. Otyłość jest poważnym problemem zdrowia publicznego, gdyż przyczynia się do zwiększonej chorobowości i śmiertelności. Zwyczaje i nawyki żywieniowe, które odgrywają szczególną rolę w profilaktyce nadwagi i otyłości się najczęściej kształtowane w młodym wieku. O tym czy coś zostanie zaakceptowane jako pokarm obok czynników środowiskowych czy ekonomicznych decydują w znacznej mierze preferencje pokarmowe. Kształtowanie preferencji smakowych a zarazem pokarmowych jest szczególnie intensywne w okresie wczesnego dzieciństwa. Wrażliwość sensoryczna aparatu rozpoznawania smaków jest cechą indywidualną, która może wpływać na postrzeganie produktów żywnościowych i codzienne wybory dotyczące spożywanych pokarmów. Preferowanie smaków o wyraźnie słodkim i tłustym smaku może mieć wpływ na zwiększone spożycie żywności o wysokiej gęstości energetycznej co w konsekwencji może wpływać na ryzyko zwiększonej masy ciała. W dostępnym piśmiennictwie istnieje niewiele doniesień dotyczących wpływu preferencji smakowych na ryzyko nadwagi i otyłości u dzieci. W związku z tym zasadne jest dokonanie szczegółowej analizy zależności preferencji smaku słodkiego i tłustego z nadmierną masą ciała dzieci i młodzieży.

Cel pracy

Celem pracy było zbadanie wpływu preferencji smaku słodkiego i tłustego na ryzyko wystąpienia nadmiernej masy ciała u dzieci i młodzieży. Celem badań było również ustalenie innych możliwych czynników, które mogą mieć wpływ na preferencje smakowe, a w efekcie na powstawanie nadwagi i otyłości u dzieci i młodzieży.

Materiał i metody

Badaniem objęto grupę 150 dzieci w wieku 8-15 lat, z terenu województwa podkarpackiego. Grupę badaną stanowiło 75 dzieci, które ze względu na swoje parametry antropometryczne zostały zakwalifikowane jako osoby z nadmierną masą ciała. Grupę porównawczą stanowiło 75 dzieci, których nie zakwalifikowano do tej grupy (dobraną pod względem wieku i płci w stosunku do grupy badanej).

Zostały przeprowadzone dwa testy sensoryczne zgodnie z metodologią badania: *Sensory preference test for the sweet and fatty taste* i *Measuring the perceived sweet and fat taste intensity of children, adolescence and their parents*, które są częścią europejskiego projektu: *Determinants of eating behaviour in European children, adolescents and their parents* prowadzonego pod patronatem Konsorcjum I.Family.

Dokonano trzykrotnego pomiaru podstawowych parametrów antropometrycznych: wysokości oraz masy ciała. Wśród rodziców i dzieci rozprowadzono ankiety: „Kwestionariusz dotyczący diety dziecka dla rodzica”. „Kwestionariusz preferencji artykułów żywnościowych i napojów”.

Analiza statystyczna wyników badań została wykonana za pomocą programu statystycznego Statistica 10.1 PL, z zastosowaniem najczęściej stosowanych reguł dla wartości prawdopodobieństwa testowego

Wyniki

Preferencje smaku tłustego i słodkiego zarówno w teście 1 jak i teście 2 korelują z nadmierną masą ciała. Analizy statystyczne wykazują wpływ preferencji smaku tłustego na ryzyko wystąpienia otyłości ($p = 0,0178^*$). W przypadku smaku słodkiego istotność statystyczną ($p = 0,0338^*$) uzyskano w zależności preferencji smaku i wystąpienia nadwagi bądź otyłości. Analiza jednoczesnej oceny preferencji obydwu smaków na występowanie nadmiernej masy ciała w podziale na trzy grupy również przynosi istotne korelacje ($p = 0,0100^*$). Podobnie jak w przypadku dzieci, preferowanie przez matki smaku słodkiego predysponowało je do bycia otyłym - w teście nr 1 ($p = 0,0011^{**}$) i w teście nr 2 ($p = 0,0004^{***}$). Wykazano wpływ preferencji smaku tłustego rodziców na masę ciała dzieci. Im bogatsze w tłuszcz próbki były wybierane przez matki tym większy był odsetek dzieci z otyłością. Wyniki wskazują, że wrażliwość na natężenie bodźców smakowych dzieci jest zależna od percepcji smakowej matek. Częstość występowania nadwagi lub otyłości (a także samej otyłości) dzieci zależy w sposób bardzo wyraźny od występowania nadwagi lub otyłości u rodziców ($p = 0,0000^{***}$).

Wnioski

1. Istnieje związek pomiędzy preferencjami smaku słodkiego i tłustego a masą ciała. Dzieci preferujące smak słodki bądź smak tłusty a także słodki i tłusty charakteryzowały się większą masą ciała
2. Nie wykazano różnic we wrażliwości smakowej na smak słodki i tłusty dzieci z nadmierną masą ciała w porównaniu do dzieci z prawidłową masą ciała.
3. Dzieci wykazują silniejsze preferencje smaku słodkiego w porównaniu do ich matek
4. Istnieje związek pomiędzy preferencjami smaku słodkiego i tłustego a masą ciała matek dzieci. Matki preferujące smak słodki bądź smak tłusty charakteryzowały się większą masą ciała
5. Wrażliwość na natężenie bodźców smakowych dzieci jest zależna od percepcji smakowej matek
6. Preferencje smaku tłustego matki wiążą się z ryzykiem nadwagi i otyłości u dzieci.
7. Nadwaga i otyłość rodziców w sposób istotny wpływa na występowanie nadwagi i otyłości u dzieci.

Słowa kluczowe: dzieci, percepcja smakowa, preferencje smakowe, nadwaga i otyłość