



PREFERENCJE I CZĘSTOTLIWOŚĆ SPOŻYCIA PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH PRZEZ PIELEŃNIARKI W TRAKCIE DYŻURÓW NOCNYCH

mgr inż. Monika Przeor¹

dr inż. Zuzanna Goluch-Koniuszy²



¹*Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu, Wydział Nauk o Żywności i Żywieniu,
Katedra Technologii Żywności Człowieka*

²*Zachodniopomorski Uniwersytet Technologiczny w Szczecinie, Wydział Nauk o
Żywności i Rybactwa, Zakład Fizjologii Żywności Człowieka*



Poznań University of Life Sciences



Zachodniopomorski
Uniwersytet
Technologiczny
w Szczecinie

51 PIELEŃNIAREK

41
31-50 LAT

10
51-65 LAT

Masa ciała Wysokość ciała Obwód talii

BMI (*Body Mass Index*)
WHR (*Waist to Hip Ratio*)

Badania ankietowe
CZĘSTOTLIWOŚĆ I PREFERENCJE SPOŻYCIA











BMI	31-50 lat		51-65 lat	
	n	%	n	%
< 16,0 niedożywienie III°	0	0,0	0	0,0
16,0 - 16,9 niedożywienie II°	0	0,0	0	0,0
17,0 - 18,4 niedożywienie I°	0	0,0	1	10,0
18,5 - 19,9 niska masa ciała	6	14,6	0	0,0
20,0 - 24,9 normowaga	17	41,5	2	20,0
25,0 - 29,9 otyłość I°	13	31,7	6	60,0
30,0 - 39,9 otyłość II°	5	12,2	1	10,0
≥ 40 otyłość III°	0	0,0	0	0,0

	31-50 lat		51-65 lat	
Masa ciała [kg]	66,8 ± 10,2		65,7 ± 9,8	
Wysokość [cm]	164,0 ± 5,6		160,0 ± 3,5	
BMI [kg/m ²]	24,9 ± 3,8		25,7 ± 3,9	
WHR [cm]	0,81 ± 0,06		0,84 ± 0,06	
WHR	31-50 lat		51-65 lat	
	n	%	n	%
< 0,85 brak otyłości wisceralnej	32	78,0	5	50,0
≥ 0,85 otyłość wisceralna	9	22,0	5	50,0

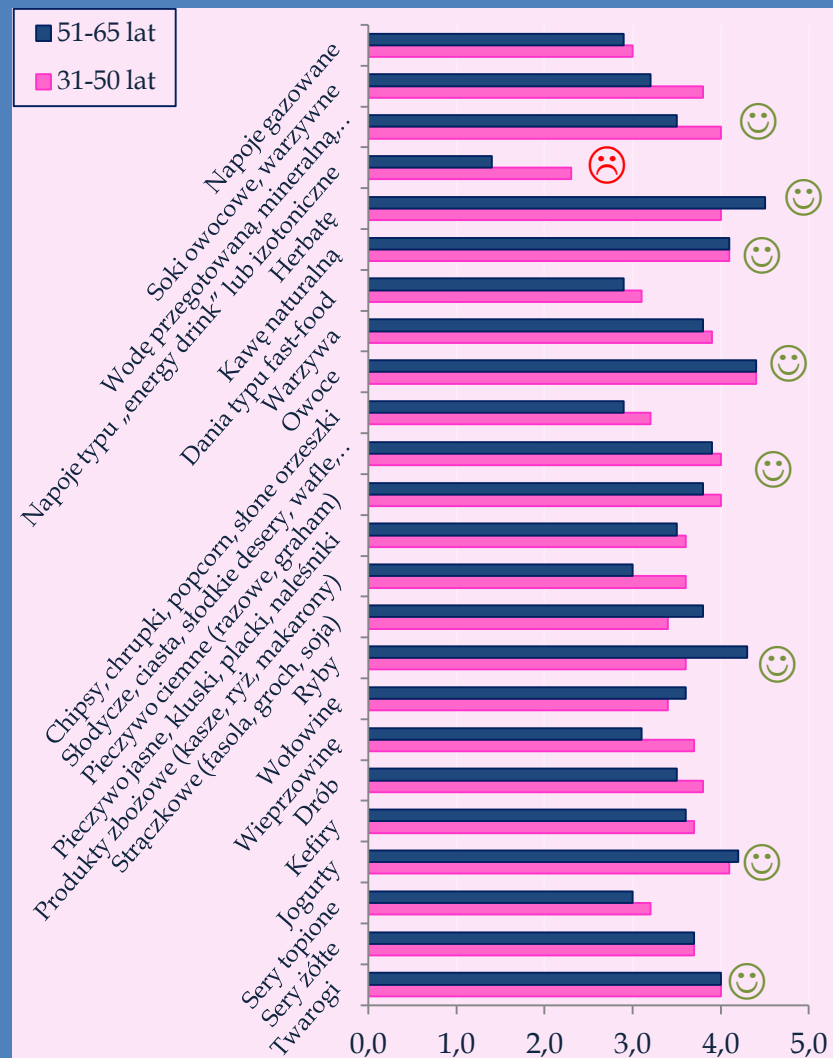
CZĘSTOTLIWOŚĆ SPOŻYCIA

Jak często spożywa Pani NA „NOCCE” podane produkty i czy je Pani lubi?

Produkty	Częstotliwość spożycia X ± SD	
	31-50 lat	51-65 lat
Twarogi	1,9 ± 1,1	2,0 ± 1,7
Sery żółte	1,7 ± 0,9	1,3 ± 0,4
Sery topione	1,4 ± 1,4	1,1 ± 0,5
Jogurty 	2,6 ± 0,4	3,2 ± 1,0
Kefiry	1,6 ± 1,2	2,0 ± 0,2
Drób	1,4 ± 1,7	1,4 ± 0,4
Wieprzowinę	1,5 ± 1,3	1,1 ± 0,5
Wołowinę	1,1 ± 2,1	1,0 ± 0,7
Ryby	1,3 ± 1,7	1,2 ± 0,5
Strączkowe (fasola, groch, soja)	1,0 ± 2,6	1,0 ± 0,5
Produkty zbożowe (kasze, ryż, makarony)	1,2 ± 1,7	1,1 ± 0,5
Pieczywo jasne, kluski, placki, naleśniki	1,4 ± 1,4	1,1 ± 0,5
Pieczywo ciemne (razowe, graham) 	2,2 ± 0,7	1,5 ± 0,3
Słodycze, ciasta, słodkie desery, wafle, kisiele, budynie 	2,1 ± 0,7	1,7 ± 0,2
Chipsy, chrupki, popcorn, słone orzeszki	1,4 ± 1,3	1,1 ± 0,5
Owoce 	3,3 ± 0,4	3,7 ± 1,0
Warzywa 	2,3 ± 0,7	2,1 ± 0,2
Dania typu fast-food	1,4 ± 1,2	1,4 ± 0,5
Kawę naturalną 	3,2 ± 0,6	3,7 ± 1,5
Herbatę 	4,5 ± 1,4	4,6 ± 0,4
Napoje typu „energy drink” lub izotoniczne	1,0 ± 1,2	1,0 ± 0,4
Wodę przegotowaną, mineralną, niegazowaną 	3,6 ± 0,6	4,1 ± 0,2
Soki owocowe, warzywne	2,1 ± 0,7	1,2 ± 0,5
Napoje gazowane	1,2 ± 1,7	1,0 ± 0,8

1- nigdy, 2- rzadko, 3- czasami, 4- często, 5- zawsze;

PREFERENCJE SPOŻYCIA



1- bardzo nie lubię
2- nie lubię
3- średnio lubię
4- lubię
5- bardzo lubię

Obserwacje i wnioski

U badanych pielęgniarek wykonujących pracę zmianową zaobserwowano każdorazowe spożywanie herbaty oraz częste picie kawy w trakcie dyżurów nocnych.

Również podczas dyżurów nocnych badane kobiety czasami spożywały wodę niegazowaną, owoce, jogurty, rzadziej słodczy, i były to produkty przez nie preferowane.

Prawie w ogóle pielęgniarki nie spożywały wołowiny, ryb, strączkowych, produktów zbożowych, napojów gazowanych, dań typu *fast-food*.

Spożycie słodczy, ciast oraz pieczywa było rzadkie w obu grupach, jednak częściej przyznawały się do tego kobiety z młodszej grupy wiekowej.

Pielęgniarki zdecydowanie nie preferowały napojów typu *energy drink* co miało odzwierciedlenie w braku spożycia.

Pielęgniarki pracujące zmianowo chcąc podtrzymać stan świadomości w trakcie pracy nocnej sięgają po tradycyjne napoje kofeinowe. Nie są zainteresowane „nowoczesnymi” napojami pobudzającymi. Jednocześnie aby mieć energię do pracy spożywają produkty, które lubią – nabiał, owoce i czasami słodczy. Tryb pracy wymusza na badanych pielęgniarkach spożywanie posiłków nocą.

Dziękuję za uwagę

