

Įvairių Lietuvos gyventojų grupių
faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo
įpročių **TYRIMAI 2019-2020**

dr. Albertas Barzda, dr. Roma Bartkevičiūtė
Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras
www.smlpc.lt

VMVT, 2020 12 10

Lietuvos **suaugusiųjų ir pagyvenusių** gyventojų
faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių
TYRIMAI

1997 m. – 18–64 m. (n=2182)

2002 m. – 18–64 m. (n=1931)

2007 m. – 19–64 m. (n=1936)

2014 m. – 19–75 m. (n=2213)

2019-2020 m. – 19–75 m. (n=2910)

19-75 M. GYVENTOJŲ MFA TYRIMAS, 2019-2020

SVSB

- **Respondentų atranka** apskrityje/savivaldybėse
- **Anketinė apklausa** (mitybos įpročiai, žinios apie mitybą ir FA, FA klausimynas)
- **FM tyrimas/apklausa**
- **Duomenų suvedimas** į suvedimo formas
- Suvestų **duomenų pateikimas SMLPC**

SMLPC

- **Imties nustatymas**
- Tyrimo **metodikos** parengimas, tyrimo atlikimo **mokymai**/seminaras
- Tyrimo **koordinavimas/konsultavimas**
- Suvestų **duomenų tvarkymas**
- Tyrimo **duomenų ANALIZĖ**, ataskaitos parengimas

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

3

19-75 M. GYVENTOJŲ MFA TYRIMAS, 2019-2020

Apklauso ANKETA (tyrimo IDALIS):

- I. Bendroji dalis
- II. Mitybos įpročiai
- III. Žinios apie mitybą
- IV. Žinios apie fizinį aktyvumą
- V. Fizinio aktyvumo įpročiai/FA klausimynas (GPAQ)

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

4

19-75 M. GYVENTOJŲ MFA TYRIMAS, 2019-2020

Tyrimo II DALIS:

- **FAKTINĖS mitybos (FM) tyrimas/apklausa**

Naudojantis FM **APKLAUSOS INSTRUKCIJA** ir Maisto produktų ir patiekalų porcijų nuotraukų **ATLASU** buvo apklausiami apie respondentų **maitinimąsi per praėjusią parą** (praėjusias 24 val.), **tiksliai užrašant** suvartoto patiekalo ar/ir **produkto kieki**

- **ŪGIO ir KŪNO MASĖS MATAVIMAS/SVĖRIMAS**
(**ūgio matuokliai, svarstyklės**)

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos
centras

5

19-75 M. GYVENTOJŲ MFA TYRIMAS, 2019-2020

Tyrimė **savanoriškai** dalyvavo 19-75 metų amžiaus asmenys.

Tiriamųjų **apklausa** vyko jų namuose tik tuomet, **jeigu respondentas sutiko** dalyvauti tyrimė.

Klausimynus pildė patys respondentai, **išskyrus faktinės mitybos apklausą, kai FM apklausos lapą pildė apklausėjas**. Prireikus pagalbos, apklausėjas galėjo padėti perskaityti klausimyno tekstą, nedarant įtakos respondento pasirinkimui.

Respondentai buvo informuoti, kad **apklausa yra anoniminė** (savo vardo, pavardės, kitos informacijos, leidžiančios identifikuoti respondentą, anketoje žymėti nereikia) ir duomenys bus analizuojami tik apibendrintai.

Respondentų buvo prašoma **atsakyti į visus** anketoje pateiktus klausimus.

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos
centras

6

Mokyklinio amžiaus **VAIKU** mitybos TYRIMAS, 2019-2020

Tyrimo objektas

Lietuvos bendrojo ugdymo mokyklas lankantys
1–12 klasių vaikai

Iš viso buvo ištirta ir įvertinta **4623 respondentų** mitybos ir fizinio aktyvumo įpročiai bei faktiška mityba

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

7

Mokyklinio amžiaus **VAIKU** mitybos ir FA TYRIMAS, 2019-2020

Tyrimus vykdanči įstaiga

- **Respondentų atranka** apskrityje/savivaldybėse
- **Anketinė apklausa** (mitybos įpročiai, FA klausimynas)
- **FM tyrimas/apklausa**
- **Duomenų suvedimas** į suvedimo formas
- Suvestų **duomenų pateikimas SMLPC**

SMLPC

- Imties nustatymas
- Tyrimo **metodikos** parengimas, tyrimo atlikimo **mokymai**/seminaras
- Tyrimo **koordinavimas/konsultavimas**
- Suvestų **duomenų tvarkymas**
- Tyrimo **duomenų ANALIZĖ**, ataskaitos parengimas

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

8

Mokyklinio amžiaus **VAIKU** mitybos ir FA TYRIMAS, 2019-2020

Tyrimus vykdanči įstaiga

- **Respondentų atranka** apskrityje/savivaldybėse
- **Anketinė apklausa** (mitybos įpročiai, FA klausimynas)
- **FM tyrimas/apklausa**
- **Duomenų suvedimas** į suvedimo formas
- Suvestų **duomenų pateikimas SMLPC**

SMLPC

- Imties nustatymas
- Tyrimo **metodikos** parengimas, tyrimo atlikimo **mokymai/seminaras**
- Tyrimo **koordinavimas/konsultavimas**
- Suvestų **duomenų tvarkymas**
- Tyrimo **duomenų ANALIZĖ**, ataskaitos parengimas

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

9

Mokyklinio amžiaus **VAIKU** mitybos ir FA TYRIMAS, 2019-2020

Apklauso ANKETA (tyrimo I DALIS):

- I. Bendroji dalis
- II. Mitybos įpročiai
- III. FA įpročiai

Tyrimo II DALIS:

- **FAKTINĖS mitybos (FM) tyrimas/apklausa**

Naudojantis FM **APKLAUSOS INSTRUKCIJA** ir Maisto produktų ir patiekalų porcijų nuotraukų **ATLASU** buvo apklausiamas apie respondentų (mokinių) **maitinimąsi per praėjusią parą** (praėjusias 24 val.), tiksliai užrašant suvartoto patiekalo ar/ir **produkto kieki**

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

10

Atliktų tyrimų duomenys

Mokinių mitybos įpročiai ir faktinė mityba

(ataskaita ir straipsniai žurnaluose)

bei

Suaugusių mitybos įpročiai ir žinios apie mitybą ir FA

(ataskaita ir straipsniai žurnaluose)

www.smlpc.lt

Suaugusių ir pagyvenusių faktinės mitybos tyrimų duomenys analizuojami

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

11

Ačiū už dėmesį!



Maisto suvartojimo duomenų tinklas

12