

Tengsl fæðuvals og lýsisneyslu meðal 11 ára barna

Kristín Jónsdóttir M.Sc. nemi (krj23@hi.is), Ingibjörg Gunnarsdóttir prófessor, Bryndís Eva Birgisdóttir dósent.

Rannsóknastofa í næringarfræði, Matvæla- og næringarfræðideild,
Heilbrigðisvísindasvið, Háskóli Íslands & Landspítali Háskólasjúkrahús

Inngangur

Góð næring er mikilvæg fyrir eðlilegan vöxt og þroska barna. Á Íslandi er lýsi hluti af fæðutengdum ráðleggingum. Eldri rannsóknir hafa sýnt að lýsisneysla er lítil meðal barna og unglunga á Íslandi.

Markmið

- 1) Að kanna hvort tengsl séu milli fæðuvals og lýsisneyslu.
- 2) Að kanna hvort félags- og efnahagslegir þættir tengist lýsisneyslu barna.
- 3) Að kanna hvort tengsl séu milli lýsisneyslu og framstöðu á hugrænum prófum.

Aðferðir

Verkefnið er hluti af stærri rannsókn sem kallast ProMeal. Gögnum var safnað með spurningalistum. Annars vegar lista um mataræði og ýmsa bakgrunnsþætti sem foreldrar svöruðu í símaviðtali og hins vegar stuttum spurningalista um lýsisneyslu sem börnin svöruðu í skólanum. Einnig var gögnum safnað með tölvuprófum sem mældu athygli, einbeiting og minni. 47,3% (n=104) barnanna tóku lýsi stundum eða aldrei og 52,7 % (n=116) barnanna tóku lýsi flesta daga eða alltaf.

Niðurstöður og ályktanir

Verkefnið er í vinnslu og niðurstöður væntanlegar í lok maí 2015.