

ZWYCZAJE ŻYWIENIOWE STUDENTEK UMB W ZALEŻNOŚCI OD SYTUACJI EKONOMICZNO-SPOŁECZNEJ

NUTRITIONAL HABITS OF FEMALE STUDENTS OF THE MEDICAL UNIVERSITY OF BIALYSTOK DEPENDING ON THE SOCIOECONOMIC SITUATION

Ewa Stefańska¹, Lucyna Ostrowska¹, Iwona Radziejewska², Małgorzata Kardasz¹

¹Zakład Dietetyki i Żywienia Klinicznego, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku

²Zakład Chemii Medycznej, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku

Słowa kluczowe: zwyczaje żywieniowe, studentki, sytuacja ekonomiczno-społeczna
Key words: nutritional habits, female students, socioeconomic situation

STRESZCZENIE

Celem pracy była ocena wybranych zwyczajów żywieniowych studentek UMB w zależności od posiadanej sytuacji ekonomiczno-społecznej (SES). Badaniami objęto 251 studentek (18% posiadało sytuację ekonomiczno-społeczną dobrą, 56,5% przeciętną, a 25,5% złą). Niezależnie od sytuacji ekonomiczno-społecznej studentki najczęściej wybierały 4 - posiłkowy model żywienia. Do posiłków najczęściej pomijanych w jadłospisie należały drugie śniadanie i podwieczorek. Sytuacja ekonomiczno-społeczna nie była czynnikiem istotnie różnicującym częstotliwość spożycia wybranych grup produktów spożywczych. Sposób żywienia badanych studentek cechował się niską częstotliwością spożycia m. in. pieczywa razowego, kasz gruboziarnistych, mleka i jego przetworów, ryb, surowych warzyw i owoców.

ABSTRACT

The aim of the study was the estimation of the selected nutritional habits of female students of the Medical University of Białystok related to the socio-economic situation of families (SES). The investigation included 251 female students (18% of a higher SES, 56.5% students of an average SES and 25.5% students of a lower SES). The highest percentage of female students consumed four meals a day independently on the socio-economic status. Lunch and afternoon snack were the most frequently omitted meals. The socio-economic situation of families did not differ significantly the consumption frequency of selected groups of food products among the studied students. The diets analysed in this study were characterized by low intake of whole meal bread, coarse-grained barley, milk and dairy products, fish, raw vegetables and fruit.

WSTĘP

Sytuacja ekonomiczno-społeczna rodziny uzależniona jest od wielu czynników, spośród których podstawowe znaczenie przypisuje się wykształceniu rodziców, liczbie dzieci w rodzinie oraz zarobkom [5, 6]. Jak wykazują badania w wielu krajach rozwiniętych osoby posiadające niższy status ekonomiczno-społeczny rzadziej przestrzegają w swojej diecie zaleceń racjonalnego żywienia [3]. Spożywając nieregularnie podstawowe posiłki w ciągu dnia częściej sięgają po bogatotłuszczowe przekąski czy chociażby produkty typu *fast-food* [1, 3, 5, 6]. Osoby posiadające złą sytuację ekonomiczno-społeczną (SES) częściej spożywają produkty wysokorafinowane oraz tłuste mięsa i wyroby

wędliniarskie, w przeciwieństwie do osób o wyższym statusie ekonomiczno-społecznym częściej uwzględniających w swoich jadłospisach produkty pełnoziarniste, chude mięsa, ryby, niskotłuszczowe produkty mleczne oraz świeże owoce i warzywa [1].

Celem pracy była ocena wybranych zwyczajów żywieniowych młodzieży akademickiej w zależności od posiadanej sytuacji ekonomiczno-społecznej.

MATERIAŁ I METODY

Badaniami objęto 251 studentek Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku w roku akademickim 2009/2010. Średni wiek badanych wynosił 21 ± 1 lat. W badaniach wykorzystano kwestionariusz ankiety

Adres do korespondencji: Ewa Stefańska, Zakład Dietetyki i Żywienia Klinicznego, Uniwersytet Medyczny, 15-054 Białystok, ul. Mieszka I 4b, tel./faks 85 732 82 44, e-mail: estef@umwb.edu.pl

opracowany w Zakładzie Dietetyki i Żywnienia Klinicznego Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. Pierwsza część kwestionariusza ankiety zawierała pytania dotyczące warunków materialno-bytowych studentów (m. in. miejsca zamieszkania studentów podczas nauki, wykształcenia rodziców, posiadania rodzeństwa, głównych źródeł utrzymania, przychodu netto przypadającego na jednego członka rodziny). Druga część ankiety zawierała pytania dotyczące wybranych zwyczajów żywieniowych studentów (w tym m. in. liczby, rodzaju i zwyczajowej częstotliwości spożywanych posiłków w ciągu dnia, częstotliwości spożycia różnych grup produktów, m. in. produktów zbożowych, mleka i jego przetworów, mięsa, ryb, olejów roślinnych, surowych warzyw i owoców, słodczy oraz produktów typu *fast-food*).

Sytuacja ekonomiczno-społeczna (SES) studentów objętych badaniem została określona wg *Suligi* [6] w modyfikacji własnej na podstawie punktów przyznawanych za poziom wykształcenia rodziców, liczbę dzieci w rodzinie i przychód netto przypadający na jednego członka rodziny, w następujący sposób:

- wykształcenie matki i ojca: wyższe-7 pkt., średnie-5 pkt., zasadnicze zawodowe-3 pkt., podstawowe-1 pkt.,
- liczba dzieci w rodzinie: 1 dziecko-7 pkt, 2 dzieci-5 pkt, 3 dzieci -3 pkt , 4 i więcej dzieci 1 pkt.

- przychód netto na jednego członka rodziny: >1500 zł-7 pkt, 1001-1500 zł -5 pkt, 501-1000 zł-3 pkt., ≤500zł 1 pkt. W oparciu o sumę uzyskanych punktów wyróżniono kategorie sytuacji ekonomiczno-społecznej: zła-≤ 15 pkt, przeciętna 16-23 pkt, dobra 24-28 pkt.

Uzyskane wyniki poddano analizie statystycznej z wykorzystaniem programu komputerowego Statistica 7.1 , przyjmując za istotne te wyniki , gdzie $p \leq 0,05$.

WYNIKI

Badaniami objęto 251 studentek UM w Białymstoku. Na podstawie wykształcenia rodziców, liczby dzieci w rodzinie oraz przychodu netto przypadającego na jednego członka rodziny, wykazano, iż 18% (n=45) posiadało sytuację ekonomiczno-społeczną dobrą, 56,5% (n=142) przeciętną, a 25,5% (n=64) złą. Jak wykazały badania wszystkie trzy grupy studentek preferowały głównie 4- posiłkowy model żywienia (ponad 40% badanych) (Tab. 1).

Regularne spożywanie śniadań deklarowane było przez ponad 70% badanych studentek, przy czym najczęściej ten posiłek spożywany był przez studentki o przeciętnej sytuacji ekonomiczno-społecznej rodziny. Do regularnego spożywania drugiego śniadania przy-

Tabela 1. Liczba i częstotliwość spożycia posiłków wśród badanych studentek w zależności od sytuacji ekonomiczno-społecznej rodziny (SES) (%)

Number and frequency of meals consumption among interviewed female students depending on the socioeconomic situation of the family (SES) (%)

Analizowany czynnik		SES zła n=64	SES przeciętna n=142	SES dobra n=45	ogółem	p
Liczba posiłków w ciągu dnia	≤2	1,5	4,2	4,4	3,6	>0,05
	3	39,0	33,1	37,8	35,5	
	4	43,8	42,3	40,0	42,2	
	≥5	15,7	20,4	17,8	18,7	
Pierwsze śniadanie	codziennie	75,0	79,6	71,1	77,3	>0,05
	nieregularnie	21,9	16,2	15,5	17,5	
	brak spożycia	3,1	4,2	13,4	5,2	
Drugie śniadanie	codziennie	40,6	29,6	17,8	30,3	>0,05
	nieregularnie	51,6	55,6	64,4	56,2	
	brak spożycia	7,8	14,8	17,8	13,5	
Obiad	codziennie	65,6	65,5	80,0	68,1	>0,05
	nieregularnie	32,8	33,1	20,0	30,7	
	brak spożycia	1,6	1,4	0,0	1,2	
Podwieczorek	codziennie	15,6	15,5	22,2	16,7	>0,05
	nieregularnie	43,8	54,9	40,0	49,4	
	brak spożycia	40,6	29,6	37,8	33,9	
Kolacja	codziennie	70,3	58,4	71,1	63,7	>0,05
	nieregularnie	28,1	29,6	20,0	27,5	
	brak spożycia	1,6	12,0	8,9	8,8	
Liczba dań obiadowych	1	70,3	81,7	71,1	76,9	>0,05
	2	29,7	18,3	28,9	23,1	

p-poziom istotności
p-significance level

znawało się 41% dziewcząt o złej SES i zaledwie 30% i 18% studentek odpowiednio o przeciętnej i dobrej SES. Niepokojącym zjawiskiem był fakt, iż zaledwie 65% studentek o złej i przeciętnej sytuacji SES pamiętało o regularnym spożywaniu obiadu. W przypadku dziewcząt deklarujących dobrą SES regularność spożywania obiadu wzrosła do 80%. Jednocześnie wykazano, iż niezależnie od posiadanej sytuacji ekonomiczno-społecznej studentki spożywały w większości (ponad 70%) obiady złożone z jednego dania. Jak wykazują badania podwieczorek był najrzadziej spożywanym posiłkiem w ciągu dnia pomijającym przez prawie 40% studentek

o złej i dobrej SES oraz 30% studentek o przeciętnej SES. Regularne spożywanie kolacji deklarowane było przez 70% studentek o złej i dobrej SES i 60% studentek o przeciętnej SES. Oceniając częstość spożycia wybranych produktów spożywczych wykazano, iż w miarę poprawy SES (od złej do dobrej) wzrastał odsetek studentek częściej spożywających pieczywo jasne i półśładkie (od kilku razy w tygodniu do kilku razy dziennie) (Tab. 2).

Ponadto wykazano, iż najwięcej studentek o złej i dobrej SES sięgało po pieczywo razowe i kasze gruboziarniste mniej niż raz w tygodniu. Studentki

Tabela 2. Struktura spożycia produktów przez studentki w zależności od sytuacji ekonomiczno-społecznej rodziny (%)
Pattern of food product consumption by female students depending on the socioeconomic situation of the family (%)

Produkty	Częstość spożycia	SES zła n=64	SES przeciętna n=142	SES dobra n=45	ogółem	p
Pieczywo jasne i półśładkie	≥1 raz/dz.	29,7	16,2	31,1	22,3	>0,05
	3-6 razy/tyg.	25,0	38,0	22,2	31,9	
	1-2 razy/tyg.	35,9	28,9	24,5	29,9	
	<1raz/tyg.	9,4	16,9	22,2	15,9	
Pieczywo razowe, kasze gruboziarniste	≥1 raz/dz.	23,4	14,8	28,9	19,5	>0,05
	3-6 razy/tyg.	20,4	30,3	20,0	25,9	
	1-2 razy/tyg.	18,7	30,3	17,8	25,1	
	<1raz/tyg.	37,5	24,6	33,3	29,5	
Mleko i jego przetwory	≥1 raz/dz.	23,5	24,6	31,1	25,5	>0,05
	3-6 razy/tyg.	26,6	23,9	28,9	25,5	
	1-2 razy/tyg.	31,2	30,4	17,8	28,3	
	<1raz/tyg.	18,7	21,1	22,2	20,7	
Mięso wieprzowe	≥1 raz/dz.	12,5	3,5	6,7	6,4	>0,05
	3-6 razy/tyg.	25,0	23,3	31,1	25,1	
	1-2 razy/tyg.	35,9	34,5	35,5	35,0	
	<1raz/tyg.	26,6	38,7	26,7	33,5	
Drób	≥1 raz/dz.	4,7	0,7	6,7	2,8	>0,05
	3-6 razy/tyg.	23,4	29,6	28,8	27,9	
	1-2 razy/tyg.	54,7	53,5	46,6	52,6	
	<1raz/tyg.	17,2	16,2	17,8	16,7	
Ryby	≥1 raz/dz.	0,0	2,8	2,2	2,0	>0,05
	3-6 razy/tyg.	1,6	2,8	4,4	2,8	
	1-2 razy/tyg.	31,2	36,7	33,4	34,7	
	<1raz/tyg.	67,2	57,7	60	60,5	
Oleje roślinne	≥1 raz/dz.	6,2	7,8	13,3	8,4	>0,05
	3-6 razy/tyg.	37,5	31,7	17,8	30,7	
	1-2 razy/tyg.	39,1	40,8	37,8	39,8	
	<1raz/tyg.	17,2	19,7	31,1	21,1	
Surowe owoce	≥1 raz/dz.	34,4	28,2	33,4	30,3	>0,05
	3-6 razy/tyg.	45,3	50,0	44,4	47,8	
	1-2 razy/tyg.	18,7	17,6	17,8	17,9	
	<1raz/tyg.	1,6	4,2	4,4	4,0	
Surowe warzywa	≥1 raz/dz.	31,2	42,2	37,8	38,6	>0,05
	3-6 razy/tyg.	47,0	56,3	48,9	52,6	
	1-2 razy/tyg.	15,6	1,5	11,1	6,8	
	<1raz/tyg.	6,2	0,0	2,2	2,0	
Słodycze	≥1 raz/dz.	18,7	15,5	28,9	18,7	>0,05
	3-6 razy/tyg.	34,4	45,0	44,4	42,2	
	1-2 razy/tyg.	34,4	26,8	17,8	27,1	
	<1raz/tyg.	12,5	12,7	8,9	12,0	
Produkty typu Fast-food	≥1 raz/dz.	0,0	0,7	4,4	1,2	<0,05
	3-6 razy/tyg.	1,6	3,5	2,2	2,8	
	1-2 razy/tyg.	4,7	12,7	11,1	10,3	
	<1raz/tyg.	93,7	83,1	82,3	85,7	

o przeciętnej SES spożywały te produkty z większą częstotliwością. Oceniając spożycie mleka i jego przetworów wykazano, iż najwięcej kobiet o złej i przeciętnej SES, ok. 30% deklarowało zwyczajowe spożycie tych produktów z częstością 1-2 razy w tygodniu. Częstsze spożywanie tych produktów wskazywane było przez kobiety o dobrej SES. Mięso wieprzowe spożywane było średnio przez około 35% kobiet niezależnie od ich sytuacji ekonomiczno-społecznej 1-2 razy w tygodniu, zaś mięso drobiowe 1-2 razy w tygodniu przez ok. 54% studentek o złej i przeciętnej SES i 47% studentek o dobrej SES. Ryby spożywane były rzadziej niż 1 raz w tygodniu przez odpowiednio 67% studentek o złej SES i ok. 60% studentek o przeciętnej i dobrej SES.

W przeprowadzonych badaniach wykazano również niską częstość spożycia olejów roślinnych. W każdej z analizowanych grup, ok. 40% studentek spożywało te produkty tylko 1-2 razy w tygodniu. Niepokojącym zjawiskiem był fakt, iż we wszystkich ocenianych grupach około połowa badanych spożywała surowe owoce i warzywa najczęściej 3-6 razy w tygodniu. Więcej niż 1 raz dziennie po powyżej wymienione produkty sięgała prawie co trzecia studentka niezależnie od swojej sytuacji ekonomiczno społecznej. W badaniach wykazano również, iż częstsze spożywanie słodczy deklarowały studentki o dobrej SES. Codziennie po słodczy sięgało 30% tych studentek oraz odpowiednio 19% studentek o złej i 15% studentek o przeciętnej SES. Oceniając częstość spożycia produktów typu fast food wykazano, że niezależnie od grupy największy odsetek studentek spożywał te produkty rzadziej niż 1 raz w tygodniu. Jednocześnie stwierdzono, iż studentki o złej SES z istotnie mniejszą częstotliwością w porównaniu do pozostałych kobiet ($p \leq 0,05$) spożywały ten rodzaj produktów.

DYSKUSJA

W pracy dokonano oceny ilości posiłków, ich regularności oraz częstotliwości spożywania wybranych grup produktów spożywczych w zależności od sytuacji ekonomiczno-społecznej studentek UM w Białymstoku. Nie stwierdzono istotnych różnic w liczbie oraz regularności spożywania poszczególnych posiłków w ciągu dnia w porównywanych grupach studentek. Preferowany przez nie 4 -posiłkowy model żywienia był zbliżony do uzyskanego przez innych autorów [4, 5, 9]. Jak wskazują wyniki wielu badań sytuacja ekonomiczno-społeczna wywiera istotny wpływ zarówno na styl życia jak i sposób żywienia społeczeństwa [1, 3, 4]. Wraz z jej poprawą racje pokarmowe cechują się lepszą jakością, wzrasta spożycie produktów korzystnych dla zdrowia tj. produktów mlecznych, ryb, owoców i warzyw [1, 2, 8]. W badaniach własnych nie stwierdzono istotnych różnic w częstości spożycia wy-

branych grup produktów spożywczych przez studentki należące do wydzielonych trzech grup. Niezależnie od posiadanej sytuacji ekonomiczno-społecznej sposób żywienia badanych studentek cechował się niską częstością spożycia m. in. pieczywa razowego, kasz gruboziarnistych, mleka i jego przetworów, ryb, surowych warzyw i owoców. Podobne wyniki uzyskali również inni autorzy [4, 7, 9, 10]. Jak wykazały badania co 3 studentka o złej i przeciętnej SES mleko i jego przetwory spożywała najczęściej 1-2 razy w tygodniu. Natomiast co 3 studentka o dobrej SES tego typu produkty spożywała co najmniej raz dziennie. Wyniki te potwierdzają badania innych autorów, w których niskotłuszczowe produkty mleczne częściej spożywane były przez osoby o dobrej SES [1, 2]. Oceniając częstość spożycia mięsa wykazano, iż największy odsetek badanych studentek ze wszystkich trzech porównywanych grup spożywał najczęściej mięso 1-2 razy w tygodniu preferując mięso drobiowe. Ten rodzaj mięsa wybierany był również przez studentki ze Szczecina i Lublina [4, 5]. Jak wykazały wyniki meta analizy przeprowadzonej przez *Darmona* [1] chude mięso wybierane było najczęściej przez osoby reprezentujące dobrą sytuację ekonomiczno-społeczną, natomiast osoby posiadające niski status socjalno-ekonomiczny odznaczały się częstszym spożyciem tłustych, zwłaszcza smażonych mięs oraz kiełbas. W badaniach własnych odnotowano niepokojąco niskie spożycie ryb. Ponad połowa ankietowanych (ok. 60%) niezależnie od posiadanej sytuacji SES spożywała ryby rzadziej niż 1 raz w tygodniu. Najprawdopodobniej taka częstość spożycia bardzo charakterystyczna dla populacji Polski mogła być podyktowana zwyczajami religijnymi. Podobną częstość spożycia odnotowano również w badaniach innych autorów [5, 7, 9]. Jak wykazała meta analiza dokonana przez *Darmona* [1] na podstawie badań przeprowadzonych w Europie, ryby, zwłaszcza smażone lub puszkowane były często spożywane przez osoby reprezentujące niski status ekonomiczno-społeczny. Wykazana w pracy niska częstość spożycia olejów roślinnych wskazuje na ciągle niewielką popularność tych produktów jako substytutu tłuszczów zwierzęcych, co potwierdzają też badania innych autorów [9, 10]. W wielu badaniach wykazano, iż osoby o złej SES częściej w swoich jadłospisach w porównaniu z osobami o przeciętnej czy dobrej SES uwzględniały tłuszcze zwierzęce zamiast roślinnych [1, 3]. Niezależnie od posiadanej sytuacji ekonomiczno-społecznej niezadowolające było również spożycie przez badane grupy studentek surowych owoców i warzyw. Najwięcej badanych kobiet ze wszystkich 3 grup (ok. 50%) te produkty spożywało 3-6 razy w tygodniu. Jak wykazały badania przeprowadzone przez *Inglisa* i wsp. [3] kobiety posiadające niski status społeczno-ekonomiczny rzadziej w porównaniu do kobiet o wyższym statusie spożywały surowe owoce i warzywa,

ponadto częściej sięgały po bardziej tradycyjne i tańsze produkty. Oceniając spożycie słodczy wykazano, iż najliczniejsza grupa kobiet, ok. 34% w przypadku kobiet o złej SES i 45% kobiet o przeciętnej i dobrej SES zgłaszała zwyczajowe spożywanie słodczy z częstością 3-6 razy w tygodniu. Jednocześnie odnotowano, iż ok. 30% kobiet o dobrej SES spożywała ten rodzaj produktów częściej niż 1 raz dziennie. Dużą częstotliwość spożycia słodczy wykazano również w innych badaniach [4, 5, 7]. W przeprowadzonych badaniach własnych wykazano, iż prawie ogół studentek (94% o złej SES, 83% o przeciętnej i dobrej SES) produkty typu fast food spożywał rzadziej niż raz w tygodniu (różnica istotna statystycznie pomiędzy częstością spożycia tych produktów przez studentki o złej i przeciętnej SES). Jak wykazały badania *Inglisa* i wsp. [3] tego typu produkty częściej były wybierane przez kobiety o niskim statusie ekonomiczno-społecznym (przynajmniej 1 raz w tygodniu) w porównaniu z kobietami o przeciętnej lub wysokiej sytuacji ekonomiczno-społecznej (1 raz w miesiącu).

Jak wykazują badania dochód netto i ilość pieniędzy wydawanych na żywność jest kluczowym czynnikiem wyboru żywności, a zwłaszcza mięsa, warzyw i owoców. Ludzie o niskim statusie nie ignorują całkowicie znaczenia prawidłowego żywienia, ale zakup żywności jest u nich silnie determinowany dochodami gospodarstwa domowego [3, 8]. Sposób żywienia osób o niskim statusie ekonomiczno-społecznym jest mało urozmaicony i monotony, a w racjach pokarmowych przeważają rafinowane produkty zbożowe, tłuszcze, cukier i słodycze, tłuste gatunki mięsa i niskogatunkowe wędliny [3, 6]. Opracowana przez *Drewnowskiego* [2] symulacja na przykładzie cen żywności we Francji wskazuje, że każde dodatkowe spożycie tłuszczów i słodczy obniża koszt racji pokarmowej o 0,05-0,4 euro/dzień, a każde dodatkowe spożycie 100g warzyw i owoców zwiększa koszt racji pokarmowej o 0,18-0,29 euro/dzień. Sytuacja ta może wskazywać na fakt, iż przestrzeganie zaleceń żywieniowych rekomendujących zastępowanie tłuszczów i słodczy chudym mięsem, warzywami i owocami może napotykać poważne bariery ekonomiczne.

W przeprowadzonych badaniach własnych wykazano brak istotnego zróżnicowania zwyczajów żywieniowych studentek w zależności od ich sytuacji ekonomiczno-społecznej, jednak we wszystkich trzech ocenianych grupach nie można uznać ich za prawidłowe.

WNIOSKI

1. Nie stwierdzono istotnych różnic w liczbie oraz regularności spożywania poszczególnych posiłków w ciągu dnia w porównywanych grupach studentek.
2. Sytuacja ekonomiczno-społeczna nie była czynni-

kiem istotnie różnicującym częstotliwość spożycia wybranych grup produktów spożywczych. Niezależnie od posiadanej sytuacji ekonomiczno-społecznej sposób żywienia badanych studentek cechował się niską częstotliwością spożycia m. in. pieczywa razowego, kasz gruboziarnistych, mleka i jego przetworów, ryb, surowych warzyw i owoców.

3. Wyniki przeprowadzonych badań wskazują na konieczność podjęcia edukacji żywieniowej w środowisku akademickim niezależnie od posiadanej przez studentów sytuacji ekonomiczno-społecznej. Wiedza ta może stanowić jedno z kluczowych uwarunkowań przyczyniających się do zachowania właściwego stanu zdrowia.

PIŚMIENNICTWO

1. *Darmon N., Drewnowski A.*: Does social class predict diet quality? *Am. J. Clin. Nutr.* 2008, 87, 1107-1117.
2. *Drewnowski A., Darmon N., Briend A.*: Replacing fats and sweets with vegetables and fruits-A question of cost. *Am. J. Public Health* 2004, 94, 1555-1559.
3. *Inglis V., Ball K., Crawford D.*: Why do women of low socioeconomic status have poorer dietary behaviours than women of higher socioeconomic status? A qualitative exploration. *Appetite* 2005, 45, 334-343.
4. *Pietryka-Michałowska E., Wdowiak L., Szymańska J.*: Zachowania zdrowotne studentów Akademii Medycznej. Cz.III. Sposób odżywiania. *Zdr. Publ.* 2005, 115, 71-74.
5. *Przybulewska K., Janda K.*: Badania ankietowe dotyczące sytuacji bytowej oraz zwyczajów żywieniowych studentów. *Roczn. PZH* 2004, 55, 347-356.
6. *Suliga E.*: Ocena częstości spożycia śniadań wśród dzieci wiejskich. *Roczn. PZH* 2005, 56, 259-265.
7. *Szponar B., Kszyszucha R.*: Ocena sposobu odżywiania studentów Uniwersytetu Medycznego w Lublinie w roku akademickim 2007-2008. *Bromat. Chem. Toksykol.* 2009, 42, 111-116.
8. *Waśkiewicz A., Sygnowska E.*: Wpływ poziomu wykształcenia na zachowania zdrowotne i czynniki żywieniowe związane z powstawaniem otyłości-badanie Pol-MONICA bis Warszawa. *Zdr. Publ.* 2006, 116, 227-231.
9. *Wądołowska L., Ciborska J., Słowińska M.*: Zmiany zwyczajów żywieniowych u studentek I-go roku podczas 6-letniego okresu obserwacji. *Żyw. Człow. Metab.* 2000, 27, 140-143.
10. *Wyka J., Żechalko-Czajkowska A.*: Wiedza żywieniowa, styl życia i spożycie grup produktów w grupie studentów I roku Akademii Rolniczej we Wrocławiu. *Roczn. PZH* 2006, 57, 381-388.

Otrzymano: 18.06.2010

Zaakceptowano do druku: 26.11.2010

