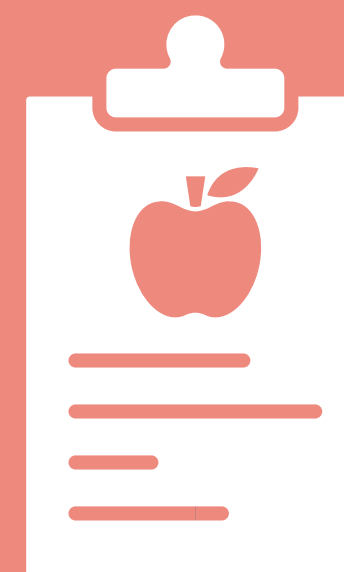


NUTRIZIO IRAKASGAIAREN ERAGINA ERIZAINZAKO IKASLEEN ELIKADURA-LEHENTASUN ETA -EZINIKUSIETAN



Ayesta I, Caballero S, Fernández J, Lamas MM, San Juan A, Gravina L

SARRERA

Ikasleek elikadura txarra jarraitzen dutela erakutsi dute unibertsitatean egindako ikerketek, baita Osasun Zientzien arloko ikasleen kasuan. Karreran zehar, dieta osasungarria jarraitzeko ezagutzak eskuratzen dituzte. Hala ere, oraindik ez dakigu nutrizio ikasketek elikadura-zaletasunak/-gustuak aldatzen dituzten ala ez.

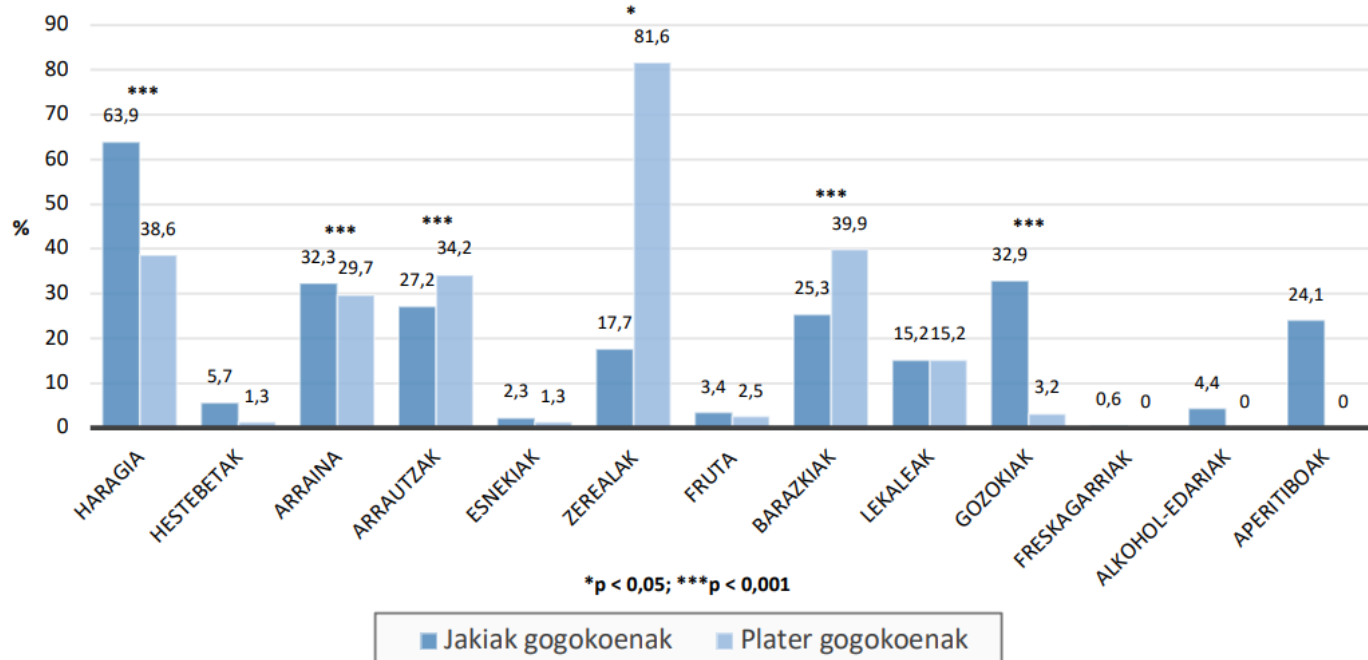
HELBURUAK

Ikerketa honen helburua erizaintzako lehen mailako ikasleen nutrizio irakaskuntzak elikagaien lehentasunetan/abertsioetan duen eragina ebaluatzea izan zen.

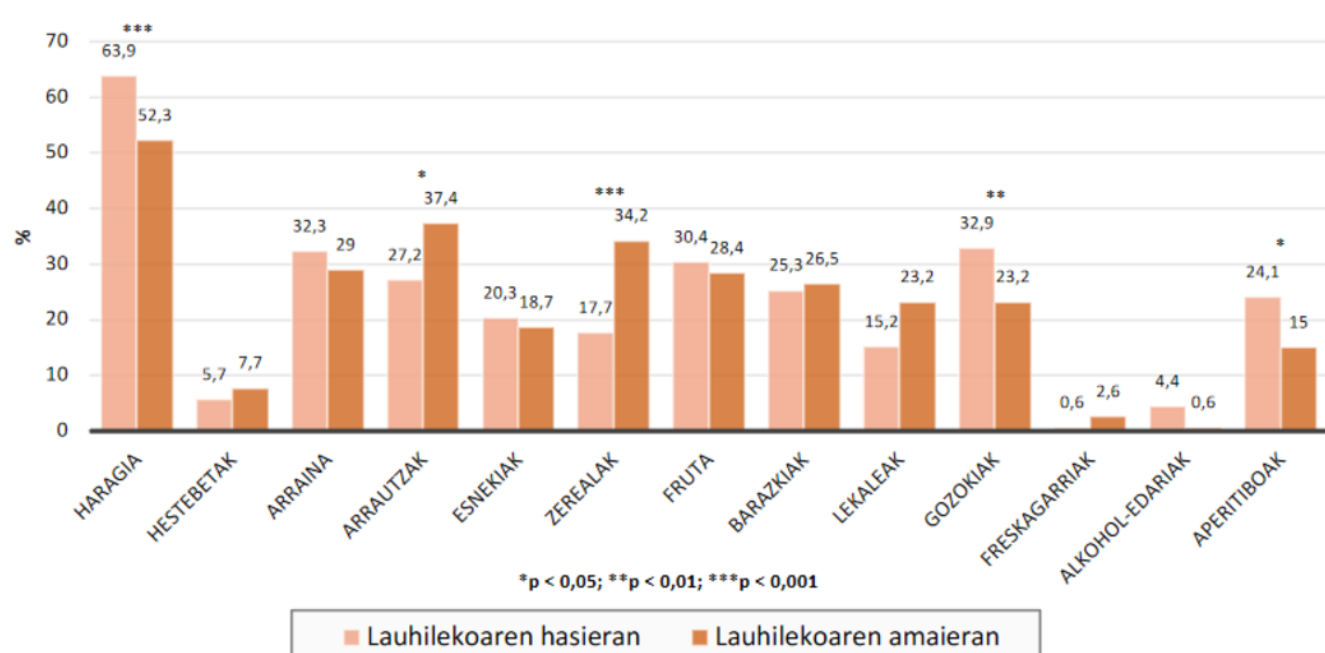
METODOLOGIA

Ikerketan, Euskal Herriko Unibertsitateko (EHU) 2019-20 ikasturteko Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko Erizaintza Graduko lehen urteko 193 ikaslek parte hartu zuten. Parte-hartzaileek galdeketa autoinformatu bat osatu zuten on-line, "Giza Gorputzaren Egitura eta Funtzioa II" irakasgaiaren hasieran (EFII) eta amaieran (15 aste geroago). Galdetegi horretan datu antropometrikoak (adina, sexua, pisua, neurria) eta elikadura-lehentasunei eta -abertsioei buruzko galdera irekiak jaso ziren.

Erizaintzako ikasleen elikagai-lehentasunak unibertsitatea hastean:



Elikadura-lehentasunen aldaketak lauhilekoaren hasieran eta amaieran:



EZTABAIDA

Unibertsitateko irakaskuntzak eragina izan dezake ikasleek gogokoena dituzten jaki eta plateretan. Gainera, badirudi lehentasun horiek dieta mediterraneoaren piramidetik hurbilago daudela. Lehen lauhilekoaren ondoren, haragi kontsumoaren lehentasunak % 11,6 egin zuen behera ($p < 0,001$), gozokiak % 9,7 ($p < 0,01$) eta aperitiboak % 8,6 ($p < 0,05$). Aldiz, arrautzen kontsumo lehentasunak % 1,2 ($p < 0,05$) egin zuen gora, eta zerealen kontsumoak % 16,5 ($p < 0,001$).

Ez zen aldaketarik aurkitu elikagaien abertsioetan lauhilekoaren amaieran.

ONDORIOAK

Unibertsitate- ikasketak hastean, ikasleek jaki ez osasungarriak nahigo izaten dituzte, eta, gainera, abertsioak izaten dituzte plater kozinatu osasuntsuengatik. Unibertsitatean elikadurari orekatuari buruzko oinarriko kontzeptuak jasotzeak, badirudi eragin onuragarria izan dezakeela ikasleen elikadura-lehentasunetan. Elikagai osasungarrien aldeko lehentasunen aldaketak gertatu direlarik.

Hezkuntzako esku-hartzearen eragina zehazteko, beharrezkoa izango da hurrengo ikerketetan kontrol-talde bat izatea.



Universidad del País Vasco

Euskal Herriko Unibertsitatea