

*Marzena Zoloteńka-Synowiec, Ewa Malczyk, Beata Całyńiuk,
Joanna Wyka, Magdalena Melech*

OCENA WIEDZY ŻYWIENIOWEJ DOTYCZĄCEJ PROBIOTYKÓW WŚRÓD MIESZKAŃCÓW POGRANICZNA POLSKI I CZECH

Instytut Dietetyki, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nysie
Dyrektor: dr hab. n. med. Z. Ciemniowski, prof. PWSZ w Nysie

Celem pracy była ocena wiedzy żywieniowej, dotyczącej probiotyków wśród mieszkańców pogranicza Polski i Czech. Ankietowani wykazali się zadowolającą wiedzą w zakresie znajomości pojęcia probiotyku, jego wpływu na zdrowie, chorób w jakich są zalecane oraz ich występowania w preparatach farmaceutycznych, a dostateczną w zakresie znajomości pojęcia żywności funkcjonalnej oraz produktów w jakich występują probiotyki. Ogólny poziom wiedzy żywieniowej dotyczącej probiotyków był zadowolający. Narodowość ankietowanych nie determinowała poziomu wiedzy w badanym zakresie.

Słowa kluczowe: probiotyki, żywność funkcjonalna, poziom wiedzy żywieniowej, osoby dorosłe.

Keywords: probiotics, functional food, nutritional knowledge, adults

Mikroflora jelitowa to grupa bakterii tworząca ekosystem, którego działalność wywiera duży wpływ na zdrowie człowieka. Przyjmuje się, że probiotyki poszerzają zakres korzystnej mikroflory jelitowej i hamują rozwój bakterii chorobotwórczych, przez co wpływają na dynamizm metaboliczny, enzymatyczny oraz warunki fizykochemiczne. Dodatkowo wzmacniają aktywność immunologiczną jelit, ograniczając w ten sposób procesy kancerogenne (1). Wielu naukowców na całym świecie zaczęło poszerzać wiedzę na temat składników żywności o potencjalnie korzystnym wpływie na zdrowie człowieka. Skład mikroflory jelitowej cały czas się zmienia i zależy od czynników środowiskowych, takich jak rodzaj spożytego pokarmu czy sposobu żywienia, jak i czynników genetycznych. Probiotyki mogą być stosowane w celach profilaktycznych mając na celu zapobieganie chorobom na tle nieprawidłowego żywienia, takich jak: otyłość, cukrzyca typu 2 czy choroby sercowo-naczyniowe (2). Celem pracy była ocena wiedzy żywieniowej dotyczącej probiotyków wśród mieszkańców pogranicza Polski i Czech.

MATERIAŁ I METODY

Badania przeprowadzono wśród osób aktywnych zawodowo, mieszkających w Krnowie (Czechy) oraz wśród pracowników administracji terenów pogranicznych w województwie opolskim. Przebadano 180 przypadkowo wybranych osób.

Do przeprowadzenia badań został użyty autorski kwestionariusz ankiety zawierający pytania socjodemograficzne oraz dotyczące wiedzy żywieniowej na temat probiotyków. Zebrany materiał został poddany analizie statystycznej za pomocą testu niezależności χ^2 skorygowanego Yatesem, uznając za istotne wartości przy $p < 0,05$ w programie komputerowym STATISTICA 10. Polską grupę ankietowanych stanowiły 94 osoby, w tym 69% kobiet oraz 31% mężczyzn, a czeską – 86 osób, w tym 79% kobiet i 21% mężczyzn.

Do oceny wiedzy żywieniowej zliczono poprawne odpowiedzi udzielone przez osoby badane, następnie wyliczono odsetek poprawnych odpowiedzi dla każdego pytania. Do interpretacji uzyskanych wyników przyjęto poniższe kryteria:

- powyżej 75% prawidłowych odpowiedzi – prawidłowa wiedza żywieniowa;
- 75-50% prawidłowych odpowiedzi – zadawalająca wiedza żywieniowa;
- 49-25% prawidłowych odpowiedzi – wiedza żywieniowa na poziomie dostatecznym;
- poniżej 25% prawidłowych odpowiedzi – nieprawidłowa wiedza żywieniowa.

WYNIKI I ICH OMÓWIENIE

Wyniki oceny poziomu wiedzy żywieniowej dotyczącej probiotyków w badanych grupach zostały przedstawione w tabeli I.

Z przeprowadzonego badania wynika, że znajomość żywności funkcjonalnej jako żywności, która posiada korzystny wpływ na jedną lub więcej funkcji organizmu, kształtuje się na podobnym poziomie biorąc pod uwagę narodowość ankietowanych. Wśród Polaków 52% znało prawidłową odpowiedź, natomiast u Czechów było to 43%. Z badań *Sosińskiej* i wsp. (3), którzy oceniali wiedzę na temat żywności funkcjonalnej w opinii polskich i belgijskich konsumentów wynika, że pojęcie żywności funkcjonalnej było znane tylko 4% ankietowanych Polaków, natomiast w Belgii aż 49% osób wykazało się znajomością tego zagadnienia.

Żywność funkcjonalna z biegiem lat staje się coraz popularniejsza, jednak to produkty mleczne są najczęściej wybieranymi produktami funkcjonalnymi zarówno w Polsce, jak i w całej Unii Europejskiej (4). W badaniu własnym jogurt jako potencjalne źródło żywności funkcjonalnej wybrało 47% respondentów polskich i 44% respondentów czeskich. W badaniach *Śliwińskiej* i wsp. (5) produkt ten wybrało aż 88% badanych osób. Natomiast w przeprowadzonych badaniach *Góreckiej* i wsp. (6) określono, że 50% ankietowanych wskazało jogurt jako źródło żywności funkcjonalnej.

W przeprowadzonych badaniach 75% polskich respondentów deklarowało znajomość pojęcia probiotyku, a u czeskich ankietowanych (45%) wiedza na ten temat kształtowała się na poziomie dostatecznym. W badaniach *Zareby* i wsp. (7) tylko 30% osób potrafiło zdefiniować probiotyki. *Bielecka* i wsp. (8), które badały wiedzę rodziców w zakresie obecności prebiotyków i probiotyków w mleku modyfikowanym, wykazały że aż 85,3% osób potrafiło zdefiniować pojęcie probiotyku.

Liczne badania potwierdzają, że probiotyki przyjmowane w odpowiednich ilościach wywierają korzystny wpływ na organizm (9). W autorskich badaniach, ankietowani Polacy w 71% uważali, że probiotyki wykazują pozytywny wpływ na

zdrowie człowieka, natomiast tylko 50% ankietowanych Czechów zaznaczyło tą odpowiedź. Podobnie w badaniach *Babicz-Zielińskiej* (10), blisko 50% ankietowanych uważało, że probiotyki mają pozytywny wpływ na organizm.

Mikroorganizmy mogą znajdować się również w preparatach farmaceutycznych jakimi są: tabletki, kapsułki czy proszki (11). Autorskie badanie wykazało, że większość respondentów polskich (77%) wiedziało o takiej możliwości tak jak i czeska grupa ankietowanych, która wykazała się podobną wiedzą na ten temat (70%).

Tab e l a I. Ocena poziomu wiedzy żywieniowej dotyczącej probiotyków z uwzględnieniem narodowości ankietowanych

Tab l e I. Assessment of the level of probiotics nutritional knowledge considering the respondents' nationality

Pytania ankietowe / prawidłowe odpowiedzi	Ogółem		Polacy		Czesi		Chi ²
	%	Poziom	%	Poziom	%	Poziom	
Żywność funkcjonalna to? (Żywność, która ma korzystny wpływ na jedną lub więcej funkcji organizmu)	48	dost.	52	zad.	43	dost.	NS
Do żywności funkcjonalnej zaliczamy? (jogurt)	45,5	dost.	47	dost.	44	dost.	NS
Czy wie Pan/Pani co to są probiotyki? (tak)	61	zad.	75,5	praw.	45	dost.	IS
Jaki wpływ na organizm człowieka wywiera spożywanie probiotyków? (pozytywny)	61	zad.	71	zad.	50	zad.	IS
W jakich produktach spożywczych występują probiotyki? (produkty mleczne)	48	dost.	47	dost.	50	zad.	NS
Kiedy zalecane są probiotyki? (choroby przewodu pokarmowego)	59	zad.	65	zad.	53	zad.	NS
Czy probiotyki można znaleźć w preparatach farmaceutycznych? (tak)	73	zad.	77	praw.	70	zad.	NS
Gdzie po raz pierwszy usłyszał Pan/Pani o probiotykach? (u lekarza)	0	niepr.	0	niepr.	0	niepr.	NS
Czy zauważył/a Pan/Pani poprawę zdrowia po kuracji probiotycznej? (tak)	71	zad.	78	praw.	66	zad.	NS
Średnia:	51,8	zad.	56,9	zad.	46,8	dost.	NS

IS – zależność istotna statystycznie przy $p < 0,05$; NS – zależność nieistotna statystycznie przy $p < 0,05$

> 75% prawidłowa wiedza żywieniowa (praw.); 75–50% zadawalająca wiedza żywieniowa (zad.); 49–25% dostateczna wiedza żywieniowa (dost.); < 25% nieprawidłowa wiedza żywieniowa (niepr.).

Blisko 80% badanych Polaków zauważyło że stan zdrowia po kuracji probiotykowej poprawił się. Natomiast-u Czechów ponad połowa z nich (66%) zauważyła ogólną poprawę stanu zdrowia organizmu. *Cukrowska* i wsp. (12) stwierdziła w swoich badaniach poprawę zdrowia u 93% dzieci którym podawano probiotyki.

Przeprowadzona analiza dotycząca źródła informacji na temat probiotyków wykazała, że zarówno polscy ankietowani (62%), jak i czescy (64%) przede wszystkim czerpali wiedzę ze środków masowego przekazu jakimi są media oraz Internet. W badaniu *Nowaka* i wsp. (13) 43% badanych osób również jako główne źródło informacji o probiotykach podawało Internet oraz media.

Ogólną wiedzę żywieniową dotyczącą probiotyków oceniono według przyjętych kryteriów na poziomie zadowalającym. Z przeprowadzonej analizy statystycznej wynika, że ogólny poziom wiedzy dotyczący probiotyków był statystycznie nieistotny w zależności od narodowości ankietowanych. Polacy statystycznie istotnie częściej niż badani Czesi prawidłowo definiowali pojęcie probiotyku oraz wiedzieli o ich korzystnym wpływie na organizm człowieka (tab.I).

WNIOSKI

1. Ogólny poziom wiedzy żywieniowej dotyczącej probiotyków był zadowalający.
2. Narodowość ankietowanych nie determinowała poziomu wiedzy na temat probiotyków.

M. Zołoteńka-Synowiec, E. Malczyk, B. Całyniuk, J. Wyka, M. Melech

ASSESSMENT OF PROBIOTICS NUTRITIONAL KNOWLEDGE AMONG POLISH AND CZECH BORDERLAND RESIDENTS

Summary

The aim of the study was to assess the probiotics nutritional knowledge among the Polish and Czech borderland residents. The respondents presented a satisfactory knowledge referring to the notion of the probiotics, their impact on health, diseases in which they are recommended, and their occurrence in pharmaceutical preparations, a sufficient knowledge in the field of the notion of functional food and products where probiotics occur. The overall knowledge referring to probiotics might be regarded as satisfactory. The nationality of the respondents did not determine the level of knowledge in the studied range.

PIŚMIENNICTWO

1. Wasilewska E., Zlotkowska D., M. Pijagin M.E.: Rola mikroflory jelitowej i bakterii probiotycznych w profilaktyce i rozwoju raka jelita grubego. *Post. Hig. Med. Dos.*, 2013; 67, 837-847.
2. Roberfroid M.: Prebiotics and probiotics: are they functional foods? *Am. J Clin. Nutr.*, 2000; 71, 1682-1678.
3. Sosińska E., Terlicka K., Krygier K.: Żywność funkcjonalna w opinii polskich i belgijskich konsumentów. *Przem. Spoż.*, 2006; 60, 49-51.
4. Krygier K.: Żywność funkcjonalna – żywność XII wieku. *Przem. Spoż.*, 2002; 53, 2-4.
5. Śliwińska A., Lesiów T.: Lody jako żywność funkcjonalna – badania konsumenckie. *Nauki Inżynierskie i Technologie*, 2013; 1, 65-79.
6. Górecka D., Czarnocińska J., Idzikowski M., Kowalec J.: Postawy osób dorosłych wobec żywności funkcjonalnej w zależności od wieku i płci. *ZNTJ*; 2009, 4, 320-326.
7. Zaręba D., Ziarno M., Hauzer A.: Postawa młodych konsumentów wobec produktów mlecznych i probiotyków. *Bromat. Chem. Toksykol.*, 2009; 3, 954-958.
8. Bielecka K., Piecyk M.: Ocena wiedzy rodziców w zakresie obecności probiotyków i probiotyków w mleku modyfikowanym. *Bromat. Chem. Toksykol.*, 2012; 1, 26-32.
9. Czerwionka-Szaflarska M., Romańczuk B.: Probiotyki – jakie, komu, kiedy? *Przew. Lek.*, 2008; 1, 214-221.
10. Babicz-Zielińska E.: Postawy konsumentów wobec nowej żywności. *ZN AMG*, 2010; 65, 16-22.
11. Nowak D.: Aspekt zdrowotny stosowania żywności zawierającej Probiotyki. *Czas Aptek*, 2012; 6, 55-60.
12. Cukrowska B., Ceregra A., Rosiak I., Klewicka E., Sliżewska K., Motyl I., Libudziś Z.: Wpływ probiotycznych szczepów *Lactobacillus casei* i *paracasei* na przebieg kliniczny wyprysku atopowego u dzieci z alergią pokarmową na białka mleka krowiego. *Pediatr. Współ. Gastroenterol. Hepatol. Żyw. Dziecka*, 2008; 10, 67-70.
13. Nowak M., Trziszka T., Szoltysik M.: Preferencje konsumentów mlecznych napojów fermentowanych. *ZNTJ*, 2007; 1, 77-83.