

POSTAWY OSÓB STARSZYCH Z TERENU WIELKOPOLSKI WOBEĆ ŻYWNOSCI FUNKCJONALNEJ W ZALEŻNOŚCI OD ICH AKTYWNOŚCI ŻYCIOWEJ – BADANIA PILOTAŻOWE

Anna Jędrusek-Golińska¹✉, Krystyna Szymandera-Buszką¹,
Katarzyna Waszkowiak¹, Marek Goliński², Ewa Jędrzejowska¹

¹Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu

²Politechnika Poznańska

Abstrakt. Ze względu na rosnący udział osób starszych w populacji krajów rozwiniętych oraz badania, które wskazują, że starzenie się jest skorelowane dodatnio z gorszym stanem odżywienia, warto byłoby upowszechnić spożycie żywności funkcjonalnej wśród seniorów. Celem pracy była próba określenia postrzegania żywności funkcjonalnej przez ludzi starszych w zależności od ich aktywności życiowej. W badaniach posłużono się autorskim kwestionariuszem ankiety, złożonym głównie z pytań zamkniętych. Sondaż diagnostyczny obejmował 140 osób po 65 r.ż. z terenu Wielkopolski. Ankietowanych podzielono na 2 grupy – aktywną fizycznie i umysłowo (respondenci na co dzień uprawiający sport, prowadzący działalność społeczną i charytatywną, uczestnicy zajęć na Uniwersytecie Trzeciego Wieku) oraz niepodejmującą dodatkowych aktywności. Odpowiedzi poddano analizie testem chi-kwadrat na poziomie istotności $\alpha = 0,05$ (Statistica Soft Ware 7,0). Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono lepsze nastawienie do żywności funkcjonalnej wśród osób o większej aktywności życiowej. Ponad połowa respondentów „aktywnych” nie miała obaw w stosunku do żywności funkcjonalnej, podczas gdy 20% osób z grupy „nieaktywnych” uważało promowanie produktów jako prozdrowotnych wyłącznie za chwyt reklamowy. Większość „aktywnych” respondentów kojarzyła żywność funkcjonalną jako prozdrowotną. Stosowanie żywności funkcjonalnej może przekładać się na poprawę jakości zdrowotnej życia osób starszych, dlatego warto wspierać działania aktywizujące seniorów i poszerzające ich wiedzę dotyczącą tych produktów.

Słowa kluczowe: produkty funkcjonalne, osoby starsze, aktywność życiowa, nastawienie

WPROWADZENIE

Zrównoważona konsumpcja zakłada korzystanie z produktów i usług, które spełniają podstawowe potrzeby, ale jednocześnie zmniejszają absorpcję zasobów naturalnych oraz ograniczają emisję odpadów i zanieczyszczeń, przez co stwarzają większe możliwości zaspokojenia potrzeb przyszłych pokoleń (Kramer, 2011). Jednym z jej celów jest, często pomijane, zachowanie i poprawa stanu zdrowia ludzi. Zrównoważona konsumpcja to pewien alternatywny styl życia, powiązany z holistycznym podejściem do kwestii gospodarczych i ekonomicznych¹.

W pojęcie konsumpcji zrównoważonej bardzo dobrze wpisuje się żywność funkcjonalna. Jej obecna produkcja i wielkość popytu wskazują, że w III tysiącleciu może ona stać się podstawą ochrony zdrowia (Kalra, 2003). Żywność funkcjonalna to pojęcie trudno definiowalne

¹ Badania zostały dofinansowane przez UE Innowacyjna Gospodarka Narodowej Strategii Spójności (PO IG 01.01.02-00-061/09).

✉ dr Anna Jędrusek-Golińska, Katedra Technologii Żywności Człowieka, Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu, ul. Wojska Polskiego 28, 60-637 Poznań, Poland, e-mail: angol@up.poznan.pl

i przez to dość różnie rozumiane. Do tej pory w Unii Europejskiej, a także w Polsce nie powstała jej ustawowa definicja. Jest to zatem pojęcie, które – choć obecne na rynku produktów spożywczych – formalnie nie istnieje. Żywność funkcjonalna winna spełniać wiele kryteriów. Powinna mieć tradycyjną formę, nie może być w postaci tabletek, kapsułek czy innych środków farmaceutycznych. Może być produkowana konwencjonalnymi metodami technologicznymi, choć dopuszczalne jest też stosowanie pewnych modyfikacji, dzięki którym możliwe jest otrzymanie produktów wzbogaconych w określone substancje aktywne biologicznie lub też pozbawionych związków o niekorzystnym działaniu. Powinna być przeznaczona do ogólnego spożycia jako część całodiennej diety, zaspokajając fizjologiczne zapotrzebowanie wybranych grup konsumentów i zachowywać wysoką jakość sensoryczną. W organizmie powinna podlegać procesom związanym z trawieniem, wchłanianiem oraz wykorzystaniem w procesach metabolicznych w taki sposób, jak żywność tradycyjna. Ważne, by wykazywała korzystne oddziaływanie w takich ilościach, w jakich oczekuje się, że będzie spożywana. Nie musi spełniać kryterium funkcjonalności w stosunku do całej populacji. Jej działanie może być ograniczone do ściśle wyznaczonej grupy populacji albo populacji w dokładnie określonym stanie fizjologicznym (Górecka, 2007; Krygier, 2011; Shahidi, 2009).

Ze względu na rosnący udział ludzi starszych w populacji krajów rozwiniętych oraz badania prowadzone na całym świecie, które wskazują, że starzenie się jest dodatnio skorelowane z gorszym stanem odżywienia – zarówno pacjentów przebywających w szpitalach (Forster i Gariballa, 2005), jak i zamieszkałych w środowisku domowym (Keller i in., 2004) – wydaje się, że warto byłoby upowszechnić spożycie żywności funkcjonalnej wśród seniorów. Niezbędne są do tego popularyzacja wiedzy o tych produktach wśród osób starszych, dostępna cena, odpowiednie instrumenty promocji żywności funkcjonalnej, prowadzenie wiarygodnych badań klinicznych na temat jej skuteczności, jak również określenie nastawienia seniorów do żywności tego typu i badanie czynników, od których to nastawienie zależy.

MATERIAŁ I METODYKA BADAŃ

W pracy posłużono się autorskim kwestionariuszem ankiety, składającym się głównie z pytań zamkniętych, których zrozumiałość i poprawność zweryfikowano na

25-osobowej grupie w badaniu wstępnym. Sondaż bezpośredni przeprowadzono w lutym i marcu 2014 r. na terenie Poznania, Pobiedzisk i Swarzędza. Wzięło w nim udział 140 respondentów po 65 r.ż. Na podstawie deklarowanej przez ankietowanych aktywności życiowej podzielono ich na dwie równoliczne grupy. Respondenci zaliczeni do grupy „aktywnych” uczęszczali do osiedlowych klubów seniora, brali czynny udział w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku, prowadzili aktywną działalność społeczną i charytatywną, byli członkami grup towarzyskich, które regularnie się spotykały i podejmowały wspólne działania (wycieczki, wyjścia do teatru itp.), podejmowali też codzienną aktywność fizyczną (ćwiczenia gimnastyczne, rower, nordic walking). Respondenci „nieaktywni” ograniczali się do codziennych zakupów i okazjonalnych spotkań w gronie rodziny. Zgodnie z podziałem zaproponowanym przez Dzięgielewską (2006) respondenci z pierwszej grupy reprezentowali aktywność formalną i nieformalną, a z drugiej – samotniczą i częściowo nieformalną. Wpływ aktywności życiowej respondentów na rodzaj udzielonych odpowiedzi badano z wykorzystaniem testu chi-kwadrat (χ^2) na poziomie istotności $\alpha = 0,05$ (Statistica Soft Ware 7.0).

WYNIKI BADAŃ I Dyskusja

Szczegółową charakterystykę ankietowanych zamieszczono w tabeli 1. Wybór respondentów do próby badanej miał charakter doboru celowego. Wśród respondentów przeważały kobiety. Był to zabieg zamierzony i podyktowany dwoma względami: to najczęściej kobiety opatrują gospodarstwa domowe w produkty spożywcze, a ponadto z prowadzonych dotąd badań wynika, że są one bardziej pozytywnie nastawione do żywności funkcjonalnej (Babicz-Zielińska i Zabrocki, 2007). Poziom wykształcenia respondentów w obu grupach różnił się – wśród zaliczonych do grupy „aktywnych” przeważały osoby z wykształceniem wyższym (54,3%) i średnim (44,3), podczas gdy wśród „nieaktywnych” najwięcej było osób z wykształceniem średnim (78,5%). Od lat obserwuje się w Polsce tendencję wzrostu przeciętnego poziomu wykształcenia kolejnych roczników przekraczających granice starości (GUS, 2013). To zjawisko przekłada się na wzrost aktywności życiowej osób starszych, które są coraz bardziej świadome swoich zadań w zakresie zachowania zdrowia i utrzymania sprawności (Błądowski, 2006).

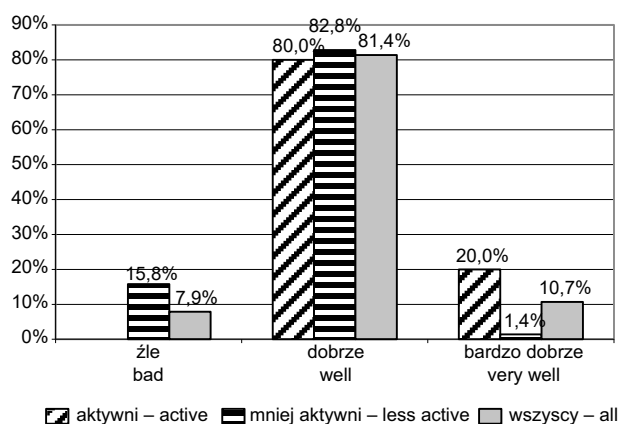
Tabela 1. Charakterystyka respondentów uczestniczących w badaniu (%)
Table 1. Characteristics of respondents participating in the survey (%)

| | | Aktywni Active | Nieaktywni Disabled | Wszyscy All |
|--|--|-------------------|------------------------|----------------|
| Płeć Sex | kobiety – women | 62,9 | 70 | 66,4 |
| | mężczyźni – men | 37,1 | 30 | 33,6 |
| Wiek Age | 65–70 | 81,4 | 87,1 | 84,3 |
| | 71–75 | 18,6 | 12,9 | 15,7 |
| Wykształcenie Education | podstawowe – basic | 1,4 | 12,9 | 7,2 |
| | średnie – average | 44,3 | 78,5 | 61,4 |
| | wyższe – higher | 54,3 | 8,6 | 31,4 |
| Sytuacja ekonomiczna Economic situation | Wystarcza mi na wszystkie potrzeby Enough money for all needs | 60 | 15,7 | 37,9 |
| | Wystarcza mi tylko na podstawowe potrzeby Enough money just for the basic needs | 35,7 | 60 | 47,9 |
| | Muszę oszczędzać, by wystarczyło mi na podstawowe potrzeby It is necessary to save to have enough money for the basic needs | 4,3 | 20 | 12,1 |
| | Nie wystarcza mi na podstawowe potrzeby Not enough money for my basic needs | 0 | 4,3 | 2,1 |

Zróznicowana była również ocena własnej sytuacji ekonomicznej ankietowanych – w grupie „aktywnych” 60% stanowili respondenci, którym pieniędzy wystarczało na zaspokojenie wszystkich potrzeb, podczas gdy wśród „nieaktywnych” najwięcej ankietowanych (także 60%) uważało, że środki finansowe umożliwiają im pokrycie tylko podstawowych potrzeb. Są to wyniki odbiegające od opisywanych przez Pączkowską (2002), która podaje, że w badaniu Instytutu Spraw Publicznych 2% respondentów uważało, że dochody wystarczają im na dostatnie życie, 11% – że pozwalają im na życie bez specjalnych ograniczeń, a 42% – że umożliwiają skromne życie. Wydaje się jednak, że mentalne otwarcie się na żywność funkcjonalną i decyzja o ponoszeniu wydatków związanych z jej zakupem może mieć miejsce raczej wśród osób lepiej oceniających swój status materialny, przez co bardziej innowacyjnych (Goliński, 2012; Gutkowska, 2011). Stąd taki dobór grupy badanej jest uzasadniony.

Aktywność życiowa badanych seniorów miała wpływ na ich samoocenę sposobu żywienia ($\chi^2_{oblicz.} = 22,3 > \chi^2_{tabel.} = 5,99$). Respondenci „aktywni” lepiej postrzegali swój sposób odżywiania się (rys. 1), jednak

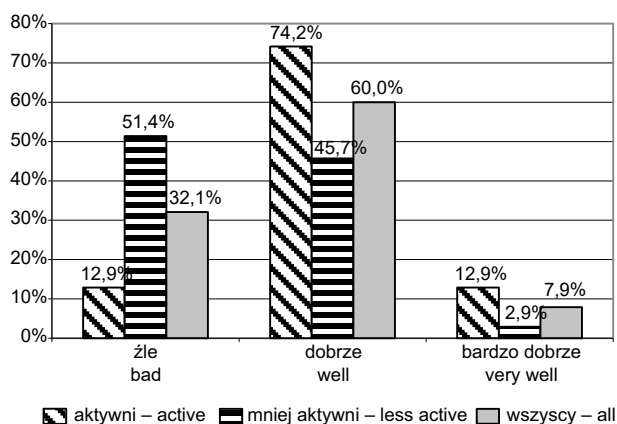
wśród ankietowanych z obu grup przeważały oceny dobre. Samoocena sposobu odżywiania się ankietowanych została w przedstawianym badaniu zweryfikowana także w pytaniach szczegółowych, dotyczących konkretnych zachowań żywieniowych. Dokładne omówienie ich w tej pracy nie jest możliwe, jednak wykazano,



Rys. 1. Samoocena sposobu odżywiania respondentów
Fig. 1. Self-assessment of respondents' diet

że zachowania żywieniowe „aktywnych” ankietowanych bardziej korespondowały z zaleceniami żywieniowymi adresowanymi do tej grupy wiekowej (Roszkowski, 2000). I tak spożycie produktów mlecznych bogatych w wapń było częstsze w grupie „aktywnej” (spożycie bardzo częste – 24%, częste – 53%, w ogóle nie spożywam – 6% vs. odpowiednio 14%, 34%, i 23%). Aktywność życiowa respondentów wpływała na rodzaj udzielanych odpowiedzi ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 15,71 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$). Ankietowani „aktywni” częściej spożywali margaryny obniżające poziom cholesterolu (44% z nich jadła je bardzo często, a 27% często, podczas gdy w grupie respondentów „nieaktywnych” odsetek ten wynosił odpowiednio 20 i 10%; ponadto 41% seniorów „nieaktywnych” w ogóle nie stosowało w swojej diecie takich produktów). Obliczona statystyka wskazała w tym wypadku wpływ aktywności życiowej na rodzaj udzielanej odpowiedzi ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 25,6 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$). Częstość stosowania soli niskosodowej w diecie ankietowanych należących do obu grup była niska (na poziomie średnio 9%) i nie zależała od ich aktywności życiowej. Wykazano jednak istotny wpływ aktywności ankietowanych na chęć zakupu tego rodzaju produktów ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 13,89 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$). Nie znaleziono zależności między aktywnością seniorów a częstością spożycia produktów piekarskich, także z dodatkiem otrąb czy ziaren ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 4,23 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 7,81$).

Tak jak przedstawiono na rysunku 2, seniorzy „aktywni” lepiej oceniali także swoją wiedzę żywieniową ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 25,4 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 5,99$). Prawie 90% z nich uznało, że ich wiedza żywieniowa jest dobra i bardzo dobra.

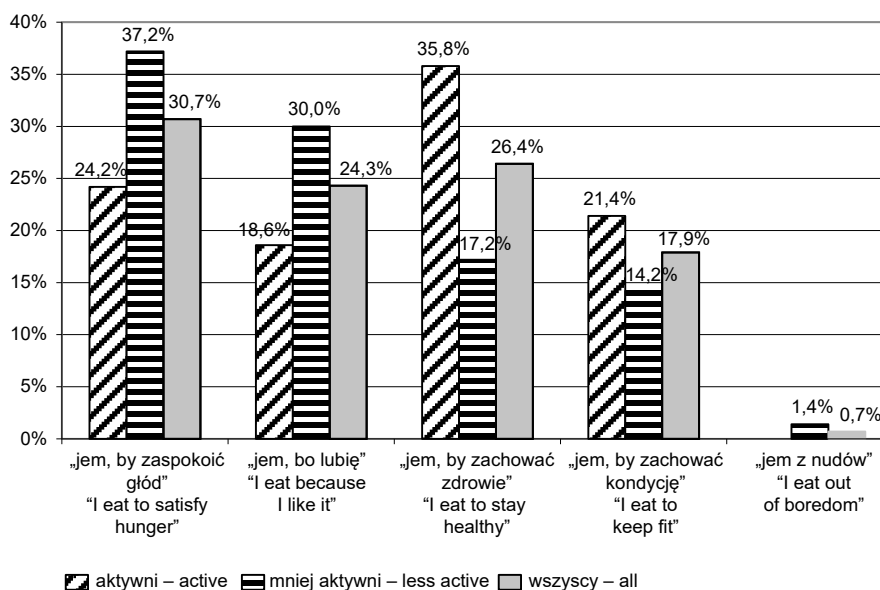


Rys. 2. Samoocena wiedzy żywieniowej respondentów
Fig. 2. Self-assessment of respondents' nutritional knowledge

Wśród respondentów „nieaktywnych” najliczniejsza była grupa osób deklarujących dostateczną wiedzę na ten temat (51%). Podobnie jak poprzednio, również te wyniki zweryfikowano na podstawie konkretnych stwierdzeń (np. „Owoce lub warzywa powinny być spożywane raz dziennie” itp.), z którymi ankietowani mogli się zdecydowanie zgodzić, raczej się zgodzić, nie mieć zdania, raczej się nie zgodzić lub zdecydowanie się nie zgodzić. Analiza wyników wykazała, że częściej prawidłowe odpowiedzi zaznaczały osoby „aktywne”, co świadczy o ich prawidłowej samoocenie własnej wiedzy żywieniowej.

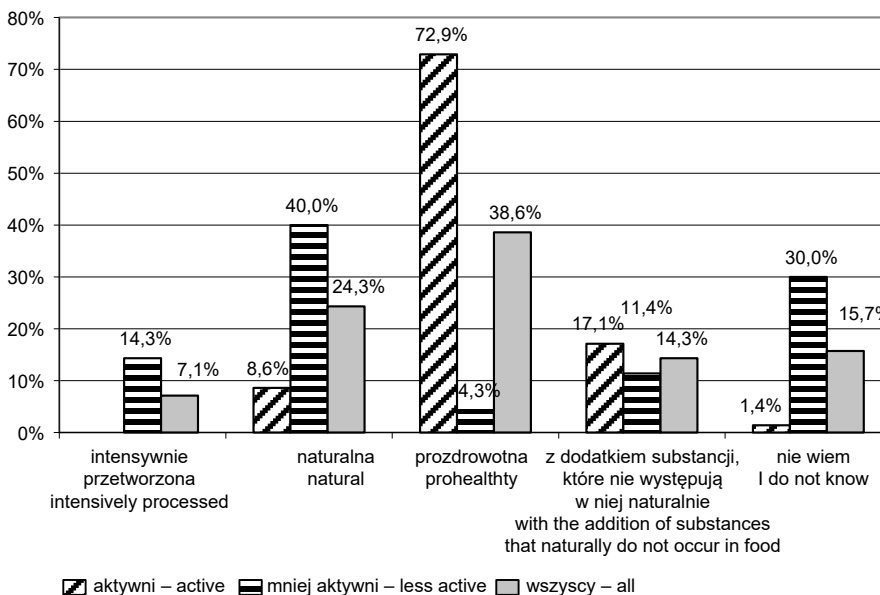
Stosunek ankietowanych do odżywiania się zilustrowano na rysunku 3. Respondentów poproszono o zaznaczenie jednej z pięciu możliwych odpowiedzi, wybranych uprzednio w badaniach wstępnych. Był to więc wybór wymuszony. Jego celem była próba uzyskania odpowiedzi na pytanie, czy badani seniorzy postrzegają żywność i odpowiedni sposób żywienia jako element zdrowego stylu życia i czy są świadomi profilaktyczno-wspomagającej roli produktów funkcjonalnych, obecnych na polskim rynku już dość długo. Na podstawie zebranych wyników można zauważyć, że więcej „aktywnych” respondentów kojarzyło odżywianie się z dbałością o zachowanie zdrowia (35,8 vs. 17,2%) czy sprawności (21,4 vs. 14,2%). Wśród „nieaktywnych” ankietowanych najpopularniejszą odpowiedzią (37,2%) była „jem, by zaspokoić głód”, co z jednej strony nie budzi wątpliwości czy sprzeciwu, ale dzięki zastosowaniu wymuszonego wyboru pokazuje, że większość „nieaktywnych” seniorów nie dostrzega prozdrowotnego potencjału żywności ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 10,3 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$). Może to skutkować nieprzypięwaniem wagi do jakości i ilości spożywanych produktów spożywczych oraz niedocenianiem własnych wyborów i roli właściwego odżywiania jako elementu zdrowego stylu życia. Może to też powodować niewielkie zainteresowanie żywnością prozdrowotną i możliwościami, które ona stwarza. Tymczasem na rynku znajduje się wiele różnych produktów funkcjonalnych, m.in. obniżających poziom cholesterolu we krwi (Gylling, 1999; Kopeć i in., 2011; Krygier, 2011; Woyengo i in., 2009) czy stosowanych z powodzeniem w profilaktyce osteoporozy (Gowin i in., 2009). Warto upowszechnić ich spożycie wśród seniorów na tyle, by mogły pomóc im w zachowaniu zdrowia.

Różne w obu grupach respondentów były także skojarzenia z terminem „żywność funkcjonalna” (rys. 4).



Rys. 3. Deklaracje respondentów na temat najważniejszego powodu, dla którego się odżywiają

Fig. 3. Respondents' declarations on the most important reason to nourish



Rys. 4. Wspomagane skojarzenia respondentów z terminem „żywność funkcjonalna”

Fig. 4. Supported associations of respondents with the term “functional food”

Wśród „aktywnych” respondentów przeważały asocjacje z pojęciem „prozdrowotna” (73%), natomiast „nieaktywni” seniorzy najczęściej uważali ją za naturalną

lub nie potrafili udzielić odpowiedzi. W kwestionariuszu dopuszczono też możliwość samodzielnego wypisania przez ankietowanych skojarzeń z tym pojęciem, ale

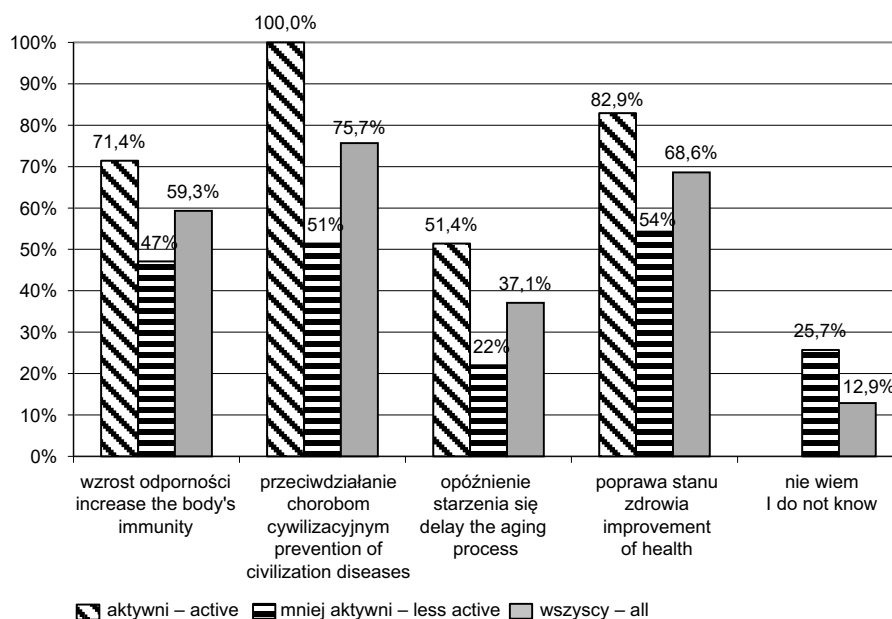
żaden z nich nie skorzystał z tej możliwości. Wykazano wpływ aktywności życiowej seniorów na rodzaj udzielanych odpowiedzi na poziomie $\alpha = 0,001$ ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 85,4 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$).

Ankietowanych poproszono też o odpowiedź na pytania, jakie korzyści i obawy wiążą ze spożywaniem żywności funkcjonalnej (rys. 5 i 6). Warianty odpowiedzi ustalono i wybrano wcześniej we wstępnych badaniach rozpoznawczych. Respondenci mogli zaznaczyć kilka odpowiedzi. Seniorzy „aktywni” uważali najczęściej, że żywność funkcjonalna przeciwdziała rozwojowi chorób cywilizacyjnych (100% vs. 51,4% zaznaczeń przez „nieaktywnych” respondentów), sprzyja dobremu zdrowiu fizycznemu i psychicznemu (odpowiednio 82,9% vs. 54,3%) oraz przyczynia się do wzrostu odporności organizmu (71,4% vs. 47,1%). Ponad połowa z nich (51,4%) twierdziła, że stosowanie żywności funkcjonalnej wpływa też na zwolnienie procesów starzenia. Jedna czwarta seniorów „nieaktywnych” przyznała się do braku wiedzy na ten temat. Żaden z respondentów, mimo że była taka możliwość, nie wpisał swoich propozycji odpowiedzi innych niż zawarte w kwestionariuszu. Rodzaj udzielanych odpowiedzi zależał od aktywności życiowej ankietowanych ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 35,6 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$). Obawy związane ze stosowaniem żywności

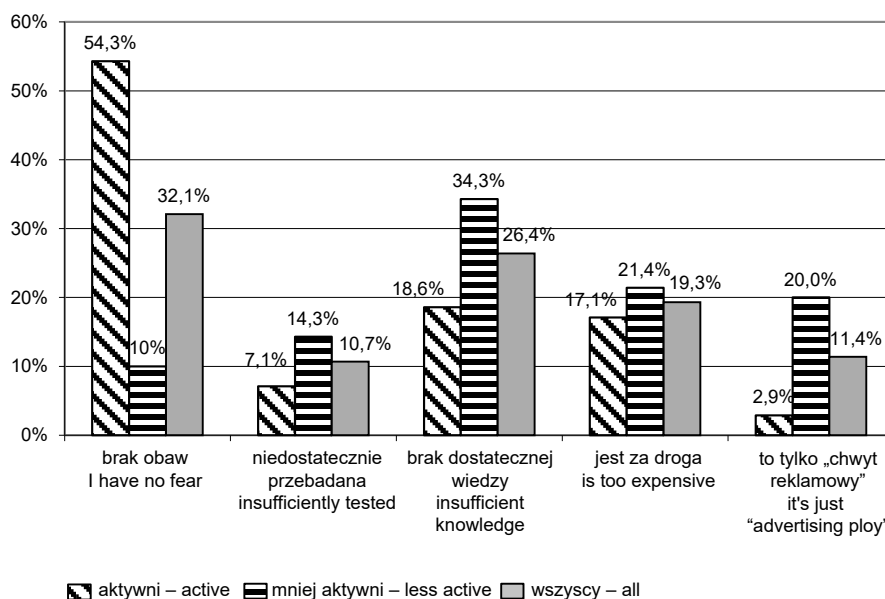
funkcjonalnej dotyczyły przede wszystkim zgłaszane-
go przez respondentów braku dostatecznej wiedzy na
jej temat (26,4% wszystkich odpowiedzi, w tym 18,6%
zaznaczeń przez „aktywnych” seniorów vs. 34,3% „nie-
aktywnych”) oraz tego, że jest za droga (odpowiednio
19,3%, w tym 17,1% vs. 21,4%). Ponad 30% respon-
dentów (w tym 54,3% „aktywnych” ankietowanych vs.
10% „nieaktywnych”) nie zgłaszało żadnych obaw. Na
rodzaj udzielanych odpowiedzi wpływała aktywność
życiowa respondentów; była to zależność na pozio-
mie istotności $\alpha = 0,05$ ($\chi^2_{\text{oblicz.}} = 33,8 > \chi^2_{\text{tabel.}} = 9,48$).
Obecnie w Polsce obserwuje się tendencję spadku wraz
z wiekiem zainteresowania żywnością funkcjonalną
jako sposobem na zachowanie/poprawę stanu zdrowia
(Wądołowska i in., 2009).

Aby zmniejszyć obawy związane ze spożywaniem
tego typu żywności, opakowania produktów funkcjo-
nalnych powinny być opatrzone:

1) deklaracjami żywieniowymi (ang. *nutrition cla-
im*), zaświadczającymi o ich szczególnych właściwo-
ściach, tj. dotyczącymi zawartości składnika odżyw-
czego (ang. *nutrient content claim*) lub odnoszącymi
poziom składnika w produkcie funkcjonalnym do jego
zawartości w innych produktach (ang. *comparative cla-
im*) oraz



Rys. 5. Opinie respondentów na temat korzyści ze stosowania żywności funkcjonalnej
Fig. 5. Respondents' opinions about the benefits of functional foods



Rys. 6. Opinie respondentów na temat obaw związanych z żywnością funkcjonalną
Fig. 6. Respondents' opinions about fears related to functional foods

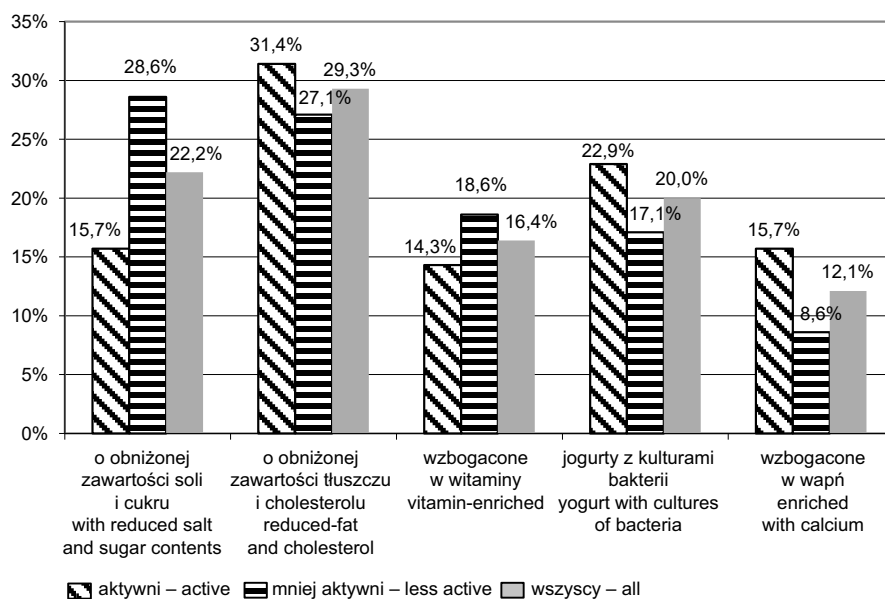
2) deklaracjami zdrowotnymi (ang. *health claim*), mówiącymi o funkcjonalności składnika żywności (ang. *nutrient function claim*), możliwości obniżenia ryzyka danej choroby (ang. *education of disease risk claim*) czy innymi deklaracjami, np. na temat zawartości danego składnika odżywczego po to, by móc właściwie komponować dietę (Cygan i in., 2003). Stosowanie tych oświadczeń związane jest z prowadzeniem szerokich, miarodajnych badań, które mogą budować zaufanie konsumentów do żywności funkcjonalnej. Jak dotąd najbardziej znanymi produktami o potwierdzonych właściwościach prozdrowotnych są margaryny ze stanolami roślinnymi, czyli żywność funkcjonalna obniżająca ryzyko rozwoju chorób układu krążenia (Krygier, 2011).

Kolejne z omawianych w pracy pytań dotyczyło specjalnych właściwości produktów, których poszukują respondenci. Największe zainteresowanie (29,3%) budziły produkty spożywcze o obniżonej zawartości cholesterolu (rys. 7). Tak wskazało 31,4% „aktywnych” i 27,1% „nieaktywnych” seniorów. Koresponduje to z badaniami Tańskiej i in. (2013), w których seniorzy w zdecydowanej większości zadeklarowali unikanie żywności mogącej wpływać na wzrost poziomu cholesterolu we krwi. Bardziej zróżnicowane odpowiedzi w obu grupach obserwowano dla produktów

charakteryzujących się obniżoną zawartością cukru lub soli – tak zadeklarowało 15,7% „aktywnych” i 28,6% „nieaktywnych” ankietowanych. Co ciekawe, mimo coraz częściej diagnozowanej w wieku podeszłym osteopenii i osteoporozy niewiele osób było zainteresowanych produktami wzbogaconymi w wapń (odpowiednio 15,7% i 8,6% respondentów), chociaż jogurty z kulturami bakterii probiotycznych były wskazywane przez ok. 20% ankietowanych, co może wynikać ze smakowitości i ceny produktów tego typu obecnych na rynku (Jędrusek-Golińska i in., 2014). Żaden senior nie zaznaczył odpowiedzi „nie wiem”, żaden też nie zaproponował innej niż podane możliwości odpowiedzi. Aktywność życiowa ankietowanych nie miała wpływu na rodzaj udzielanych odpowiedzi.

WNIOSKI

Przeprowadzone badania pilotażowe pozwalają zauważyć bardziej otwartą postawę i większe zainteresowanie żywnością funkcjonalną wśród osób o większej aktywności życiowej. Deklarując główny powód, dla którego się odżywiają, wymieniały one najczęściej „jem, by zachować zdrowie”, podczas gdy seniorzy mniej aktywni wskazywali głównie na odpowiedź „jem, by zaspokoić



Rys. 7. Deklaracje respondentów na temat produktów funkcjonalnych, które spożywaliby najchętniej

Fig. 7. Respondents' declarations on functional products that would be most eagerly consumed

głód”. Respondenci „aktywni” częściej kojarzyli żywność funkcjonalną z pojęciem „prozdrowotna”, podczas gdy „nieaktywni” seniorzy z reguły uważali ją za naturalną lub nie potrafili odpowiedzieć na to pytanie. Ankietowani z grupy „aktywnych” częściej deklarowali, że według nich żywność funkcjonalna przeciwdziała rozwojowi chorób cywilizacyjnych, przyczynia się do wzrostu odporności oraz sprzyja dobremu zdrowiu oraz kondycji psychofizycznej. Ponad połowa z nich nie zgłaszała żadnych obaw związanych ze stosowaniem tego typu żywności (takiej odpowiedzi udzieliło 10% „nieaktywnych” seniorów).

Ze względu na prozdrowotny charakter żywności funkcjonalnej, której stosowanie nie tylko wpisuje się w realizację polityki zrównoważonej konsumpcji, ale może przekładać się też na utrzymanie/polepszenie zdrowia osób starszych, warto badać, od czego zależy zainteresowanie nią wśród potencjalnych odbiorców, w tym pokolenia ludzi starszych. Na podstawie przeprowadzonych badań można zauważyć większe zainteresowanie tymi produktami wśród osób bardziej aktywnych życiowo. Wydaje się zatem, że prócz kampanii informujących społeczeństwo o korzyściach płynących ze stosowania w diecie żywności funkcjonalnej warto

równoległe wspierać inicjatywy i działania aktywizujące seniorów, np. UTW czy organizacje o charakterze wolontariatu. Takie zadania spełnia m.in. Program na rzecz Aktywności Osób Starszych na lata 2012–2013 czy Program Fundusz Inicjatyw Obywatelskich (Błądowski, 2012; Zgliczyński, 2012). Istotną rolę w kreowaniu, badaniu i upowszechnianiu wiedzy na temat produktów tego typu odgrywają również projekty naukowe, w tym m.in. Projekt badawczy POIG 01.01.02-00-061/09 „Nowa żywność bioaktywna o zaprogramowanych właściwościach prozdrowotnych”.

LITERATURA

- Babicz-Zielińska, E., Zabrocki, R. (2007). Postawy konsumentów wobec prozdrowotnej wartości żywności. *Żywn. Nauka Technol. Jakość.*, 6, 81–89.
- Błądowski, P. (2006). Człowiek stary jako konsument. W: B. Szatur-Jaworska, P. Błądowski, M. Dzięgielewska, Podstawy gerontologii społecznej (s. 113–135). Warszawa: Aspra-JR.
- Błądowski, P. (2012). Konsekwencje procesu demograficznego starzenia się ludności jako zadanie dla administracji publicznej. W: P. Błądowski, B. Szatur-Jaworska,

- Z. Szweida-Lewandowska, P. Kubicki Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce (s. 3–48). Warszawa: IPISS.
- Cygan, P., Waszkiewicz-Robak, B., Świdorski, F. (2003). Żywność funkcjonalna – przyszłość, perspektywy, trendy. *Przem. Spoż.*, 3, 12–15 i 46.
- Dzięgielewska, M. (2006). Aktywność społeczna i edukacja w fazie starości. W: B. Szatur-Jaworska (red.). *Podstawy gerontologii społecznej* (s. 60–164). Warszawa: Ofic. Wyd. Aspra-JR.
- Forster, S., Gariballa, S. (2005). Age as a determinant of nutritional status: a cross sectional study. *Nutr. J.*, 4 (28), 1–5.
- Goliński, M. (2012). Zarządzanie nowymi produktami (s. 54–56). Poznań: Wyd. Politechniki Poznańskiej.
- Gowin, E., Horst-Sikorska, W., Ignaszak-Szczepaniak, M., Dytfeld, J. (2009). Czym straszy osteoporoza? Opinie pacjentek na temat wpływu osteoporozy na ich życie. *Geriatrics*, 3, 7–11.
- Górecka, D. (2007). Nowe kierunki produkcji żywności funkcjonalnej i instrumenty jej promocji. *Przem. Spoż.*, 6, 20–25.
- Gutkowska, K. (2011). Innowacyjność konsumentów wobec produktów żywnościowych jako warunek rozwoju rynku żywności. *Konsump. Rozwój*, 1, 108–119.
- Gylling, H. (1999). Studies of plant stanol in different patient populations. *Eur. Health J.*, 1, 109–113.
- Jędrusek-Golińska, A., Szymandera-Buszka, K., Waszkowiak, K., Goliński, M., Rektor, K. (2014). Czynniki determinujące zakup prozdrowotnych mlecznych napojów fermentowanych na przykładzie zachowań konsumentów z terenu Poznania. *Mark. Rynek.*, 6, 281–289.
- Kalra, E. K. (2003). Nutraceuticals – definition and introduction. *AAPS Pharm. Sci.*, 5 (3), 27–28.
- Keller, H. H., Ostbye, T., Goy, R. (2004). Nutritional risk predicts quality of life in elderly community-living Canadians. *J. Gerontol. Ser. A Biol. Sci. Med. Sci.*, 59, 68–74.
- Kopeć, A., Nowacka, E., Piątkowska, E., Leszczyńska, T. (2011). Charakterystyka i prozdrowotne właściwości steroli roślinnych. *Żywn. Nauka Technol. Jakość*, 3 (76), 5–13.
- Kramer, J. (2011). Konsumpcja – ewolucja ról i znaczeń. *Konsump. Rozwój*, 1, 5–14.
- Krygier, K. (2011). Żywność funkcjonalna – co to dziś oznacza? *Przem. Spoż.*, 5, 14–16.
- Pączkowska, M. (2002). Sytuacja materialna seniorów. W: J. Halik (red.), *Starzy ludzie w Polsce. Społeczne i zdrowotne skutki starzenia się społeczeństwa* (s. 67–84). Warszawa: ISP.
- GUS (2013). *Rocznik demograficzny*. Warszawa: Zakład Wyd. Statystycznych, GUS.
- Roszkowski, W. (2000). Żywność osób starszych. W: J. Hasiak, J. Gawęcki (red.), *Żywność człowieka zdrowego i chorego* (s. 86–94). Warszawa: Wyd. Nauk. PWN.
- Shahidi, F. (2009). Nutraceuticals and functional foods: whole versus processed foods. *Food Sci. Technol.*, 20, 376–387.
- Tańska, M., Babicz-Zielińska, E., Przysławski, J. (2013). Postawy osób starszych wobec zdrowia i żywności o działaniu prozdrowotnym. *Prob. Hig. Epidemiol.*, 94(4), 915–918.
- Wądołowska, L., Danowska-Oziewicz, M., Stewart-Knox, B., Vaz de Almeida, M. D. (2009). Differences between older and younger Poles in functional food consumption, awareness of metabolic syndrome risk and perceived barriers to health improvement. *Food Policy.*, 34 (3), 311–318.
- Woyengo, T. A., Ramprasath, V. R., Jones, P. J. (2009). Anticancer effects of phytosterols. *Eur. J. Clin. Nutr.*, 63, 813–820.
- Zgliczyński, W. (2012). Aktywność społeczna ludzi starych w Polsce w ramach wolontariatu i uniwersytetów trzeciego wieku. *Stud. BAS*, 2(30), 129–149.

ATTITUDE TO FUNCTIONAL FOOD AMONG ELDER PEOPLE FROM THE WIELKOPOLSKA REGION BASED ON THEIR LIFE ACTIVITY – PILOT STUDY

Summary. Due to the increasing share of the elderly in the population of developed countries and studies that indicate that aging is positively correlated with poorer nutritional status, it would make sense to spread the consumption of functional foods among seniors. The aim of the work was to determine the perception of functional food by elderly people depending on their vital activity. In the study survey questionnaire was used, consisting primarily of closed questions. In direct survey participated 140 people at the age of 65 from the Wielkopolska region. Women accounted for 66% of the respondents. Respondents were divided into 2 groups – active physically and mentally (respondents doing sports every day, leading social and charitable activities, participants in classes at the University of the Third Age), and less-active. The answers were analysed Chi-square test $\alpha = 0.05$ significance level (Statistica Soft Ware 7.0). On the basis of the carried out study were found better attitudes towards functional foods among

people with more active life. More than a half of the “active” respondents had no concern with respect to functional foods, while 20% of the people from “inactive” group believed the products to be promoted as healthy only as an advertising ploy. Most of the “active” respondents associated functional food as pro-healthy food. The application of functional foods can translate into improving health quality of life of older people, which is why it is worthwhile to support activation measures of seniors and increase their knowledge of these products.

Key words: functional products, elder people, life activity, attitude to

Zaakceptowano do druku – Accepted for print: 30.07.2015

Do cytowania – For citation

Jędrusek-Golińska, A., Szymandera-Buszka, K., Waszkowiak, K., Goliński, M., Jędrzejowska, E. (2015). Postawy osób starszych z terenu Wielkopolski wobec żywności funkcjonalnej w zależności od ich aktywności życiowej – badania pilotażowe. *J. Agribus. Rural Dev.*, 4(38), 685–694. DOI: 10.17306/JARD.2015.72