

Prehranska raziskava o prehranjevalnih navadah dijakov

KDO SO IZVAJALCI RAZISKAVE?

Smo raziskovalna skupina iz Biotehniške fakultete, Univerze v Ljubljani, Oddelka za živilstvo, laboratorij za prehrano z večletnimi izkušnjami na projektih iz področja prehrane. Skupino sestavljamo: mlade raziskovalke Ksenija Podgrajšek, univ. dipl. ing. živ. teh, Anja Janeš, univ. dipl. ing. živ. teh, Tamara Puš, univ. dipl. ing agr, pod vodstvom prof. dr. Marjana Simčiča.

Na gimnaziji sodelujemo s profesoricama biologije Brigito Brajkovič in Ano Bavec.



KAJ ŽELIMO?

1. Želimo, da bi sodelovali pri naši prehranski raziskavi.
2. Zanima nas kako se prehranujete.
3. Želimo spoznati vaše prehranske navade.
4. S čim se najpogosteje prehranujete?
5. Kaj je vaše najljubše živilo?
6. In katere zelenjave ne marate?

POTEK RAZISKAVE (povezava z interaktivnim koledarjem?)

Raziskava bo potekala v treh delih:

1. Prvi del: Izpolnjevali boste prehranski dnevnik (vprašalnik, v katerega boste vpisovali vsak dan posebej kaj in koliko ste jedli)
 - 20.-24. 4. 2009 – pisanje prehranskega dnevnika 1.del
 - 4.-8. 5. 2009 – oddaja prehranskega dnevnika prof. biologije ter predstavitev raziskave po razredih (po predhodnem dogovoru s profesorji)
 - 11.-17. 5. 2009 – pisanje prehranskega dnevnika 2.del
2. Drugi del: Izmerili bomo vašo telesno težo z analizatorjem telesne sestave, ki nam pokaže kakšen delež v telesu zastopajo mišice, voda in maščevje.
 - 18.-22. 5. 2009 – tehtanje s tehtnico TANITA-BC-418 MA (Vgrajen ima zaslon na katerem se izpisujejo vsi podatki ki jih tehtnica nudi. Poleg vseh funkcij ki so na voljo , se tehtnica poveže na PC , kjer imamo operacijski program za obdelavo podatkov)
3. Tretji del: Vprašalnik o pogostosti uživanja hrane, kjer boste iz seznama živil povedali katera živila uživate in kolikokrat. Ta vprašalnik boste reševali preko interneta.
 - po 15. 5. 2009 – na strani aktualno bo pripet FFQ (vprašalnik o pogostosti uživanja hranil)

POGOJ ZA SODELOVANJE

Edini POGOJ za sodelovanje je DOVOLJENJE, ki ga morajo podpisati vaši starši oziroma skrbniki.

Ankete so seveda anonimne, zato vas prosimo, da nam boste zaupali vaše geslo (beseda, ki si jo izmislite sami), s katerim bomo med raziskavo operirali. Poleg tega vas bomo prosili še za elektronski naslov, na katerega boste dobili vse povratne informacije o vaših prehranjevalnih navadah, oziroma poročilo o vašem prehranskem statusu.

Obrazci:

- Izjava o sodelovanju
- Obrazec z geslom
- Prehranski dnevnik

POVEZAVE

- <http://www.bf.uni-lj.si>
- <http://mypyramid.gov/>
- <http://www.dnatube.com/>
- <http://www.who.int/en/>
- <http://www.food-info.net/>
- <http://www.fffost.com/>