

Streszczenie rozprawy doktorskiej pt. *Postawy i zachowania młodzieży wobec napojów energetyzujących oraz uwarunkowania ich akceptacji* autorstwa Katarzyny Żyłki

Rynek napojów energetyzujących stanowi dynamicznie rozwijający się segment rynku napojów bezalkoholowych. Napoje energetyzujące opracowano z myślą o osobach aktywnych, wykonujących prace wymagające długotrwałej sprawności fizycznej i umysłowej. Podstawową ich rolą jest bowiem dostarczenie energii oraz poprawa koncentracji i funkcji poznawczych. Napoje energetyzujące adresowane są do osób dorosłych, jednakże analiza literatury przedmiotu wskazuje, że napoje te cieszą się ogromną popularnością wśród młodzieży. W związku z tym, że napoje energetyzujące zawierają znaczne ilości kofeiny o działaniu psychoaktywizującym, częste ich spożywanie może wpłynąć niekorzystnie na zdrowie psychiczne oraz stanowi czynnik ryzyka rozwoju zaburzeń snu i zaburzeń w obrębie układu sercowo-naczyniowego. Spożywanie tych napojów przez młodzież postrzegane jest także jako element stylu życia wpływający na angażowanie się w zachowania ryzykowne, takie jak palenie papierosów, spożywanie napojów alkoholowych oraz zażywanie narkotyków. Ponadto, ze względu na fakt, że napoje energetyzujące charakteryzują się wysoką zawartością cukrów dodanych, częste ich spożywanie związane jest także ze zwiększonym ryzykiem rozwoju nadmiernej masy ciała, insulinooporności i cukrzycy typu 2-go.

W związku z powyższym zaprojektowano badania, których celem była ocena postaw i zachowań młodzieży wobec napojów energetyzujących, a także ocena uwarunkowań akceptacji organoleptycznej tych napojów. Poza tym postanowiono przeanalizować wpływ częstości spożywania napojów energetyzujących na styl życia młodzieży. Próbkę badaną stanowiło 754 nastolatków uczęszczających do szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych zlokalizowanych na terenach województwa pomorskiego. Narzędzie badawcze stanowił kwestionariusz ankiety poddany walidacji na podstawie wyników otrzymanych w badaniach wstępnych. Respondentów zapytano o zachowania dotyczące spożywania napojów energetyzujących oraz o wybrane elementy stylu życia. Istotnym elementem kwestionariusza ankiety była skala stworzona na potrzeby niniejszych badań, służąca do oceny postaw wobec napojów energetyzujących. Otrzymane wyniki przeanalizowano pod kątem ich związku ze zmiennymi, takimi jak płeć, etap kształcenia, status socjoekonomiczny oraz oceny uzyskiwane przez młodzież w nauce. Badania z zakresu analizy organoleptycznej przeprowadzono wśród 85 uczniów w wieku 18-19 lat, uczęszczających do jednej ze szkół biorącej udział w badaniach ankietowych. W ocenie akceptacji napojów energetyzujących zastosowano niestrukturowane skale liniowe.

Na podstawie otrzymanych wyników stwierdzono, że płeć, etap kształcenia oraz wyniki w nauce różnicowały zachowania młodzieży w zakresie częstości spożywania napojów energetyzujących. Chłopcy, starsi uczniowie oraz młodzież uzyskująca słabe wyniki w nauce spożywali napoje energetyzujące statystycznie istotnie częściej niż dziewczęta, gimnazjaliści i uczniowie bardzo dobrzy. Nie zaobserwowano wpływu poziomu statusu socjoekonomicznego na częstość spożywania napojów energetyzujących. Wykazano, że postawy wobec napojów energetyzujących miały związek z częstością ich spożywania. Pozytywna postawa wobec tych napojów implikowała częste ich spożywanie. Analizując natomiast zależność pomiędzy częstością spożywania napojów energetyzujących a stylem życia nastolatków, odnotowano niekorzystny wpływ częstego spożywania tych napojów na regularność spożywania śniadania, długość snu w dni powszednie i w dni weekendowe, czas ekranowy oraz podejmowanie zachowań ryzykownych w zakresie palenia papierosów, spożywania napojów alkoholowych i stosowania nielegalnych substancji o działaniu psychoaktywizującym. W próbie badanej nie udało się jednak potwierdzić wpływu częstego spożywania napojów energetyzujących na występowanie nadwagi i otyłości. Oceniając zaś uwarunkowania akceptacji organoleptycznej napojów energetyzujących przy użyciu regresji wielorakiej, wykazano, że smak, jako jeden spośród czterech uwzględnionych w modelu czynników (wygląd, smak, zapach, nasycenie CO₂), kształtował poziom akceptacji tych napojów.

Znajomość postaw wobec napojów energetyzujących oraz wiedza na temat ich związku z zachowaniami dotyczącymi spożywania napojów energetyzujących mogą być źródłem cennych informacji służących do opracowania programu edukacji żywieniowej dla dzieci i młodzieży. W związku z tym, że w badanej próbie częste spożywanie napojów energetyzujących związane było z podejmowaniem zachowań ryzykownych w obrębie palenia papierosów, spożywania napojów alkoholowych oraz stosowania nielegalnych substancji o działaniu psychoaktywizującym, nasuwa się wniosek, że w programach dotyczących profilaktyki uzależnień wśród dzieci i młodzieży warto uwzględnić czynnik ryzyka w postaci spożywania napojów energetyzujących.

Katarzyna Zytka

04.03.2021