

# POTENCAŁ ANTYOKSYDACYJNY JADŁOSPISÓW DEKADOWYCH W DOMACH POMOCY SPOŁECZNEJ W WOJEWÓDZTWIE ŚLĄSKIM

Mateusz Grajek, Karolina Sobczyk, Agnieszka Białek-Dratwa

1. Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, Wydział Nauk o Zdrowiu w Bytomiu, Zakład Zdrowia Publicznego, [mgrajek@sum.edu.pl](mailto:mgrajek@sum.edu.pl) Studia doktoranckie - Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach 2. Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, Wydział Nauk o Zdrowiu w Bytomiu, Zakład Ekonomiki i Zarządzania w Ochronie Zdrowia, [ksobczyk@sum.edu.pl](mailto:ksobczyk@sum.edu.pl) 3. Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, Wydział Nauk o Zdrowiu w Bytomiu, Zakład Żywienia Człowieka, [abialek@sum.edu.pl](mailto:abialek@sum.edu.pl)

**Celem badania była ocena jadłospisów dekadowych realizowanych w grupie osób 65+ przebywających w domach pomocy społecznej na terenie województwa śląskiego. Jadłospisy oceniane były pod kątem ich całkowitego potencjału antyoksydacyjnego.**

**Materiał i metody:** Materiałem do badań były jadłospisy dekadowe pochodzące z domów pomocy społecznej z lat 2016-2019. Łącznie analizie poddano 464 jadłospisy dekadowe z 58 jednostek DPS na terenie województwa śląskiego. Pojemność antyoksydacyjna jadłospisów oceniona została przy pomocy skali ORAC (USDA). W statystycznej analizie danych wykorzystano test porównań wielokrotnych Kruskala-Wallisa dla małych próbek (K-W) ze współczynnikiem siły związku epsilon-kwadrat (E2). Przyjęto poziom istotności statystycznej  $p=0,05$ . Analizy wykonano przy pomocy programu Statistica 13.0. Wyznaczono następujące poziomy stawek żywieniowych w DPS, w tym celu przyjęto następujące przedziały: 6,00-7,99 PLN (n=10) DPS; 8,00-9,99 PLN (n=14); 10,00-11,99 PLN (n=14); 12,00-13,99 PLN (n=12); 14,00-16,00 PLN (n=8).

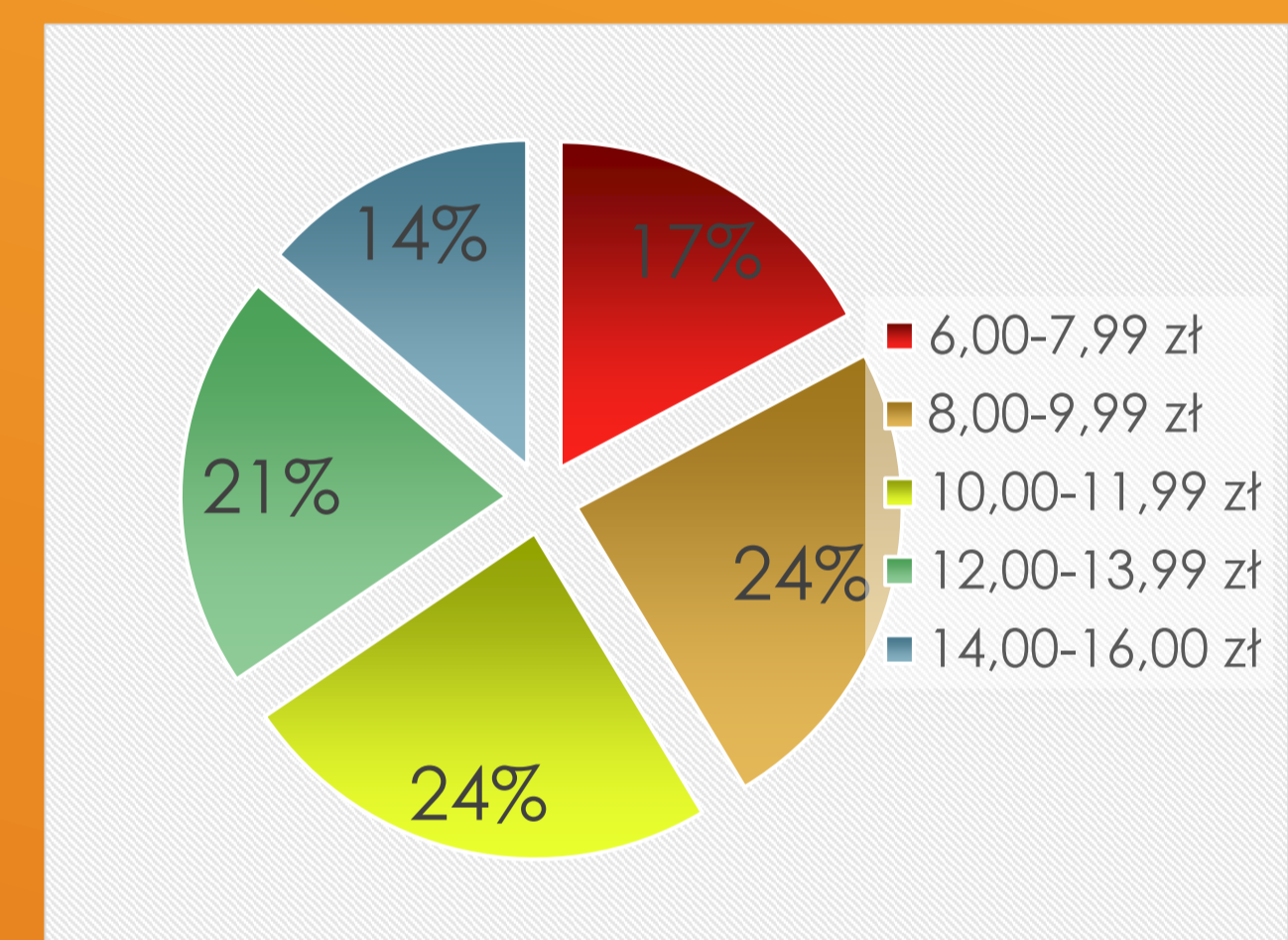
Tabela I. Wyróżniki w jakościowej ocenie punktowej jadłospisów dekadowych wg Starzyńskiej. Źródło: Gawęcki J., Hryniewiecki J.: Żywienie człowieka. PWN 2004.

Lp.	Oceniana cecha jadłospisu (wyróżnik):
1.	Liczba posiłków w ciągu dnia.
2.	Częstość występowania białka zwierzęcego.
3.	Częstość występowania mleka i przetworów mlecznych.
4.	Częstość występowania warzyw i owoców
5.	Częstość występowania świeżych warzyw i owoców
6.	Częstość występowania pełnoziarnistych produktów zbożowych.

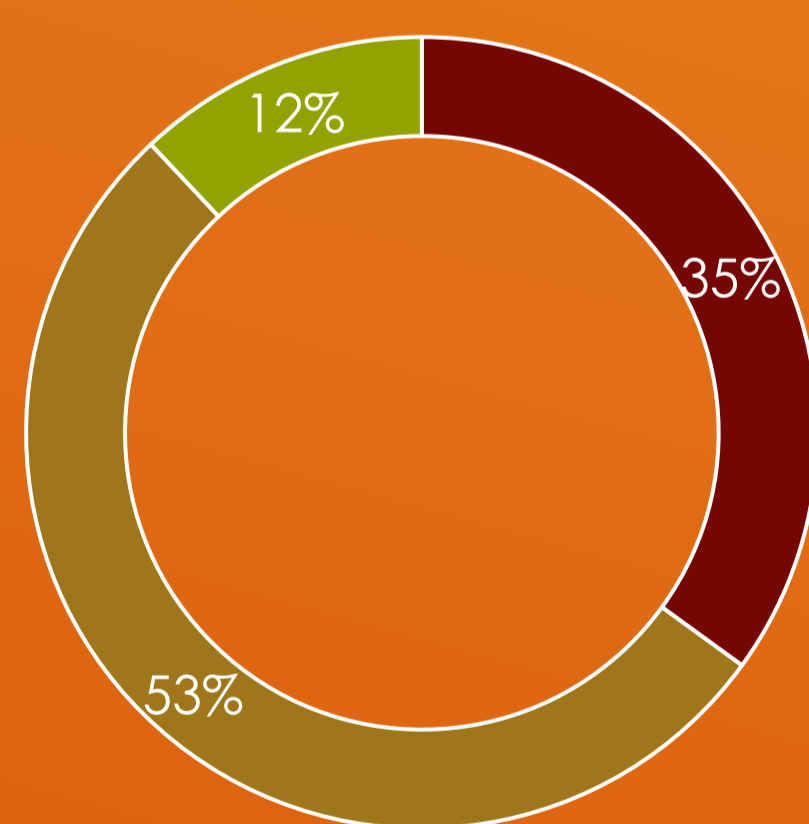
\*za każdy wyróżnik przydziela się od 1 do 5 punktów.

## Wybrane wyniki:

Współczynnik ORAC wzrasta ze wzrostem stawki żywieniowej. Dla DPS ze stawką żywieniową 6,00-7,99 PLN wartość ORAC wynosi 2278,70  $\mu\text{mol TE}$ , dla stawki 8,00-9,99 PLN - 2387,64  $\mu\text{mol TE}$ , 10,00-11,99 PLN - 2972,86  $\mu\text{mol TE}$ , 12,00-13,99 PLN - 3661,33  $\mu\text{mol TE}$ , 14,00-16,00 PLN - 4375,50  $\mu\text{mol TE}$ . Powyższa zależność została potwierdzona statystycznie ( $T=5,734$ ;  $E2=1$ ;  $p=0,0001$ ). W miastach, których zależność została zaobserwowana wartości ORAC kształtują się następująco: Bytom - 2443,01  $\mu\text{mol TE}$ , Chorzów-Świętochłowice - 2290,0  $\mu\text{mol TE}$ , Gliwice - 2173,05  $\mu\text{mol TE}$ , Jaworzno - 3200,00  $\mu\text{mol TE}$ , Katowice-Siemianowice Śl. - 2543,01  $\mu\text{mol TE}$ , Ruda Śl. - 2927,23  $\mu\text{mol TE}$ , Sosnowiec - 2453,12  $\mu\text{mol TE}$ , Tychy - 2100,03  $\mu\text{mol TE}$ , Zabrze - 2533,31  $\mu\text{mol TE}$ . Wyjątek stanowią jadłospisy pozyskane placówek zlokalizowanych w Dąbrowie Górniczej (990,64  $\mu\text{mol TE}$ ), gdzie stawka żywieniowa nie miała wpływu na jakość antyoksydacyjną racji pokarmowej (12,50 PLN).



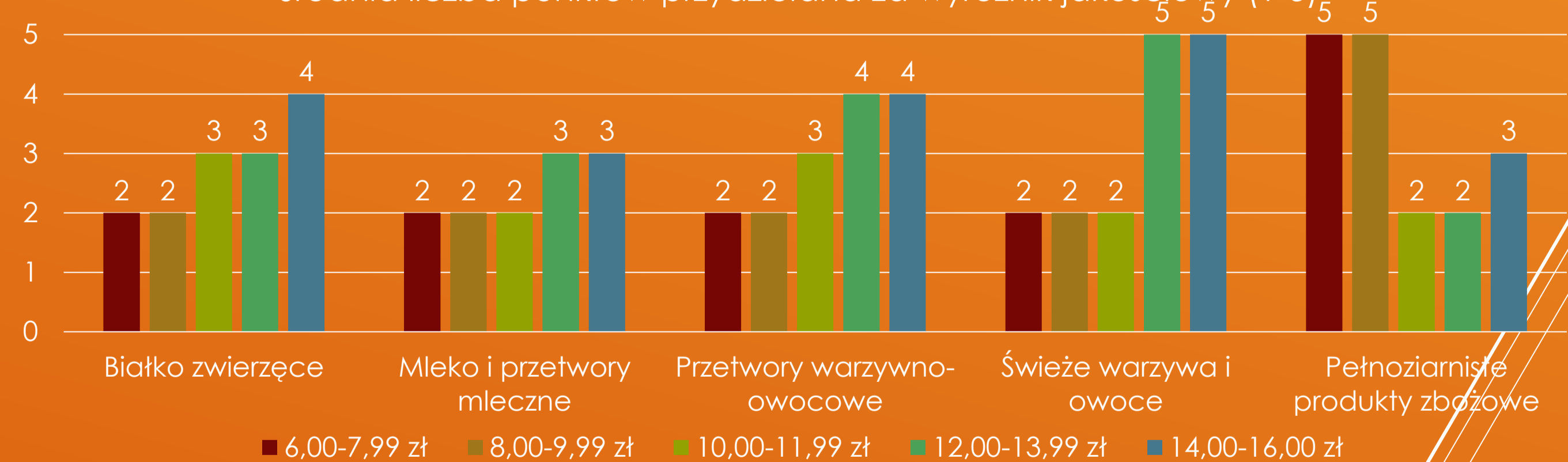
Ryc. 1. Podział DPS-ów pod względem wysokości stawki żywieniowej [N=30].



□ 5 posiłków □ 4 posiłki □ 3 posiłki

Ryc. 2. Podział DPS-ów pod względem ilości posiłków w ciągu dnia [N=30].

Średnia liczba punktów przydzielana za wyróżnik jakościowy (1-5)



Ryc. 3. Średnia ilość punktów przydzielana za poszczególne wyróżniki jakościowe w porównaniu z wysokością stawki żywieniowej [N=30].

## Podsumowanie:

Na podstawie badań stwierdzono, że wysokość stawki żywieniowej wpływa na poziom potencjału antyoksydacyjnego racji pokarmowych. Najskuteczniejszym sposobem dostarczenia odpowiedniej ilości antyoksydantów we właściwych proporcjach jest spożywanie zbilansowanej i urozmaiconej diety, bogatej w warzywa i owoce.