

Ewa Halicka
Joanna Kaczorowska
Agata Szczebyło

Zrównoważona konsumpcja żywności w wiejskich gospodarstwach domowych z dziećmi*

Streszczenie: W obliczu aktualnych wyzwań związanych z zanieczyszczeniem i degradacją środowiska naturalnego oraz ograniczonymi zasobami wody, ziemi i energii, rosnącym priorytetem jest rozpowszechnienie modelu konsumpcji wspierającego jakość życia obecnych i przyszłych pokoleń. Idea ta – zwana zrównoważoną (inaczej trwałą) konsumpcją – w przypadku żywności zakłada przede wszystkim zwiększenie udziału w codziennym żywieniu produktów pochodzenia roślinnego, sezonowych i lokalnych. Zrównoważona konsumpcja ma także zapobiegać stratom i marnotrawstwu żywności oraz stanowić prewencję chorób cywilizacyjnych wynikających z nadmiernego spożycia, w tym otyłości. Przedstawione w artykule dane budżetowe GUS dotyczące gospodarstw domowych z dziećmi w wieku 5–9 lat wskazują, że w województwie mazowieckim spożycie większości analizowanych grup produktów jest niższe niż w próbie ogólnopolskiej. Mniejsze od średniej jest także spożycie owoców ogółem w wiejskich gospodarstwach domowych, w porównaniu do gospodarstw miejskich. Wyniki badania ankietowego potwierdziły, że jedynie 9% respondentów wiedziało, co oznacza termin „zrównoważona konsumpcja żywności”, choć około dwie trzecie z nich przyznało, że rozmawia z dziećmi o konieczności ograniczenia marnotrawstwa i strat żywności w domu. W swoich zachowaniach nabywczych rodzice kierują się przede

Dr inż. Ewa Halicka, adiunkt, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, Wydział Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji, Katedra Organizacji i Ekonomiki Konsumpcji, Zakład Wyżywienia Ludności, ul. Nowoursynowska 159c, 02-776 Warszawa, ewa_halicka@sggw.pl, ORCID: 0000-0002-0535-2115; **dr inż. Joanna Kaczorowska**, adiunkt, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, Wydział Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji, Katedra Organizacji i Ekonomiki Konsumpcji, Zakład Wyżywienia Ludności, ul. Nowoursynowska 159c, 02-776 Warszawa, joanna_kaczorowska@sggw.pl, ORCID: 0000-0002-8622-3912; **mgr Agata Szczebyło**, doktorantka, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, Wydział Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji, Katedra Organizacji i Ekonomiki Konsumpcji, Zakład Wyżywienia Ludności, ul. Nowoursynowska 159c, 02-776 Warszawa, agata_szczebylo@sggw.pl, ORCID: 0000-0002-4077-1673.

* Autorzy pragną serdecznie podziękować pracownikom IRWIR PAN, a także Dyrekcji, nauczycielom i rodzicom uczniów mazowieckich szkół podstawowych w Słubicach, Sannikach, Osmolinie i Siedzowie za pomoc w przeprowadzeniu badania terenowego.

wszystkim zdrowiem dziecka, smakiem oraz zasadami zdrowego żywienia. Barrierami zmian zachowań na bardziej zrównoważone okazały się preferencje żywieniowe dzieci, niska wiedza dorosłych na temat zaleceń zrównoważonej konsumpcji oraz brak rozmów z dziećmi o związku między żywieniem a środowiskiem.

Słowa kluczowe: zrównoważona konsumpcja żywności, wiejskie gospodarstwa domowe, dzieci, rodzice, województwo mazowieckie.

1. Wprowadzenie

Zgodnie z definicją Światowej Organizacji ds. Wyżywienia i Rolnictwa FAO tzw. zrównoważona konsumpcja żywności (*sustainable diet*) chroni i szanuje bioróżnorodność i ekosystemy, jest kulturowo akceptowalna, dostępna i sprawiedliwa ekonomicznie oraz odpowiednia pod względem odżywczym, a także bezpieczna i zdrowa, optymalizująca zasoby przyrodnicze i ludzkie (FAO 2010). Model ten stanowi ważny element opublikowanych w 2015 r. tzw. Celów Zrównoważonego Rozwoju ONZ (Sustainable Development Goals; UN 2015), które podkreślają konieczność poprawy bezpieczeństwa żywnościowego i utrzymania dobrego stanu zdrowia nie tylko obecnych, ale i przyszłych pokoleń, szczególnie wobec nadmiernej eksploatacji zasobów naturalnych, zanieczyszczeń i emisji odpadów. Zrównoważona konsumpcja żywności wymaga zwiększenia udziału w codziennym żywieniu produktów pochodzenia roślinnego oraz zmniejszenia konsumpcji produktów pochodzenia zwierzęcego, ograniczenia marnotrawstwa żywności i konsumpcji produktów wysokoprzetworzonych, a także częstszego wybierania produktów lokalnych, sezonowych, oznakowanych certyfikatami jakości oraz symbolem fair-trade (WWF-UK 2017; Sustain 2013).

Celem nadrzędnym zrównoważonej konsumpcji jest jakość życia, którą należy rozpatrywać w wielu aspektach: ekonomicznym, ekologicznym, społecznym, psychologicznym, demograficznym, przestrzennym oraz intertemporalnym (Kiełczewski 2008). Stanowiąc alternatywę dla konsumpcjonizmu (Neale 2015), zrównoważona konsumpcja (inaczej: trwała, samopodtrzymująca się) związana jest ściśle z pojęciem kompetencji nabywców, których odpowiedni poziom zapewnia świadomość sprzyjająca realizacji założeń konsumpcji zrównoważonej (Dąbrowska i in. 2015). Taka konsumpcja zakorzeniona jest w systemie wartości i postaw oraz wynika z osobistych refleksji i dotyczy wszystkich konsumowanych produktów (Kryk 2013).

Ekologiczny wymiar zrównoważonej konsumpcji znalazł swoje odzwierciedlenie w działaniach marketingowych polskich podmiotów rynkowych (Gębarowski, Cholewa-Wójcik 2015). Niestety, w przypadku zachowań nabywczych rejestrowanych na rynku żywności w Polsce na przestrzeni ostatnich dekad wydają się

zachodzić zmiany w kierunku odwrotnym do pożądanego w kontekście zarówno zdrowia, jak i ochrony środowiska naturalnego. W latach 2000–2016 według danych bilansowych GUS konsumpcja produktów pochodzenia roślinnego – w tym ziemniaków, warzyw i owoców oraz produktów zbożowych – spadła, a produktów pochodzenia zwierzęcego, w tym mięsa, masła oraz mleka i jego przetworów wzrosła. Zmiana wzorca konsumpcji na bardziej zrównoważony będzie długotrwałym procesem, wymagającym przede wszystkim popularyzacji i przewartościowania czynników wyboru żywności (Rejman, Kowrygo, Laskowski 2015).

Wyniki badań budżetów gospodarstw domowych GUS odzwierciedlają znaczące przestrzenne zróżnicowanie spożycia żywności w Polsce. Różnice w charakterze gospodarstw domowych na wsi i w mieście oraz towarzyszące im różne systemy wartości przyjęte w obu typach społeczności przyczyniają się do zgłaszania odmiennego zapotrzebowania na dobra i usługi, co implikuje różnice we wzorcach konsumpcji realizowanych w obu kategoriach gospodarstw domowych (Gutkowska, Piekut 2014). Obserwuje się jednak, że tradycyjne wiejskie wzorce konsumpcji przekształcają się, w efekcie m.in. zmian gospodarczo-ekonomicznych i społeczno-demograficznych, w kierunku wzorców miejskich (Piekut 2017).

Wzorzec konsumpcji odzwierciedla preferencje i przyzwyczajenia konsumentów dotyczące żywności oraz tradycje i nawyki żywieniowe (Halicka, Rejman 2010). Spełnia on głównie funkcję poznawczą i rejestrującą, natomiast model konsumpcji – funkcję kreującą (Wiszniewski 1983). Obydwie konstrukcje pełnią funkcje informacyjne i edukacyjne, gdyż przez odpowiednie działania w obszarze polityki wyżywienia ludności można kreować zachowania żywieniowe konsumentów.

2. Cele i metody badawcze

Celem pracy była analiza spożycia żywności w wiejskich gospodarstwach domowych z dziećmi w wieku wczesnoszkolnym w świetle zaleceń zrównoważonej konsumpcji. Szczególną uwagę zwrócono na poziom, częstość i uwarunkowania konsumpcji produktów mających istotny wpływ na stan środowiska naturalnego. Są to tzw. markery zrównoważonej konsumpcji, wśród których wyróżnić należy: owoce i warzywa, mięso, mleko i produkty mleczne oraz butelkowane wody mineralne i źródlane. W pracy przedstawiono także determinanty wyboru żywności w rodzinach z dziećmi oraz bariery dla realizacji zasad zrównoważonej konsumpcji, w tym dla ograniczania marnotrawstwa i strat żywności.

Badaniami objęto ludność województwa mazowieckiego, w którym 35,7% populacji stanowią mieszkańcy wsi (GUS 2017). Dla osiągnięcia celu pracy poddano analizie dwa zbiory danych o spożyciu żywności w tym regionie. Pierwszym z nich były niepublikowane dane budżetowe GUS z 2015 r. na temat spożycia produktów

żywnościowych w gospodarstwach domowych. W przypadku województwa mazowieckiego pula danych obejmowała 538 gospodarstw domowych składających się z 2248 osób, w tym dzieci w wieku 5–9 lat. Drugi zbiór informacji zebrano we wrześniu 2017 r. metodą wywiadów bezpośrednich PAPI (ang. Paper and Pen Personal Interview) z wykorzystaniem autorskiego, standaryzowanego i strukturalizowanego kwestionariusza.

W czterech szkołach podstawowych trzech mazowieckich powiatów – gostyńskiego, plockiego i otwockiego – zebrano łącznie 262 anonimowo wypełnione kwestionariusze, z których do dalszej analizy statystycznej z wykorzystaniem programu IBM SPSS Statistics (wersja 24) zaklasyfikowano 250. Przed przeprowadzeniem badania ankietowego wysłane zostały pisma do dyrekcji szkół i uzyskano zgodę na dystrybucję ankiet w czasie zebrań dla rodziców.

3. Charakterystyka ankietowanych

Pośród uczestników opisanego badania ankietowego 95% stanowiły kobiety, z czego 44% miało wykształcenie średnie, a 35% – wyższe (tab. 1). Średnia wieku respondentów wynosiła 35 lat, a rozpiętość wiekowa – 23–69 lat. Wśród dzieci najwięcej było ośmiolatków (37%), siedmiolatki stanowiły 27%, sześciolatki 20%, a pięcio- i dziewięciolatki odpowiednio 8 i 6%.

Tabela 1. Charakterystyka demograficzna badanej próby

Table 1. Demographic characteristics of respondents

Wyszczególnienie	Płeć n = 250	Średnia wieku (lata) n = 250	Wykształcenie/Klasa n = 248
Rodzice	95% – kobiety	35	30% poniżej średniego 44% średnie 35% wyższe
Dzieci*	51% – dziewczynki	7,1	22% zerówka 29% kl. 1 15% kl. 2 33% kl. 3

* W przypadku, gdy w rodzinie było więcej niż jedno dziecko w klasach 0–3, zwrócono się do respondentów o udzielenie odpowiedzi w odniesieniu do najmłodszego z dzieci.

Źródło: badanie własne, 2017.

Source: Own study, 2017.

Średnia liczba dzieci (poniżej 18 roku życia) mieszkających wspólnie z osobami wypełniającymi ankietę wynosiła 2,3, przy czym najwięcej było gospodarstw

z dwójką dzieci (55%). Prawie jedna czwarta (23%) respondentów odpowiedziała, że mieszka wspólnie z jednym dzieckiem, 20% – z trójką. Według subiektywnej oceny ich opiekunów 91% dzieci miało prawidłową masę ciała, 6% nadwagę (z czego 50% to chłopcy), a 3% niedowagę. Zdecydowana większość (86%) uczniów odżywiała się w „typowy” sposób, tzn. nie stosowała diet eliminacyjnych ani nie wprowadzała żadnych ograniczeń dietetycznych, 14% – ograniczało spożycie słodyczy, 4% – mleka i produktów mlecznych, a 2% stosowało dietę bezglutenową.

4. Spożycie żywności w gospodarstwach domowych z dziećmi w wieku wczesnoszkolnym w świetle danych GUS

Jak przedstawiono w tabeli 2, w gospodarstwach domowych z dziećmi w wieku wczesnoszkolnym (5–9 lat) w województwie mazowieckim według danych GUS

Tabela 2. Spożycie wybranych grup produktów w gospodarstwach domowych z dziećmi w kg na miesiąc (na jedną osobę żywioną) w Polsce i w województwie mazowieckim

Table 2. Consumption of chosen food groups in households with children (in kg/month of fed person) in Poland and the Mazovian voivodship

Grupa produktów	Polska (P)	Województwo mazowieckie (M)	M/P (%)
Produkty zbożowe	6,71	5,43	80,9
Owoce*	4,06	3,64	89,7
w tym: jabłka	1,23	1,04	84,6
Warzywa (bez ziemniaków)	5,34	4,24	79,4
Ziemniaki	3,98	2,57	64,6
Mięso, potrawy i przetwory mięsne	5,78	4,42	76,5
Ryby, owoce morza, przetwory rybne	0,36	0,25	69,4
Jaja kurze	0,78	0,58	74,4
Mleko pitne, pełne i niskotłuszczowe	3,51	3,46	98,6
Produkty mleczne, np. jogurty, twaróg, sery	1,90	1,57	82,6
Soki i napoje**	1,09	1,41	129,4
Wody mineralne lub źródlane	5,31	5,18	97,6

* Świeże, mrożone i suszone, orzechy i orzeszki.

** Owocowe, owocowo-warzywne i warzywne.

Źródło: dane opracowane przez Wacława Laskowskiego, Katedra Organizacji i Ekonomiki Konsumpcji SGGW w Warszawie na podstawie indywidualnych wyników badań budżetów gospodarstw domowych GUS oraz obliczenia własne.

Source: data prepared by Wacław Laskowski, Department of Organization and Consumption Economics, WULS based on individual results from household budget surveys by CSO and own calculations.

spożycie większości z analizowanych 12 grup produktów jest niższe niż w próbie ogólnopolskiej. Wyjątek stanowią jedynie soki i napoje owocowe, owocowo-warzywne i warzywne. Spożycie wód (mineralnych lub źródlanych) oraz mleka (pitnego, pełnego i niskotłuszczowego) kształtuje się na bardzo zbliżonych poziomach. W strukturze miesięcznego spożycia przeważają produkty zbożowe (5,43 kg na osobę żywną), na drugim miejscu znajduje się mięso, potrawy i przetwory mięsne (4,42 kg), na kolejnym – warzywa (4,24 kg).

W przypadku gospodarstw wiejskich sytuacja ta jest podobna (tab. 3), tj. w województwie mazowieckim spożycie analizowanych grup żywności jest generalnie niższe niż w próbie ogólnopolskiej. Wyjątek stanowią jedynie jabłka oraz soki i napoje owocowe, owocowo-warzywne i warzywne.

Tabela 3. Spożycie wybranych grup produktów w wiejskich i miejskich gospodarstwach domowych z dziećmi (w kg na miesiąc na jedną osobę żywną)

Table 3. Consumption of chosen food groups in rural and urban households with children (in kg/month per person) in Poland and the Mazovian voivodship

Grupa produktów	Polska		Województwo mazowieckie		wM/mM (%)
	wieś	miasto	wieś	miasto	
Produkty zbożowe	7,15	6,42	6,35	4,95	128,3
Owoce*	3,33	4,52	3,16	3,89	81,2
w tym: jabłka	1,18	1,26	1,22	0,95	128,4
Warzywa (bez ziemniaków)	5,06	5,52	4,50	4,10	109,8
Ziemniaki	4,61	3,57	3,61	2,02	178,7
Mięso, potrawy i przetwory mięsne	5,92	5,68	5,10	4,06	125,6
Ryby, owoce morza, przetwory rybne	0,32	0,38	0,25	0,26	96,2
Jaja kurze	0,79	0,78	0,68	0,53	128,3
Mleko (pitne, pełne i niskotłuszczowe)	3,81	3,32	3,80	3,29	115,5
Produkty mleczne, np. jogurty, twaróg, sery	1,60	2,09	1,35	1,69	79,9
Soki i napoje**	0,79	1,29	1,05	1,59	66,0
Wody mineralne lub źródlane	3,93	6,19	3,42	6,11	56,0

* Świeże, mrożone i suszone, orzechy i orzeszki.

** Ovocowe, owocowo-warzywne i warzywne.

wM – wieś województwo mazowieckie; mM – miasto województwo mazowieckie

Źródło: dane opracowane przez Wacława Laskowskiego, Katedra Organizacji i Ekonomiki Konsumpcji SGGW w Warszawie na podstawie indywidualnych wyników badań budżetów gospodarstw domowych GUS oraz obliczenia własne.

Source: data prepared by Wacław Laskowski, Department of Organization and Consumption Economics, WULS based on individual results from household budget surveys by CSO and own calculations.

Analiza porównawcza danych o spożyciu produktów żywnościowych w regionach wiejskich i miejskich województwa mazowieckiego wykazała, że w gospodarstwach wiejskich wyższy jest poziom spożycia większości badanych grup produktów. Wyjątek stanowi pięć grup, tj. owoce ogółem, jabłka, ryby, owoce morza i przetwory rybne oraz soki i napoje oraz wody mineralne i źródlane (tab. 3).

Pomimo iż przedstawiony region zajmuje czołową pozycję w produkcji ogrodniczej, konsumpcja owoców, wynosząca według GUS ok. 3,16 kg/osobę/miesiąc, w wiejskich gospodarstwach domowych w województwie mazowieckim jest niższa niż w Polsce ogółem oraz w miastach. Według szacunków Instytutu Żywności i Żywienia, pomimo realizowanych programów edukacyjno-informacyjnych, odsetek uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych w województwie mazowieckim cierpiących na nadwagę lub otyłość sięga prawie 30% (Wolnicka, Taraszewska, Jaczewska-Schuetz 2012), a badania wśród dzieci potwierdzają istotną relację między niskim spożyciem warzyw i owoców a nadmierną masą ciała (Harton i in. 2015). Sytuacja ta niepokoi dodatkowo, gdyż niższe spożycie owoców i warzyw w wiejskich gospodarstwach domowych w porównaniu do miejskich obserwuje się od lat (Halicka, Woźniak 2010). W analizach ogólnokrajowych od 2000 r. spożycie owoców i warzyw spadło w największym stopniu w gospodarstwach domowych rolników, przybliżając wzorzec ich konsumpcji do obserwowanego u mieszkańców miast (Świstak, Laskowski 2016).

Ważnym markerem zrównoważonej konsumpcji żywności jest mięso, co wynika z faktu istotnego wpływu produkcji zwierzęcej na środowisko, w tym wytwarzanie gazów cieplarnianych (Konieczny, Mroczek, Kucharska 2013). W 2015 r. w województwie mazowieckim spożycie mięsa w wiejskich gospodarstwach domowych wynosiło 5,10 kg/osobę. Jest to mniej niż przeciętnie w Polsce, lecz więcej niż w miastach badanego województwa. W strukturze spożycia na kolejnym miejscu plasują się warzywa (bez ziemniaków), których miesięczna konsumpcja wynosiła 4,50 kg/osobę.

W odniesieniu do założeń zrównoważonej konsumpcji warto zwrócić uwagę na spożycie wody mineralnej i źródlanej – jest ono dwukrotnie wyższe według GUS w miejskich gospodarstwach domowych, zarówno w populacji ogólnopolskiej, jak i w analizowanym województwie. Regularne spożywanie wody jest korzystne dla prawidłowego rozwoju oraz funkcjonowania organizmu, lecz plastikowe opakowania po niej pozostawiają trwałe ślady w środowisku. Do wyprodukowania jednej plastikowej butelki zużywane są znaczne ilości wody, a rozkład butelki (w zależności od jej składu) trwa od 100 do 1000 lat (Stachurek 2012). Istotną kwestią jest także jakość wód butelkowanych (szczególnie źródłanych i stołowych), które często nie różnią się składem mineralnym od wody, która leci z kranu (Gałarska, Garbowska, Radzymińska 2017).

5. Spożycie wybranych produktów żywnościowych w świetle badań ankietowych

Zebrane dane ankietowe wykazały, że dwie trzecie (67%) rodziców potwierdziło, że ich dziecko prawie codziennie lub częściej spożywa owoce świeże i mrożone, a 60% soki i napoje owocowe lub owocowo-warzywne (w badaniu własnym wyszczególniono rodzaje soków – soki i napoje owocowe i owocowo-warzywne oraz soki i napoje warzywne, w badaniach GUS występuje jedna kategoria „soki i napoje”). Znaczna część dzieci w opinii rodziców (43%) regularnie sięga po warzywa (tab. 4). Według analizowanych danych deklarowane spożycie warzyw było jednak niższe od poziomu zalecanego przez Instytut Żywności i Żywienia, według którego dzieci i młodzież powinny jeść warzywa i owoce jak najczęściej, i w jak największej ilości (Jarosz 2008). Według deklaracji rodziców dzieci rzadziej niż raz w tygodniu lub wcale nie konsumowały suszonych owoców (69%), nasion roślin strączkowych (takich jak np. fasola, groch, ciecierzycy) i potraw z nich lub z nimi (64%), ziaren np. słonecznika, dyni, siemienia lnianego (62%) oraz orzechów i orzeszków (53%).

Tabela 4. Częstość spożycia przez dzieci produktów najbardziej zalecanych w zrównoważonym modelu konsumpcji żywności (%)

Table 4. Frequency of children's consumption of foods mostly recommended in the sustainable food consumption model (%)

Wyszczególnienie	Raz dziennie lub częściej	Prawie codziennie (5–6 razy w tygodniu)	Kilka (2–4 razy w tygodniu)	Raz w tygodniu	Rzadziej niż raz w tygodniu lub wcale
Owoce świeże i mrożone	32	35	21	6	6
Warzywa*	18	25	34	14	9
Orzechy, orzeszki	2	5	16	23	53
Ziarna, np. słonecznika, dyni, siemię lniane	2	3	11	21	62
Owoce suszone	1	5	12	12	69
Nasiona roślin strączkowych, np. fasola, groch, ciecierzycy i potrawy z nich / z nimi	0	1	11	23	64

* Bez ziemniaków.

Źródło: badanie własne, 2017.

Source: Own study, 2017.

Analizując częstość spożycia wybranych produktów mniej korzystnych dla zdrowia (z dużą zawartością cukru, soli lub tłuszczu), zaobserwowano, że 70% dzieci z terenów wiejskich kilka razy w tygodniu lub częściej sięga po cukierki i pozostałe słodkie, a jeszcze większy ich odsetek konsumuje wszystkie objęte badaniem produkty pochodzenia zwierzęcego (tab. 5 i 6). Produkty, które według rodziców dzieci spożywały z największą częstością (prawie codziennie lub częściej), to woda butelkowana (80%), owoce świeże i mrożone (67%), produkty mleczne (66%), przetwory mięsne (65%) oraz soki owocowe i owocowo-warzywne (60%).

Tabela 5. Częstość spożycia produktów zwierzęcych przez dzieci (%)

Table 5. Frequency of children's consumption of animal products (%)

Wyszczególnienie	Raz dziennie lub częściej	Prawie codziennie (5–6 razy w tygodniu)	Kilka (2–4 razy w tygodniu)	Raz w tygodniu	Rzadziej niż raz w tygodniu lub wcale
Mleko krowie	28	26	18	7	22
Produkty mleczne, np. jogurty, twaróg, sery	27	39	25	5	4
Przetwory mięsne	24	41	27	4	5
Mięso, potrawy mięsne	17	37	43	2	0

Źródło: badanie własne, 2017.

Source: Own study, 2017.

Tabela 6. Częstość spożycia produktów wysokoprzetworzonych, słodczy i napojów bezalkoholowych przez dzieci (%)

Table 6. Frequency of children's consumption of highly processed foods, sweets and drinks (%)

Wyszczególnienie	Raz dziennie lub częściej	Prawie codziennie (5–6 razy w tygodniu)	Kilka (2–4 razy w tygodniu)	Raz w tygodniu	Rzadziej niż raz w tygodniu lub wcale
Woda butelkowana	53	27	10	3	7
Soki i napoje owocowe lub owocowo-warzywne	33	27	26	7	7
Soki i napoje warzywne	10	12	19	9	49
Cukierki i pozostałe słodkie*	5	18	47	19	11
Czekolada i wyroby czekoladowe	3	10	41	30	15

* Oprócz czekolady i wyrobów czekoladowych.

Źródło: badanie własne, 2017.

Source: Own study, 2017.

Znaczna część ankietowanych deklarowała, że ich dziecko spożywa czekoladę i wyroby czekoladowe kilka razy w tygodniu (41%) lub raz w tygodniu i rzadziej lub wcale (45%). Z kolei 91% dzieci stosunkowo rzadko (rzadziej niż raz w tygodniu lub wcale) konsumuje dania gotowe i produkty przetworzone, co może być związane z bardziej powszechnym zwyczajem spożywania posiłków w domu.

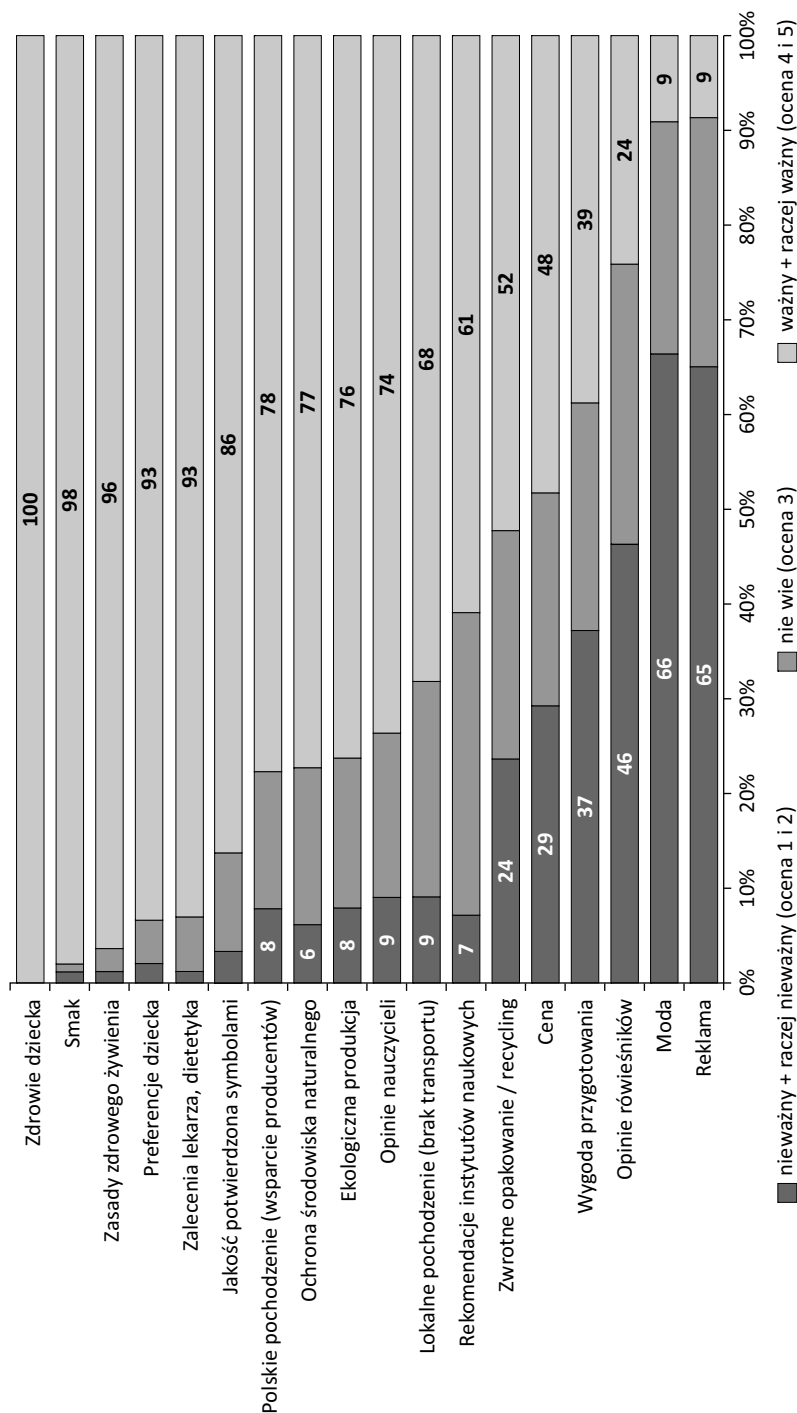
6. Czynniki warunkujące wybór żywności w rodzinach z dziećmi

W celu poznania kryteriów wyboru żywności dla dzieci rodziców poproszono o przypisanie osiemnastu czynnikom liczb od 1 do 5, gdzie 1 oznaczało „nieważny”, 2 – „raczej nieważny”, 3 – „nie wiem”, 4 – „raczej ważny”, a 5 „ważny” (rys. 1). Analiza zebranych danych ankietowych wskazuje, że w badanych gospodarstwach domowych na terenie województwa mazowieckiego zdecydowanie najważniejszymi czynnikami determinującymi wybór żywności dla dzieci są zdrowie dziecka (średnia \bar{x} :4,9 w skali do 5), zasady zdrowego żywienia (\bar{x} :4,54) oraz zalecenia lekarza, dietetyka lub pielęgniarki (\bar{x} :4,4). Uczestnicy badania w bardzo wysokim odsetku ocenili jako „raczej ważne” i „ważne” również czynniki wyboru związane z cechami produktów, takimi jak smak (\bar{x} :4,7), jakość produktu potwierdzona symbolami wysokiej jakości (86,3% wskazań, \bar{x} :4,2) oraz preferencje dziecka (\bar{x} :4,4).

Zdrowie jest kluczowe z punktu widzenia zasad zrównoważonej konsumpcji, lecz równie istotny jest wpływ konsumowanych produktów na środowisko naturalne. Zebrane dane wskazują, że respondenci postrzegają to kryterium jako „raczej ważne” (\bar{x} :4,0). Podobny odsetek zaznaczyło zakup lokalnych/polskich produktów w celu wspierania rodzimych producentów oraz ekologiczny sposób produkcji. Ponad 68% badanych stwierdziło, że bierze pod uwagę pochodzenie (polskie/lokalne) produktów w kontekście ograniczania przewozów żywności. Ponadto więcej niż połowa respondentów (52,3%) przyznała, że dokonując wyboru żywności z myślą o dzieciach, bierze pod uwagę możliwość ponownego przetworzenia lub zwrotu opakowania produktu (\bar{x} :3,3).

Opinie nauczycieli oraz opinie rówieśników dziecka jako kryteria wyboru uzyskały odpowiednio \bar{x} :3,8 i \bar{x} :3,7, a rekomendacje instytutów naukowych \bar{x} :3,7. Zaledwie dla jednej czwartej ankietowanych (24,2%) opinie rówieśników stanowią istotne kryterium wyboru (\bar{x} :2,7). Cena jako determinanta wyboru żywności dla dziecka uzyskała zaledwie 48,3% deklaracji „raczej ważny” oraz „ważny” (\bar{x} :3,2), a wygoda przygotowania 38,8% (\bar{x} :3,0). Zazwyczaj czynniki te należą do decydujących przy wyborze produktów żywnościowych.

Zdaniem respondentów najmniejsze znaczenie warunkujące wybór żywności dla dzieci ma moda (9,1%, \bar{x} :2,0) oraz reklama (8,6% wskazań i taka sama średnia, tj. \bar{x} :2,0).



Rysunek 1. Czynniki wpływające na wybór przez rodzica żywności dla dziecka
Figure 1. Factors influencing parents' food choices for the child

Źródło: badanie własne, 2017.
 Source: Own study, 2017.

Analiza statystyczna wykazała występowanie istotnych różnic w odpowiedziach respondentów w zależności od ich wykształcenia oraz liczby dzieci mieszkających w gospodarstwie domowym. Respondenci o wykształceniu niższym niż średnie deklarowali wyższe zaufanie dla opinii nauczycieli (p-value 0,000), rekomendacji instytutów naukowych lub ekspertów (p-value 0,017), zaleceń lekarza, diety lub pielęgniarstwa (p-value 0,017), opinii rówieśników dziecka (p-value 0,004) i reklamy (p-value 0,012) niż grupa ankietowanych o średnim i wyższym wykształceniu. Zauważono również, że im więcej dzieci w gospodarstwie domowym, tym większe znaczenie miała wygoda przygotowania (p-value 0,003) i mniejsze – jakość produktu potwierdzona symbolami wysokiej jakości (p-value 0,016) jako czynnika wyboru żywności dla dzieci.

7. Bariery w realizacji modelu zrównoważonej konsumpcji żywności

Prawie połowa (49%) ankietowanych przyznała, że nie spotkała się z terminem „zrównoważona konsumpcja żywności”, a spośród tych, którzy potwierdzili jego znajomość, 18% poprawnie zaznaczyło, że konsumpcja ta jest związana z ograniczeniem wpływu na środowisko naturalne. Oznacza to, że 9% badanej próby wiedziało, co oznacza to pojęcie.

Zapytani o główne bariery w kształtowaniu wśród dzieci w wieku wczesnoszkolnym nawyków sprzyjających zdrowiu i środowisku naturalnemu ankietowani zaznaczyli odpowiedzi: preferencje dzieci (29,5%) i niska wiedza rodziców/opiekunów (24,5%). Kolejnymi czynnikami okazały się brak dostatecznego nagłośnienia tych zagadnień w mediach (16,4%) oraz brak rozmów na tematy z nimi związane w domach (15,6%). Na trudną sytuację finansową rodziny oraz opinie rówieśników jako przeszkody w realizacji zrównoważonego wzorca konsumpcji wskazał jedynie co dwudziesty ankietowany (tab. 7).

Prawie 70% respondentów przyznało, że preferencje dzieci stanowią barierę w kreowaniu nawyku spożywania przez nie produktów sezonowych, a 56,5% – że ograniczają one kształtowanie nawyku częstego (co najmniej pięć razy dziennie) spożywania owoców i warzyw. Mniej niż połowa respondentów (46,3%) stwierdziła, że preferencje dzieci ograniczają także możliwość zwiększenia w diecie ilości spożywanych produktów pochodzenia roślinnego oraz zmniejszenia ilości spożywanych produktów pochodzenia zwierzęcego (37,3%).

Innym istotnym czynnikiem ograniczającym realizację zasad zrównoważonej konsumpcji żywności przez dzieci jest niska wiedza rodziców/opiekunów. Respondenci wskazali brak wiedzy rodziców/opiekunów jako barierę w ograniczaniu konsumpcji produktów wysokoprzetworzonych (36,9%) oraz zwiększania ilości żywności naturalnej, mało przetworzonej (34,8%).

Tabela 7. Bariery w kształtowaniu zdrowszych i prośrodowiskowych nawyków związanych z żywnością i żywieniem wśród dzieci (% odpowiedzi)**Table 7.** Barriers to creating healthier and pro-environmental habits linked to food and nutrition among children (% of answers)

Wyszczególnienie	Preferencje dzieci	Niska wiedza rodziców/ opiekunów	Opinie rówieśników	Brak dostatecznego nagłośnienia w mediach	Brak rozmów na ten temat w domach	Trudna sytuacja finansowa rodzin z dziećmi	Inne
Spożywanie produktów sezonowych	69,8*	5,7	4,7	4,7	10,4	4,2	0,5
Ograniczenie strat i marnotrawstwa żywności	10,0	23,4	2,9	21,5	34,9	4,8	2,4
Zwiększanie ilości spożywanych produktów pochodzenia roślinnego	46,3	23,2	5,4	7,9	10,8	3,4	3,0
Zmniejszenie ilości spożywanych produktów pochodzenia zwierzęcego	37,3	30,8	7,0	6,5	14,4	2,5	1,5
Spożywanie produktów wytwarzanych w kraju	9,6	28,8	5,1	32,3	16,2	2,0	6,1
Zwiększanie ilości żywności naturalnej, mało przetworzonej	13,4	34,8	3,5	16,9	16,9	11,4	3,0
Ograniczenie kupowania wody w plastikowych butelkach	15,0	22,3	5,8	28,6	15,0	5,8	7,3
Zmniejszenie ilości spożycia produktów wysokoprzetworzonych	7,9	36,9	7,4	21,2	14,3	6,4	5,9
Spożywanie owoców i warzyw minimum 5 razy dziennie	56,5	14,4	3,3	7,7	7,7	8,6	1,9
Średnio	29,5	24,5	5,0	16,4	15,6	5,5	3,5

* Wartości oznaczone pogrubioną czcionką oznaczają najwyższy procent wskazań dla określonego nawyku żywieniowego.

Źródło: Badanie własne, 2017

Source: Own study, 2017.

Ankietowani wskazali, że brak dostatecznego nagłośnienia w mediach tematów związanych ze zrównoważoną konsumpcją dotyczy przede wszystkim kwestii spożywania produktów wytwarzanych w kraju (32,3%) oraz ograniczenia kupowania wody w plastikowych butelkach (28,6%). Kolejną istotną barierą w kreowaniu nawyków żywieniowych służących zarówno zdrowiu, jak i środowisku jest brak

rozmów na ten temat między rodzicami (opiekunami) a dziećmi: 34,9% uczestników badania potwierdziło, że nie porusza w rozmowach w domu problemu ograniczenia strat i marnotrawstwa żywności.

Analiza statystyczna wykazała, że płeć i liczba dzieci w gospodarstwie domowym respondentów nie miały statystycznego wpływu na powyższe opinie, zaobserwowano jednak istotne różnice w deklaracjach respondentów w zależności od wieku i stopnia wykształcenia.

Dla grupy rodziców w wieku poniżej 35 lat (50% grupy) przeszkodami w zwiększaniu spożycia żywności naturalnej, mało przetworzonej są brak wiedzy oraz rozmów w domach na ten temat. W przypadku starszych respondentów, oprócz niepewności i niskiej wiedzy, ograniczeniem jest mała aktywność mediów w nagłaśnianiu tej tematyki (p-value 0,024).

Osoby ze średnim i wyższym wykształceniem deklarowały, że głównymi barierami dla spożywania produktów lokalnych (wytwarzanych w kraju) jest brak dostatecznego nagłośnienia w mediach i niska wiedza rodziców/opiekunów. Wśród osób o wykształceniu zasadniczym zawodowym (lub niższym) ważną przeszkodę w tym obszarze stanowiła również trudna sytuacja finansowa rodzin z dziećmi (p-value 0,006). Różnice w opiniach zauważono także w przypadku wskazania barrier dla zmniejszania w diecie dzieci produktów pochodzenia zwierzęcego (p-value 0,028). Respondenci ze średnim i wyższym wykształceniem jako przeszkodę istotnie częściej wskazywali preferencje dzieci, a osoby z wykształceniem zasadniczym zawodowym (lub niższym) niską wiedzę opiekunów w tym obszarze.

8. Podsumowanie i wnioski

Zrównoważona konsumpcja żywności, wspierana przez Organizację Narodów Zjednoczonych, ośrodki naukowo-badawcze i zaangażowane w sprawy żywienia ludności organizacje pozarządowe, zakłada konieczność zwiększenia udziału w strukturze spożycia produktów pochodzenia roślinnego, sezonowych, nisko-przetworzonych i wyprodukowanych lokalnie. Przesłankami do zmian zachowań żywieniowych są nie tylko zdrowie i ekonomia, ale także troska o środowisko i zasoby naturalne ziemi. Przedstawione w artykule wyniki potwierdziły, że pojęcie „zrównoważonej konsumpcji żywności” jest wśród mieszkańców województwa mazowieckiego wciąż stosunkowo mało rozpowszechnione. Warto jednak zauważyć, że uzyskany wynik ok. 9% poprawnych wskazań jest wyższy od zaobserwowanego (6%) w 2014 r. wśród mieszkańców miast tego regionu (Rejman, Kowrygo, Laskowski 2015). Według zebranych danych ankietowych czynnikami decydującymi o wyborze żywności dla dziecka są przede wszystkim jego zdrowie, preferencje dzieci i zalecenia lekarzy. Istotne z punktu widzenia ekorozwoju determinanty – takie

jak jakość produktów potwierdzona symbolami, polskie pochodzenie żywności oraz aspekty środowiskowe – także stanowiły dla większości (3/4) rodziców ważne kryteria wyboru.

Z przeprowadzonej analizy danych o wielkości i częstości spożycia żywności można wysnuć wniosek o potrzebie zwiększenia w codziennym żywieniu dzieci z regionów wiejskich udziału żywności pochodzenia roślinnego, tj. warzyw, owoców (również w postaci suszonej), ziaren (np. słonecznika, dyni itp.) oraz nasion roślin strączkowych. Regularna konsumpcja (kilka razy dziennie) tych grup produktów jest rekomendowana przez specjalistów, ze względu na ich walory zdrowotne (bogate źródło polifenoli, kwasów tłuszczowych omega-3, witamin z grupy B, witaminy C, mikroelementów) i korzystny wpływ na prawidłowy rozwój fizyczny oraz intelektualny dzieci (Jarosz 2008). Ważne jest też zwrócenie uwagi na ekologiczne konsekwencje kupowania wody butelkowanej, soków lub napojów w plastikowych butelkach. Tematyka wpływu tych wyborów na środowisko naturalne powinna być szeroko podejmowana nie tylko w domach, ale także w szkołach i mediach. Biorąc pod uwagę zidentyfikowane w badaniu czynniki determinujące wybór żywności dla dziecka oraz bariery w realizacji zaleceń zrównoważonej konsumpcji, wskazane byłoby podjęcie działań promujących produkty pochodzenia roślinnego wytwarzane lokalnie i dostępne sezonowo. Ważne jest podkreślenie wpływu ich konsumpcji nie tylko na zdrowie, ale także na przyszłość planety.

Analiza przedstawionych w pracy danych statystycznych GUS wskazuje, że wielkość spożycia większości badanych grup żywności w wiejskich gospodarstwach domowych z dziećmi jest niższa w województwie mazowieckim niż w próbie ogólnopolskiej. Może to świadczyć o większej gospodarności, w tym mniejszym marnotrawstwie żywności, w tych gospodarstwach. Inne badanie, obejmujące mieszkańców województwa śląskiego, wskazywało również, że zachowania mieszkańców wsi są bardziej zrównoważone aniżeli ludności żyjącej w miastach (Jaros 2016).

Rozpowszechnienie informacji o założeniach konsumpcji zrównoważonej – w trosce o zdrowie i środowisko – na obszarach wiejskich wydaje się być szczególnie potrzebne wśród młodszych rodziców, w wieku poniżej 35 lat. Zarówno szkoła, jak i media powinny być dla rodzin źródłem wiedzy w procesie kreowania takiego modelu konsumpcji oraz utrwalania bardziej zrównoważonych zachowań żywieniowych młodego pokolenia.

Bibliografia

- Dąbrowska A., Bylok F., Janoś-Kresło M., Kielczewski D., Ozimek I. (2015). *Kompetencje konsumentów: Innowacyjne zachowania, zrównoważona konsumpcja*. Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.

- FAO (2010). *Sustainable diets and biodiversity: Directions and solutions for policy, research and action*. <http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/background/sustainable-dietary-guidelines/en/> (dostęp 5.03.2018).
- Gątorska A., Garbowska B., Radzyńska M. (2017). Wody butelkowane: dlaczego rośnie ich spożycie? *Przemysł Spożywczy*, 71 (11), 6–9.
- Gębarowski M., Cholewa-Wójcik A. (2015). Popularyzacja ekologicznego wymiaru zrównoważonej konsumpcji z wykorzystaniem marketingu sensorycznego. *Journal of Agribusiness and Rural Development*, 3 (37), 1–7.
- GUS (2017). *Stan i ruch naturalny ludności w województwie mazowieckim w 2016 r.* <http://warszawa.stat.gov.pl/opracowania-biezace/opracowania-sygnalne/ludnosc/stan-i-ruch-naturalny-ludnosc-w-województwie-mazowieckim-w-2016-r-1,11.html> (dostęp: 8.03.2018).
- Gutkowska K., Piekut M. (2014). Konsumpcja w wiejskich gospodarstwach domowych. *Więś i Rolnictwo*, 4 (165), 159–178.
- Halicka E., Rejman K. (2010). Wzorce spożycia żywności w Polsce. *Więś i Rolnictwo*, 4 (149), 75–94.
- Halicka E., Woźniak A. (2010). Poziom i zróżnicowanie konsumpcji żywności w województwie mazowieckim. *Więś i Rolnictwo*, 2 (147), 189–198.
- Harton A., Florczak J., Myszkowska-Ryciak J., Gajewska D. (2015). Spożycie warzyw i owoców przez dzieci w wieku przedszkolnym. *Problemy Higieny i Epidemiologii*, 96 (4), 732–736.
- Jaros B. (2016). Zrównoważona konsumpcja w praktyce: Raport z badań. *Optimum. Studia Ekonomiczne*, 3 (81), 148–161.
- Jarosz M. (red.) (2008). *Zasady prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży oraz wskazówki dotyczące zdrowego stylu życia*. Warszawa: Instytut Żywności i Żywienia.
- Kiełczewski D. (2008). *Konsumpcja a perspektywy zrównoważonego rozwoju*. Białystok: Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Konieczny P., Mroczek E., Kucharska M. (2013). Ślad węglowy w zrównoważonym łańcuchu żywnościowym i jego znaczenie dla konsumenta żywności. *Journal of Agribusiness and Rural Development*, 3 (29), 51–64.
- Kryk B. (2013). Zrównoważona jakość życia a zrównoważona konsumpcja i zachowania ekologiczne polskich konsumentów. *Handel Wewnętrzny*, 6A (2), 5–19.
- Neale A. (2015). Zrównoważona konsumpcja: Źródła koncepcji i jej zastosowanie. *Prace Geograficzne Instytutu Geografii i Gospodarki Przestrzennej Uniwersytetu Jagiellońskiego*, 141, 141–158.
- Piekut M. (2017). *Wzorce konsumpcji według typów wiejskich gospodarstw domowych w latach 2004–2014*. Warszawa: Difin.
- Rejman K., Kowrygo B., Laskowski W. (2015). Ocena struktury spożycia żywności w Polsce w aspekcie wymogów zrównoważonej konsumpcji. *Journal of Agribusiness and Rural Development*, 3 (37), 503–512.
- Stachurek I. (2012). Problemy z biodegradacją tworzyw sztucznych w środowisku. *Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Zarządzania Ochroną Pracy w Katowicach*, 1 (8), 74–108.

- Sustain (2013). *Eat well and save the planet! A short guide for consumers on how to eat green, healthier and more ethical food. Sustain: The alliance for better food and farming.* <https://www.sustainweb.org/sustainablefood/> (dostęp: 23.02.2018).
- Świstak E., Laskowski W. (2016). Zmiany wzorca konsumpcji żywności na wsi i ich uwarunkowania. *Zeszyty Naukowe Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego Ekonomika i Organizacja Gospodarki Żywnościowej*, 114, 5–17.
- UN (2015). *Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development.* <https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld> (dostęp: 23.02.2018).
- Wiszniewski E. (1983). *Ekonomika konsumpcji*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Wolnicka K., Taraszewska A., Jaczewska-Schuetz J. (2012). Występowanie nadwagi, otyłości oraz niedoboru masy ciała wśród uczniów klas III szkół podstawowych z uwzględnieniem różnic regionalnych. *Endokrynologia, Otyłość i Zaburzenia Przemiany Materii*, 8 (3), 80–85.
- WWF-UK (2017). *Eating for 2 degrees new and updated Livewell Plates: Summary Report.* <https://www.wwf.org.uk/eatingfor2degrees> (dostęp: 22.02.2018)

Sustainable Food Consumption in Rural Households with Children

Abstract: In the face of current challenges such as the contamination and degradation of the natural environment and the finite nature of water, soil and energy resources, it is a growing priority to promote a consumption model that supports the quality of life both of current and future generations. In the case of food, this concept – known as sustainable consumption – assumes a significant increase in the proportion of plant-based, seasonal and local foods in daily diets. Sustainable consumption also counteracts food wastage and losses as well as preventing diseases linked to overeating, such as obesity. Household budget data collected by the Central Statistical Office and presented in this paper indicate that in the Mazovian voivodeship, in households with children aged five to nine years the consumption of most of the food product groups analysed is lower than the Polish average. The consumption of fruit in rural households is also below average compared to urban areas. Only around 9% of respondents knew what the term “sustainable food consumption” meant although two thirds admitted that they talk about household food waste and loss with their children. Results of the questionnaire study show that the main determinants of parents’ food choices are health of the child, taste and the rules of healthy nutrition. The main barriers to behavioural change in order to make food choices more eco-friendly are children’s food preferences, adults’ low knowledge about sustainable consumption recommendations and lack of conversations about the link between food and the environment at home.

Keywords: sustainable food consumption, rural households, children, parents, Mazovian voivodeship.