

## Ocena poziomu wiedzy żywieniowej podchorążych Wyższej Szkoły Oficerskiej Sił Powietrznych w Dęblinie - badania wstępne

Agata Gaździńska <sup>1/</sup>, Paulina Baran <sup>1/</sup>, Mariusz Wyleżoń <sup>1/</sup>, Paweł Jagielski <sup>2/</sup>, Franciszek W. Skibniewski <sup>1/</sup>

1/ Wojskowy Instytut Medycyny Lotniczej, Warszawa

2/ Uniwersytet Jagielloński, Collegium Medicum, Kraków

### Streszczenie

**Cel.** Ocena poziomu wiedzy żywieniowej słuchaczy Wyższej Szkoły Oficerskiej Sił Powietrznych w Dęblinie.

**Materiał i metody.** Badaniami objęto grupę 100 podchorążych Wydziału Lotnictwa WSOSP w Dęblinie, z czego 87 badanych stanowili mężczyźni, a 13 kobiety. Zastosowanym narzędziem badawczym była autorska ankieta składająca się z 22 pytań, pozwalająca na określenie poziomu wiedzy z zakresu prawidłowego żywienia.

**Wyniki i wnioski.** Wykazany w ankiecie poziom wiedzy żywieniowej w badanej grupie podchorążych był zróżnicowany. Ogólna znajomość zasad prawidłowego żywienia była zadowalająca. Niestety, niektóre pytania okazały się bardzo trudne dla podchorążych, szczególnie te, które dotyczyły źródeł nasyconych i nienasyconych kwasów tłuszczowych w diecie. Niepokojący jest fakt, że źródłem wiedzy na temat prawidłowego żywienia dla zdecydowanej większości podchorążych jest Internet.

**Słowa kluczowe:** *wiedza żywieniowa, składniki odżywcze, dieta, podchorążowie*