



SVEUČILIŠTE U SPLITU
University of Split

SVEUČILIŠNI ODJEL ZDRAVSTVENIH STUDIJA
University Department for Health Studies

Ruđera Boškovića 35, 21 000 Split, Hrvatska, Croatia



**Pridržavanje obrasca mediteranske prehrane i razine tjelesne aktivnosti
kod djece i mladih u Hrvatskoj**

MeDiPhy

**Adherence to the pattern of the Mediterranean diet
and the level of physical activity in children and youth in Croatia**

Ime i prezime nositelja projekta	Doc. dr. sc. Antonela Matana
E-mail adresa	antmatana@ozs.unist.hr
Organizacija	Sveučilište u Splitu, Sveučilišni odjel zdravstvenih studija Ruđera Boškovića 35
Financijer projekta	Sveučilište u Splitu, Sveučilišni odjel zdravstvenih studija
Imena suradnika i suradnih ustanova na projektu	Doc. dr. sc. Ante Burger; Ivana Franić, prof. bio. i kem.; dr. sc. Endica Radić Hozo, Petra Boljat, mag. prim. educ. OŠ Žnjan - Pazigrad
Sažetak	<p>Mediteranska prehrana se smatra jednom od najzdravijih vrsta prehrane u svijetu. Brojna istraživanja su pokazala da je pridržavanje obrasca mediteranske prehrane povezano s dugovječnošću, kao i s prevencijom raznih bolesti, uključujući kardiovaskularne bolesti, dijabetes tipa 2, pretilost, rak i mnoge druge. Životne navike koje se razvijaju tijekom djetinjstva i mladosti u velikoj mjeri utječu na zdravlje u kasnijem životu, čineći ranu fazu života posebno važnom za usvajanje i održavanje zdravih navika. Cilj ovog istraživanja je ispitati u kojoj se mjeri djeca i mladi različitih uzrasta (djeca vrtičke dobi, osnovnoškolci, srednjoškolci i mladi stariji od 18 godina) pridržavaju obrasca mediteranske prehrane i kakva im je razina tjelesne aktivnosti. Usporedit će se prehrabene navike i razina tjelesne aktivnosti kod djece i mladih različitih uzrasta te odrediti koji faktori utječu na prehrabene navike (testirat će se demografski podaci djece i roditelja, indeks tjelesne mase djece i roditelja, financijski i radni status roditelja, prehrabene navike roditelja).</p> <p>U istraživanju će se koristiti upitnik sastavljen na Sveučilišnom odjelu zdravstvenih studija (predloženi upitnik sadržava validirani upitnik KIDMED koji služi za procjenu pridržavanja mediteranske prehrane kod djece starosti 2-24 godine i validirani</p>



SVEUČILIŠTE U SPLITU
University of Split

SVEUČILIŠNI ODJEL ZDRAVSTVENIH STUDIJA
University Department for Health Studies



Ruđera Boškovića 35, 21 000 Split, Hrvatska, *Croatia*

upitnik MEDAS koji služi za procjenu pridržavanja mediteranske prehrane kod odraslih).

Temeljem rezultata projekta očekujemo da će se podići svijest o nezadovoljavajućoj kvaliteti prehrane, kao i o nedostatnoj tjelesnoj aktivnosti kod djece i mladih u Hrvatskoj.

Također, ovo istraživanje će ukazati za koju uzrast je potrebno uložiti dodatne napore kako bi se promovirale zdrave životne navike, uključujući ispravnu prehranu i redovitu tjelesnu aktivnost.