

## ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ORIGINAL PAPER

# Γνώσεις επιστημόνων υγείας σε ζητήματα διατροφής

**ΣΚΟΠΟΣ** Η αξιολόγηση βασικών διατροφικών γνώσεων σε ένα δείγμα ιατρών, νοσηλευτών και φοιτητών, προερχόμενων από σχολές επιστημών υγείας. **ΥΛΙΚΟ-ΜΕΘΟΔΟΣ** 255 φοιτητές επιστημών υγείας και επαγγελματίες υγείας συμπλήρωσαν ερωτηματολόγιο κλειστού τύπου, αποτελούμενο από 7 ερωτήσεις. Εφαρμόστηκε περιγραφική στατιστική, προσδιορίστηκε η ακρίβεια των απαντήσεων και έγινε η σύγκριση των αναλογιών με τη δοκιμασία  $\chi^2$ . Το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ορίστηκε σε  $p=0,05$ . Η στατιστική επεξεργασία έγινε με το πρόγραμμα SPSS 13.0. **ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ** Ο μέσος όρος της ακρίβειας των απαντήσεων ήταν  $<50\%$ . Σε τρεις ερωτήσεις, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των υποομάδων, με τους ιατρούς να δίνουν το μεγαλύτερο ποσοστό σωστών απαντήσεων και τους φοιτητές Νοσηλευτικής το χαμηλότερο. **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ** Οι γνώσεις των επαγγελματιών υγείας αναφορικά με τα ζητήματα διατροφής είναι ελλιπείς. Χρειάζεται επανασχεδιασμός των προπτυχιακών προγραμμάτων και της κλινικής άσκησης.

Η διατροφή διαδραματίζει βασικό ρόλο στην πρόληψη των νοσημάτων και στην επίτευξη ενός βασικού επιπέδου υγείας για κάθε οργανισμό. Στις ημέρες μας, όπου η παχυσαρκία και τα νοσήματα του καρδιαγγειακού συστήματος έχουν προσλάβει εκρηκτικές διαστάσεις, οι βασικές διατροφικές γνώσεις είναι αναγκαίες στον οποιοδήποτε άνθρωπο, πολύ δε περισσότερο στους επαγγελματίες υγείας, οι οποίοι συχνά καλούνται να απαντήσουν σε σχετικά ερωτήματα ασθενών και να παράσχουν τις ανάλογες κατευθύνσεις. Οι επαγγελματίες υγείας, ήδη από τα φοιτητικά τους χρόνια, πρέπει να είναι ενήμεροι όσον αφορά στα βασικά ζητήματα υγιεινής διατροφής, καθώς η πλημμελής γνώση μπορεί να οδηγήσει σε εσφαλμένες κλινικές πρακτικές, με σημαντικές επιπτώσεις στην υγεία των ασθενών, αλλά και των ιδίων.<sup>1-3</sup> Στα προγράμματα σπουδών των επαγγελματιών υγείας περιλαμβάνονται μαθήματα σχετικά με τη διατροφή, με σκοπό την αρτιότερη δυνατή κατάρτισή τους αναφορικά με το ζήτημα της διατροφής. Ωστόσο, υπάρχει η άποψη ότι, συχνά, τόσο οι επαγγελματίες υγείας όσο και ο γενικός πληθυσμός δεν είναι κατάλληλα ενημερωμένοι, ενώ η οποιαδήποτε γνώση είναι αποσπασματική και συγκεχυμένη.<sup>4-6</sup> Άλλωστε, οι ίδιοι οι επαγγελματίες υγείας αναγνωρίζουν ότι

υπάρχουν σημαντικά περιθώρια βελτίωσης στη διδασκαλία των μαθημάτων που σχετίζονται με τη διατροφή, τόσο σε προπτυχιακό επίπεδο όσο και μετέπειτα στη σταδιοδρομία τους.<sup>4,5</sup> Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η αξιολόγηση βασικών διατροφικών γνώσεων σε ένα δείγμα ιατρών, νοσηλευτών και φοιτητών, που προέρχονταν από σχολές επιστημών υγείας.

## ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΣ

Χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο με 7 ερωτήσεις, κλειστού τύπου, σε μετάφραση αντίστοιχου ερωτηματολογίου που είχε χρησιμοποιηθεί σε παλαιότερη έρευνα του εξωτερικού.<sup>7</sup> Υπήρχαν δύο δυνατότητες απάντησης: Ναι ή όχι. Υπολογίστηκε η ακρίβεια των απαντήσεων με βάση τον τύπο: Ακρίβεια = αριθμός σωστών απαντήσεων/αριθμό του συνόλου των απαντήσεων. Οι σωστές απαντήσεις και το ερωτηματολόγιο παρατίθενται στον πίνακα 1. Για την επιβεβαίωση των σωστών απαντήσεων ο αναγνώστης παραπέμπεται στην αντίστοιχη βιβλιογραφία.<sup>7,8</sup> Το ερωτηματολόγιο διανεμήθηκε στους φοιτητές του 1ου, 2ου και 5ου εξαμήνου του τμήματος Νοσηλευτικής σε ΑΤΕΙ επαρχιακής πόλης, σε επαγγελματίες υγείας-φοιτητές μεταπτυχιακού προγράμματος του Πανεπιστημίου Αθηνών και σε ένα δείγμα ευκολίας από εργαζόμενους

ΑΡΧΕΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ 2011, 28(1):79-82  
ARCHIVES OF HELLENIC MEDICINE 2011, 28(1):79-82

Ε. Γκεσούλη-Βολτυράκη,  
Μ. Λαμπαδιάρη,  
Α. Υφαντής,  
Α. Βλαχάκη,  
Χ. Κουτκιά,  
Ε. Ταλάντζη,  
Μ. Νούλα

Τμήμα Νοσηλευτικής, ΤΕΙ Λαμίας, Λαμία

The knowledge of health scientists  
about nutritional issues

Abstract at the end of the article

## Λέξεις ευρετηρίου

Αξιολόγηση  
Γνώσεις  
Διατροφή  
Εκπαίδευση  
Επαγγελματίες υγείας

Υποβλήθηκε 12.3.2010

Εγκρίθηκε 1.7.2010

**Πίνακας 1.** Το ερωτηματολόγιο.

Ερώτηση 1.	100 g βουτύρου περιέχουν περισσότερες θερμίδες σε σχέση με 100 g πολυακόρεστης μαργαρίνης; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>
Ερώτηση 2.	Το νερό που πίνουμε είναι παχυντικό; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>
Ερώτηση 3.	Η συνθετική βιταμίνη C που προστίθεται στους χυμούς φρούτων έχει το ίδιο όφελος με την ίδια ποσότητα βιταμίνης C που προέρχεται από φρέσκα πορτοκάλια; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>
Ερώτηση 4.	Μπορούν τα άτομα να παραμείνουν υγιή, ακόμη και αν δεν καταναλώσουν ποτέ κόκκινο κρέας, πουλερικά ή ψάρι; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>
Ερώτηση 5.	Μπορεί η κατανάλωση 2 αβγών ημερησίως να διπλασιάσει τα επίπεδα χοληστερόλης του αίματος; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>
Ερώτηση 6.	Περιέχει το μητρικό γάλα περισσότερες πρωτεΐνες και θερμίδες σε σχέση με το αγελαδινό; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>
Ερώτηση 7.	1 κουταλάκι του γλυκού μέλι έχει λιγότερες θερμίδες σε σχέση με ένα κουταλάκι του γλυκού ζάχαρη; <b>ΝΑΙ <u>ΟΧΙ</u></b>

Με υπογράμμιση οι σωστές απαντήσεις

επαγγελματίες υγείας (νοσηλεύτες-ιατροί) του παθολογικού τομέα του Γενικού Επαρχιακού Νοσοκομείου. Εφαρμόστηκε περιγραφική στατιστική, ενώ η σύγκριση της κατανομής αναλογιών στις τέσσερις υποομάδες –ιατρός, νοσηλεύτης, μαία/φυσικοθεραπευτής, φοιτητής Νοσηλευτικής– έγινε με τη δοκιμασία  $\chi^2$  ( $\chi^2$  ως δοκιμασία καλής εφαρμογής [goodness of fit] με τρεις βαθμούς ελευθερίας). Το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ορίστηκε σε  $p < 0,05$ . Η στατιστική επεξεργασία έγινε με το πρόγραμμα SPSS 13.0.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η μέση ηλικία των ατόμων του δείγματος ήταν τα  $25,5 \pm 8,35$  έτη. Οι ιατροί αποτελούσαν το 9% του δείγματος, οι νοσηλεύτες το 20,4%, οι φοιτητές Νοσηλευτικής το 60,4% και οι μαίες-φυσικοθεραπευτές το 10,2% (πίν. 2). Με εξαίρεση την ερώτηση 2, όπου η ακρίβεια των απαντήσεων κυμάνθηκε από 95–100%, στις υπόλοιπες ερωτήσεις δεν υπερέβη το 50%. Στις ερωτήσεις # 3, 5, 6, διαπιστώθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά στην κατανομή των ποσοστών μεταξύ των υποομάδων, με τους ιατρούς να δίνουν το μεγαλύτερο ποσοστό σωστών απαντήσεων και τους φοιτητές Νοσηλευτικής το χαμηλότερο (πίν. 3). Η στατιστική σημαντικότητα των διαφορών μεταξύ των ιατρών και των φοιτητών Νοσηλευτικής αποτυπώνεται και στη σύγκριση των μέσων τιμών των σωστών απαντήσεων (οι μέσες τιμές των σωστών απαντήσεων προκύπτουν μετά

**Πίνακας 2.** Σύνοψη του δείγματος.

Ηλικία	ΜΤ±ΤΑ*	
	n	%
Ιατροί	23	9,0
Νοσηλεύτες	52	20,4
Μαίες	20	7,8
Φυσικοθεραπευτές	6	2,4
Φοιτητές Νοσηλευτικής	154	60,4
Σύνολο	255	100,0

\*ΜΤ: Μέση τιμή, ΤΑ: Τυπική απόκλιση

από πολλαπλασιασμό των μέσων τιμών των ποσοστών των σωστών απαντήσεων με τον αριθμό των ιατρών και των φοιτητών) (πίν. 4).

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η ακρίβεια των γνώσεων πάνω σε βασικά ζητήματα διατροφής αποδείχθηκε περιορισμένη, σύμφωνα με την παρούσα μελέτη. Σε ορισμένες μάλιστα ερωτήσεις η επίδοση, ιδιαίτερα των φοιτητών, ήταν εξαιρετικά χαμηλή. Ακόμη και αν εξαιρεθούν οι ερωτήσεις με τη χειρίστη επίδοση, λιγότεροι από τους μισούς συμμετέχοντες απάντησαν σωστά. Παρά το γεγονός ότι, συχνά, παρόμοια ερωτήματα απευθύνονται από τους ασθενείς προς τους επαγγελματίες υγείας, διαπιστώνεται σημαντικό έλλειμμα γνώσεων. Ενδεχομένως, ιατροί και νοσηλεύτες να γνωρίζουν πολύ περισσότερα σε θεωρητικό επίπεδο για το μεταβολισμό και τη διατροφή. Ωστόσο, αυτό δεν αποτυπώνεται στην καθ' ημέρα πράξη, όταν τίθενται απλές μεν ερωτήσεις, που όμως απαιτούν σαφείς και τεκμηριωμένες απαντήσεις.<sup>9,10</sup> Η σε βάθος τεκμηριωμένη γνώση σπανίζει και πολλές εσφαλμένες αντιλήψεις συσκοτίζουν την παροχή σωστών συμβουλών και αντίστοιχης φροντίδας. Υπάρχουν προκαταλήψεις τόσο βαθιά ριζωμένες, που, όπως προκύπτει από τη βιβλιογραφία, ακόμη και ιατροί και φοιτητές που προηγουμένως είχαν συμμετάσχει σε εντατικό πρόγραμμα φυσιολογίας και βιοχημείας εξακολουθούσαν να έχουν απόψεις οι οποίες πόρρω απείχαν από την επιστημονική γνώση.<sup>7</sup>

Σημειώνεται ότι το φαινόμενο δεν είναι ελληνικό. Τόσο στην Ελλάδα όσο και διεθνώς, φοιτητές επιστημών υγείας και νοσηλεύτες εμφανίζονται ως οι λιγότερο ενημερωμένοι αναφορικά με τα ζητήματα διατροφής, ενώ ακόμη και οι γνώσεις των διαιτολόγων υπολείπονται του αναμενομένου. Έχει δειχθεί ότι λίγοι επαγγελματίες υγείας γνωρίζουν ότι, π.χ., η υποκατάσταση των κορεσμένων λιπών με μονοακόρεστα είναι αποτελεσματική στη μείωση της χοληστερόλης ή ότι μια χαμηλή σε λιπαρά δίαιτα επιδρά στη συγκέντρωση

**Πίνακας 3.** Ποσοστά σωστών απαντήσεων στις υποομάδες του δείγματος.

Ιδιότητα	n	EP1	EP2	EP3	EP4	EP5	EP6	EP7	ΜΤΠ
Ιατρός	23	21,7	95,7	21,7	34,8	43,5	43,5	34,8	42,2
Νοσηλεύτης	52	38,5	96,2	7,7	30,8	19,2	9,6	23,0	32,1
Μαία/φυσικοθεραπευτής	26	23,0	100,0	15,4	34,6	19,2	26,9	26,9	35,1
Φοιτητής Νοσηλευτικής	154	24,7	95,4	0,7	35,7	12,3	9,1	17,5	27,9
p		>0,05	>0,05	<0,01	>0,05	<0,01	<0,001	>0,05	>0,05

$\chi^2$ , βε: 3

ΜΤΠ: Μέση τιμή ποσοστών, βε: Βαθμοί ελευθερίας

**Πίνακας 4.** Σύγκριση των σωστών απαντήσεων μεταξύ ιατρών και φοιτητών.\*

Ιδιότητα	Σωστή απάντηση	Λάθος απάντηση	Σύνολο
Φοιτητές	43	111	154
Ιατροί	10	13	23
Σύνολο	53	124	177

$\chi^2=23,8$ ,  $p<0,001$ , βε: 1

\*Μεσοσταθμισμένα ποσοστά: Η μέση τιμή του ποσοστού των σωστών απαντήσεων (πίν. 3) έχει πολλαπλασιαστεί με τον αριθμό των ιατρών και των φοιτητών βε: Βαθμοί ελευθερίας

της HDL-χοληστερόλης.<sup>9-11</sup> Από τριακονταετίας και πλέον, διάφορες μελέτες επιβεβαιώνουν τα κενά γνώσεων στα ζητήματα διατροφής.<sup>7,12,13</sup>

Τα παραπάνω θέτουν σοβαρά ερωτήματα, τόσο για την επάρκεια των προγραμμάτων σπουδών, σε σχέση με τα ζητήματα διατροφής, όσο και για την αποτελεσματικό-

τητα των καθιερωμένων μεθόδων διδασκαλίας. Διεθνώς, οι επαγγελματίες υγείας δηλώνουν πρόθυμοι να συμμετάσχουν σε μετεκπαιδευτικά προγράμματα όσον αφορά στη διατροφή.<sup>4,5</sup> Συνεπώς, κλινικά μαθήματα διατροφής θα μπορούσαν να ενταχθούν σε μεταπτυχιακά προγράμματα, αλλά και στην εκπαίδευση των ασκούμενων ιατρών και νοσηλευτών.

Στους περιορισμούς της μελέτης πρέπει να αναφερθεί το δείγμα ευκολίας του Γενικού Νοσοκομείου, που αφορούσε μόνο στον παθολογικό τομέα. Επίσης, συμμετείχαν προπτυχιακοί φοιτητές της Νοσηλευτικής, και όχι του συνόλου των κλάδων υγείας, ενώ η μελέτη πραγματοποιήθηκε σε ένα μόνο επαρχιακό εκπαιδευτικό ίδρυμα και σε ένα μόνο νοσοκομείο, οπότε τα δεδομένα δεν μπορούν να θεωρηθούν αντιπροσωπευτικά του συνόλου των επαγγελματιών υγείας στην Ελλάδα. Ωστόσο, οι χαμηλές επιδόσεις των ατόμων του δείγματος προβληματίζουν για την επάρκεια της διατροφικής εκπαίδευσης των επαγγελματιών υγείας στην Ελλάδα.

## ABSTRACT

### The knowledge of health scientists about nutritional issues

E. GESOULI-VOLTYRAKI, M. LABADIARI, A. YFANTIS, A. VLACHAKI, C. KOUTKIA, E. TALANTZI, M. NOULA  
Faculty of Nursing, Technological Educational Institute of Lamia, Lamia, Greece

Archives of Hellenic Medicine 2011, 28(1):79–82

**OBJECTIVE** The assessment of basic nutritional knowledge of a sample of doctors, nurses and students of health science. **METHOD** A nutrition questionnaire consisting of 7 questions was completed by 255 health science students and health professionals. Descriptive statistics was performed using SPSS 13.0, the accuracy of the answers was recorded and the  $\chi^2$  test was used for proportion comparisons between groups. Statistical significance was set at  $p=0.05$ . **RESULTS** The mean accuracy of the responses was below 50%. Statistically significant differences were noted between subgroups in three questions, with doctors answering correctly in the highest percentage and nursing students in the lowest. **CONCLUSIONS** The knowledge of health care workers and students about nutrition is deficient. Redesign of the educational curriculum and clinical practice is necessary to address this problem.

**Key words:** Education, Evaluation, Health professionals, Knowledge, Nutrition

## Βιβλιογραφία

1. BROTONS C, CIURANA R, ΠΙÑEIRO R, KLOPPE P, GODYCKI-CWIRKO M, SAMMUT MR ET AL. Dietary advice in clinical practice: The views of general practitioners in Europe. *Am J Clin Nutr* 2003, 77(Suppl 4):1048S–1051S
2. WILT S, HUBBARD A, THOMAS A. Knowledge, attitudes, treatment practices, and health behaviors of nurses regarding blood cholesterol and cardiovascular disease. *Prev Med* 1990, 19:466–475
3. ΥΦΑΝΤΗΣ Ε, ΤΣΙΡΙΓΚΑ Σ, ΘΗΝΙΑΚΟΥ Ι, ΥΦΑΝΤΗΣ Α, ΚΟΥΤΗΣ Χ, ΝΟΥΛΑ Μ. Διατροφικές συνήθειες των φοιτητών του Τμήματος Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Λαμίας. *Ιατρικά Χρονικά* 2008, 31:426–432
4. ENDEVELT R, WERNER P, GOLDMAN D, KARPATIT. Nurses knowledge and attitudes regarding nutrition in the elderly. *J Nutr Health Aging* 2009, 13:485–489
5. MOWE M, BOSAEUS I, RASMUSSEN HH, KONDRUP J, UNOSSON M, ROTHENBERG E ET AL. Insufficient nutritional knowledge among health care workers? *Clin Nutr* 2008, 27:196–202
6. SCHALLER C, JAMES EL. The nutritional knowledge of Australian nurses. *Nurse Educ Today* 2005, 25:405–412
7. DUGDALE AE, CHANDLER D, BAGHURST K. Knowledge and belief in nutrition. *Am J Clin Nutr* 1979, 32:441–445
8. KRITCHEVSKY SB, KRITCHEVSKY D. Egg consumption and coronary heart disease: An epidemiologic overview. *J Am Coll Nutr* 2000, 19(Suppl 5):549S–555S
9. MAKOWSKE M, FEINMAN RD. Nutrition education: A questionnaire for assessment and teaching. *Nutr J* 2005, 4:2
10. FLYNN M, SCIAMANNA C, VIGILANTE K. Inadequate physician knowledge of the effects of diet on blood lipids and lipoproteins. *Nutr J* 2003, 2:19
11. YFANTI ED, TSIRIGA SV, YFANTIS AD, TINIAKOU I, MASTRAPA E. Nutrition knowledge in students of a Nursing School. *Health Science Journal* (in press)
12. SUBRATTY AH, HEESAMBEE YB, JOWAHEERV, DOREEMIAH N. Nutritional knowledge of a heart-healthy diet among health care professionals and cardiac patients in Mauritius. *Nutrition & Food Science* 2002, 32:184–189
13. VICKSTROM JA, FOX HM. Nutritional knowledge and attitudes of registered nurses. *J Am Diet Assoc* 1976, 68:453–456

### Corresponding author:

E. Gesouli, 18 Iroon Politechniou street, GR-157 73 Zografou, Greece  
 e-mail: egesouli@yahoo.gr; egesouli@teilam.gr