



ΥΓΕΙΑ & ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Μεθοδολογία συλλογής διατροφικών δεδομένων

Ανδρονίκη Νάσκα, anaska@hhf-greece.gr
 Επιστημονική Συνεργάτις ΕΙΥ
 Αναπλ. Καθηγήτρια Ιατρικής Σχολής Αθηνών

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015
Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης









Εκτίμηση της διατροφικής πρόσληψης σε ατομικό επίπεδο

Μέθοδοι ανάκλησης περιστασιακής ή συνήθους διατροφικής πρόσληψης

- ❖ Ανάκληση 24ώρου (24-hour dietary recall)
- ❖ Ερωτηματολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων (food frequency questionnaire)

Μέθοδοι καταγραφής ή τήρησης διατροφικού ημερολογίου

- ❖ ημερολόγιο 24-ώρου (24-hour food record)
- ❖ ημερολόγιο 4-7 ημερών (food record, food diaries)

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015



Τα διατροφικά ερωτηματολόγια του προγράμματος ΥΔΡΙΑ

1. Δύο καταγραφές τροφίμων και ποτών που καταναλώθηκαν το προηγούμενο 24ωρο (**2 x ανακλήσεις 24ώρου**)
 - ❖ 1^η καταγραφή την ημέρα της βασικής εξέτασης (κατά πρόσωπο συνέντευξη)
 - ❖ 2^η καταγραφή σε διάστημα ενός μηνός (με τηλεφωνική συνέντευξη)
2. **Μη-ποσοτικό ερωτηματολόγιο συχνότητας** κατανάλωσης τροφίμων
3. Ερωτηματολόγιο τάσεων **εκτός σπιτιού σίτισης (eating out)**

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

υδρία³

Ανάκληση διατροφικής πρόσληψης 24ώρου (24-hour dietary recall)

- ❖ Αναλυτική καταγραφή των τροφίμων και ποτών που καταναλώθηκαν την προηγούμενη ημέρα
- ❖ Συλλογή στοιχείων μέσω ειδικά σχεδιασμένης εφαρμογής Η/Υ (**The HHF Nutrition Tool**)
- ❖ Κάλυψη της εβδομαδιαίας και εποχιακής διακύμανσης στη διατροφική πρόσληψη

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

υδρία⁴

Ανάκληση 24ώρου (HHF Nutrition Tool)

HHF Nutrition Tool!

Χρήστης: **Νάσκα Ανδρονίκη**

Αρχική Σελίδα
 Νέος Εθελοντής

Καλωσήλθατε στην εφαρμογή HHF Nutrition Tool!

Αναζήτηση Εθελοντή:
 Project: **TEST INTERVIEWS**
 Κωδικός: **GR01201**

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

5

Ανάκληση 24ώρου (HHF Nutrition Tool)

Ποσοτικοποίηση με φωτογραφία

Επιλογή φωτογραφίας: **P046 - ΚΡΕΑΣ ΚΟΚΚΙΝΙΣΤΟ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ**

Μέρος που καταναλώθηκε
☐ 1/4
☐ 1/3
☐ 1/2
☐ 2/3
☐ 3/4
☒ Ολόκληρο
 Άλλο:

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

6



ΥΓΕΙΑ & ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Μη-ποσοτικό ερωτηματολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης


 ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ


 ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ


www.hf-greece.gr


www.ygela-pronoia.gr


www.epanad.gov.gr


www.espa.gr


www.keelpno.gr

ΥΔΡΙΑ - Μη Ποσοτικό Ερωτηματολόγιο Συχνότητας Κατανάλωσης Τροφίμων

Διατροφικών Συμπληρωμάτων

Επιστροφή
Αποθήκευση

Κατανάλωση τροφίμων και ποτών

- Αρτή
- Δημητριακά και προϊόντα δημητριακών
- Λαχανικά και προϊόντα λαχανικών (ωμά, επεξεργασμένα...)
- Πατάτες, αμυλώδεις ρίζες και προϊόντα
- Όσπρια και ξηροί καρποί
- Φρούτα και προϊόντα φρούτων (ωμά, επεξεργασμένα ή ως...)
- Κρέας και προϊόντα κρέατος
- Ψάρια και άλλα θαλασσινά
- Γάλα και άλλα γαλακτοκομικά προϊόντα
- Αυγά
- Ζάχαρη και γλυκά
- Προσθεταμένα λίπη και έλαια
- Χυμοί φρούτων και λαχανικών
- Νερό και αακμυκτικά
- Καφές και τσάι
- Οινόπνευμα/δημητ. ποτά
- Αλκοόλ

Συμπληρώματα διατροφής

Δημητριακά και προϊόντα δημητριακών

1. Ψωμί λευκό (συμπ. μπαγέτα και ατομικά ψωμάκια)

☐ Ποτέ

☐ Λιγότερο από μία ημέρα ανά μήνα

☐ 1-3 ημέρες ανά μήνα

☐ 1 ημέρα ανά εβδομάδα

☐ 2-3 ημέρες ανά εβδομάδα

☐ 4-5 ημέρες ανά εβδομάδα

☐ 6-7 ημέρες ανά εβδομάδα (σχεδόν κάθε μέρα)

☐ Δεν απαντώ

2. Ψωμί, μαύρο/ολικής άλεσης/πολύσπορο (συμπ. μπαγέτα και ατομικά ψωμάκια)

☐ Ποτέ

☐ Λιγότερο από μία ημέρα ανά μήνα

☐ 1-3 ημέρες ανά μήνα

☐ 1 ημέρα ανά εβδομάδα

☐ 2-3 ημέρες ανά εβδομάδα

☐ 4-5 ημέρες ανά εβδομάδα

☐ 6-7 ημέρες ανά εβδομάδα (σχεδόν κάθε μέρα)

☐ Δεν απαντώ

3. Δημητριακά ηρωινού (συμπ. μπάρες δημητριακών)

☐ Ποτέ

☐ Λιγότερο από μία ημέρα ανά μήνα

☐ 1-3 ημέρες ανά μήνα

☐ 1 ημέρα ανά εβδομάδα

☐ 2-3 ημέρες ανά εβδομάδα

☐ 4-5 ημέρες ανά εβδομάδα

☐ 6-7 ημέρες ανά εβδομάδα (σχεδόν κάθε μέρα)

☐ Δεν απαντώ

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

8


υδρία

ΥΓΕΙΑ & ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Ερωτηματολόγιο εκτός σπιτιού σίτισης

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ



www.hfg-greece.gr



www.ygeia-pronoia.gr



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"
www.epanad.gov.gr



ΕΣΠΑ
2014-2020
www.espa.gr



ΚΕΕΛΠΝΟ
www.keelpno.gr

Εκτός σπιτιού σίτιση (eating out)

- ❖ **Καταγραφή στην ανάκληση 24ώρου**
 - 1. Τόπος κατανάλωσης γεύματος (πρωινού, μεσημεριανού κοκ)
 - 2. Προέλευση κάθε καταναλισκόμενου τροφίμου
- ❖ **Σύντομο Ερωτηματολόγιο επικεντρωμένο στην εκτός σπιτιού σίτιση**

Ημερίδα προγράμματος ΥΔΡΙΑ, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 28 Σεπτεμβρίου 2015

10


Ευχαριστίες

- ❖ Συνεργάτες του προγράμματος, υπό το συντονισμό της Καθ. κ. Αντωνίας Τριχοπούλου
- ❖ Ελληνική Στατιστική Αρχή (ΕΛΣΤΑΤ, Τμήμα Μεθοδολογίας, Ανάλυσης και Μελετών)
- ❖ Συμμετέχοντες στο πρόγραμμα ΥΔΡΙΑ
- ❖ στον Καθηγητή μας