

Streszczenie

Wzory żywienia kobiet uczestniczących w zajęciach szkoły rodzenia

Cel Ocena sposobu żywienia, poprzez zidentyfikowane wzory żywienia, kobiet w II i III trymestrze ciąży w odniesieniu do ich stanu odżywienia przed i w czasie ciąży.

Material i metody Badanie przeprowadzono wśród kobiet w okresie ciąży, uczestniczek Szkoły Rodzenia w Instytucie Matki i Dziecka, na podstawie kwestionariusza częstości spożycia. W badaniu uczestniczyły 392 kobiety w wieku ≥ 19 - ≤ 40 lat (ciąża pierwsza, pojedyncza, bez powikłań). Wzory żywienia zidentyfikowano metodą k-średnich na podstawie struktury spożycia produktów.

Wyniki U kobiet zidentyfikowano *trzy wzory żywienia*: *wzór 1* – dieta zbożowo-mleczna, *wzór 2* – dieta warzywno-owocowa i *wzór 3* – dieta twarogowo-warzywna. *Wzór 3* występował u 43,9% kobiet z niedoborem masy ciała przed ciążą, 45,5% z prawidłową i 43,1% kobiet z nadmiarem masy ciała. *Wzór 1* występował u około $\frac{1}{3}$ kobiet, a *wzór 2* u około 20% w każdej grupie. Większe zróżnicowanie częstości występowania zidentyfikowanych wzorów zaobserwowano w odniesieniu do przyrostów masy ciała. Wyodrębnione wzory żywienia różniły się istotnie profilem makroskładników, większości składników mineralnych oraz witamin – E, C i z grupy B.

Podsumowanie Wyodrębnione wzory żywienia i ich profil energetyczno-odżywczy wskazują na potrzebę monitorowania żywienia kobiet w ciąży i edukacji żywieniowej.

Słowa kluczowe: *żywnie, ciąża, wzory żywienia*

Abstract

Dietary patterns of women participating in childbirth classes

Aim The aim of the study was to assess, through identified dietary patterns, the diets of women in the second and third trimester of pregnancy in relation to their nutritional status before and during pregnancy.

Material and methods The study was conducted among pregnant women, participants of childbirth classes at the Institute of Mother and Child, based on food frequency questionnaire. The study involved 392 women in the age ≥ 19 - ≤ 40 years (first single pregnancy without complications). Dietary patterns were identified using the k-means method, on the basis of groups of products.

Results *Three dietary patterns* were identified in the study group of women: *dietary pattern 1* – cereal-milk diet, *dietary pattern 2* – vegetable-fruit diet and *dietary pattern 3* – cottage cheese-vegetable diet. *Dietary pattern 3* occurred in 43.9% of underweight women, in 45.5% of women with normal weight and in 43.1% of women with excess body weight. *Dietary pattern 1* occurred in about one third of women and *dietary pattern 2* in about 20% in each group. A greater diversity in the frequency of identified dietary patterns was observed in relation to weight gain during pregnancy. The identified dietary patterns differed significantly in terms of the profile of macronutrients, most minerals and vitamins – E, C and B group vitamins.

Conclusion The identified dietary patterns and their energy and nutritional profile indicate the need for monitoring the diets and nutritional education of pregnant women.

Key words: *nutrition, pregnancy, dietary patterns*