

**Paulina Górska**

## **Zachowania żywieniowe ludności krajów objętych pandemią wirusa SARS-CoV-2 i ich wpływ na przebieg infekcji**

### **STRESZCZENIE**

Wirus SARS-CoV-2 jest wysoce zakaźny. Wywołuje chorobę COVID-19, która może prowadzić do ciężkich powikłań, a nawet śmierci. Od momentu ogłoszenia pandemii wirusa SARS-CoV-2 naukowcy z różnych krajów szukają sposobów na zapobieganie zakażeniu i leczenie COVID-19. Ponadto próbują odpowiedzieć na pytania o to, jak ograniczenia wprowadzone po ogłoszeniu pandemii wpływają na ludzką psychikę i życie codzienne?

Celem niniejszej rozprawy doktorskiej było zbadanie, czy stan pandemii ma związek ze zmianą zachowań żywieniowych? Ponadto do badań włączono osoby, które zachorowały na COVID-19 i przebywały w izolacji domowej. Celem badań przeprowadzonych w tej grupie była analiza częstotliwości spożycia produktów, które mogą mieć znaczenie dla ciężkości przebiegu COVID-19. Na podstawie przeprowadzonych badań przedstawiono następujące wnioski.

W czasie pandemii zmieniła się częstotliwość spożycia różnych grup produktów oraz częstość podjadania między posiłkami.

Zmiany zachowań żywieniowych zachodzące w trakcie pandemii mogą być pozytywne lub negatywne. Wśród pozytywnych zaobserwowano m.in. zwiększenie częstotliwości spożycia warzyw i owoców. Z kolei wśród negatywnych większą częstotliwość spożycia słonych przekąsek i słodczy.

Wiek, płeć, miejsce zamieszkania oraz zmiana sytuacji życiowej spowodowana pandemią to czynniki, które miały związek z zachowaniami żywieniowymi.

Wydłużenie czasu pracy oraz powrót do domu rodzinnego w

06.03.24

Górska

związku z zamknięciem uczelni to czynniki predysponujące do negatywnych zmian zachowań żywieniowych w czasie pandemii.

Analiza zachowań żywieniowych kobiet przebywających w izolacji domowej z powodu COVID-19 wskazała na zbyt dużą częstotliwość spożycia: słodczy, tłuszczów zwierzęcych oraz słonych przekąsek. Z kolei częstotliwość spożycia: produktów zbożowych, nasion roślin strączkowych, mleka i jego przetworów, ryb, owoców i warzyw była niewystarczająca. Wiąże się to z większym ryzykiem nadwagi i otyłości, a także niedoborów składników odżywczych, które mogą mieć znaczenie dla ciężkości przebiegu COVID-19.

Zaburzenia smaku i węchu występujące w przebiegu COVID-19 mogą mieć związek z zachowaniami żywieniowymi. Zaobserwowano, że powodują większą ochotę na spożywanie słodkich produktów i unikanie tych, które wcześniej były lubiane.

Badania wchodzące w skład niniejszej rozprawy doktorskiej były jednymi z pierwszych badań o zasięgu międzynarodowym, które wskazały zmiany zachowań żywieniowych w trakcie pandemii, a także ich związek z czynnikami takimi jak: wiek, płeć, miejsce zamieszkania i sytuacja życiowa w czasie pandemii. Ponadto umożliwiły ocenę zachowań żywieniowych w kontekście wpływu diety na przebieg COVID-19 i sformułowanie autorskich zaleceń żywieniowych na jej podstawie.

Górska