

## LIETUVOS GYVENTOJŲ INFORMACIJOS APIE MITYBĄ ŠALTINIAI IR JŲ PASIRINKIMUI ĮTAKĄ DARANTYS VEIKSNIAI

Žymantas Žandaras, Valerij Dobrovolskij, Rimantas Stukas,  
Rūta Maceinaitė, Rokas Arlauskas

*Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas*

**Raktažodžiai:** mityba, informacijos šaltiniai, informacija apie mitybą.

apie mitybą, pasirinkimas buvo reikšmingai susijęs su lytimi, amžiumi, išsilavinimu, gyvenamąja vieta.

### Santrauka

Daugelio Lietuvos gyventojų mitybos įpročiai neatitinka sveikatos mitybos rekomendacijų. Sveikatai nepalankūs mitybos įpročiai gali būti siejami su patikimos ir moksliniais tyrimais pagrįstos informacijos stoka. Ši informacija įvairiomis priemonėmis (internetu, per televiziją, radiją ir kt.) gali būti perduodama gyventojams. Tik žinant, kokius informacijos apie mitybą šaltinius yra linkusios rinktis įvairios sociodemografinės grupės, galima nukreipti trūkstamą informaciją reikiama linkme ir suteikti reikalingų žinių. Tyrimo tikslas – įvertinti Lietuvos gyventojų informacijos apie mitybą šaltinius bei jų pasirinkimui įtaką darančius veiksniai. Tyrimo metu apklausti 1007 18–75 metų Lietuvos gyventojai. Paplitimo įvertinimams apskaičiuoti 95 proc. pasikliautinieji intervalai (PI). Nustatant veiksniai, galimai darančius įtaką gyventojų informacijos apie mitybą šaltinių pasirinkimui, sudaryti logistinės regresijos modeliai, gauti pakoreguoti šansų santykiai, apskaičiuoti jų 95 proc. PI. Didžiausia Lietuvos gyventojų dalis gavo daugiausia informacijos apie mitybą iš interneto (58,6 proc.) bei radijo ir televizijos (47,2 proc.), o mažiausia – iš laikraščių ir žurnalų (16,5 proc.) bei maisto produktų etikečių ir pakuočių (18,8 proc.). Interneto, kaip šaltinio, iš kurio gaunama daugiausia informacijos apie mitybą, pasirinkimas buvo reikšmingai susijęs su išsilavinimu, radijo ir televizijos – su amžiumi, gyvenamąja vieta ir išsilavinimu. Moterys ir jaunesni nei 45 metų gyventojai buvo reikšmingai labiau linkę gauti daugiausia informacijos iš specializuotų leidinių bei maisto produktų pakuočių ir etikečių. Reikšmingai didesnę šansą gauti daugiausia informacijos iš gydytojų, vaistininkų, mitybos specialistų turėjo moterys ir aukštojo išsilavinimo neturintys gyventojai. Laikraščių ir žurnalų, kaip šaltinių, iš kurių gaunama daugiausia informacijos

### Įvadas

Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, sveikatai nepalanki mityba laikoma vienu iš pagrindinių rizikos veiksnių, skatinančių lėtinių neinfekcinių ligų, tokių kaip cukrinis diabetas, kraujotakos sistemos ligos, onkologiniai susirgimai, atsiradimą [1].

Lietuvos mokslininkų atliktų tyrimų rezultatai rodo, kad daugelio Lietuvos gyventojų mitybos įpročiai neatitinka sveikatos mitybos rekomendacijų: per mažai suvartojama vaisių ir daržovių, tik kas antras gyventojas kasdien vartoja grūdinius produktus, maisto racione per daug energinės vertės tiekia riebalai ir cukrūs, didžioji gyventojų dalis papildomai sūdo jau pagamintą maistą [2-4]. Kai kurie tyrimai rodo, kad mitybos įpročiai gali būti siejami su gyventojų turima informacija ir žinioms [5-7]. Pagrindiniais informacijos apie mitybą šaltiniais laikomi internetas, televizija, šeimos nariai ir draugai [8,9]. Šiuolaikinėse interneto žiniasklaidos priemonėse (pvz., naujienų portalai, socialiniai tinklai, specialiosios programėlės ir kt.) ir įprastiniuose informacijos šaltiniuose (žurnalai, laikraščiai, televizija, radijas) nuolat skelbiama įvairi informacija apie mitybą, žmonėms skatinami rinktis ar vengti tam tikrų maistų produktų, jiems siūlomos įvairios dietos, teikiami įvairūs patarimai [10,11]. Įvairūs informacijos šaltiniai gali būti panaudojami gyventojų mitybos raštingumo didinimui, tačiau geriausių rezultatų galima pasiekti tik tada, kai žurnaluose, straipsniuose, televizijos laidose ir kituose šaltiniuose bus pateikiama patikima ir moksliniais tyrimais pagrįsta informacija [11]. Žinant, kokius informacijos apie mitybą šaltinius yra linkusios rinktis įvairios sociodemografinės grupės, galima nukreipti trūkstamą informaciją reikiama linkme, suteikti reikalingų žinių ir padėti formuoti sveikatai palankius mitybos įpročius. Šios informacijos trūkumas lėmė tyrimo tikslą.

**Tyrimo tikslas** – įvertinti Lietuvos gyventojų informacijos apie mitybą šaltinius bei šaltinių pasirinkimui įtaką darančius veiksnius

### Tyrimo medžiaga ir metodai

Atliktas momentinis tyrimas, kurio tikslinė populiacija – Lietuvos 18–75 metų gyventojai. Atliekant tyrimą, panaudotas daugiapakopės stratifikuotos tikimybinės atrankos metodas, užtikrinantis duomenų reprezentatyvumą: kiekvienas Lietuvos gyventojas turėjo vienodą galimybę būti įtrauktas į tyrimą, o tyrimo respondentai pagal tikslinius kriterijus (tokius kaip lytis, amžius, gyvenamoji vieta ir kitus) atitiko tikslinę populiaciją. Apskaičiuotas imties dydis – 1007 respondentai. Tyrimo priemonė – originali anketa, kurios dalį sudarė klausimai, skirti įvertinti gyventojų pasirinkamus informacijos apie mitybą šaltinius.

Apklausa vykdyta 2019 m. kovo mėnesį. Taikytas kombinuotas tyrimo metodas: 60 proc. tiesioginio interviu metodu CAPI (angl. Computer assisted personal interview) ir 40 proc. internetinės apklausos metodu CAWI (angl. Computer assisted web interview). CAPI apklausą atliko profesionalus apklausėjas, kuris vedė pokalbį su respondentu pagal parengtus klausimus, atsakymus fiksuodamas klausimyne. CAWI apklausoje respondentui buvo siunčiama nuoroda į klausimyną, kurį respondentas užpildė savarankiškai jam patogiu metu. Nuoroda į klausimyną yra

1 lentelė. Respondentų charakteristika (n=1007)

Požymiai	abs. sk.	proc.
<b>Lytis</b>		
Vyras	476	47,3
Moteris	531	52,7
<b>Amžius</b>		
45 m. ir jaunesni	517	51,3
Vyresni nei 45 m.	490	48,7
<b>Gyvenamoji vieta</b>		
Kaimo vietovė	297	29,5
Rajono centras, miestelis	276	27,4
Didysis miestas	434	43,1
<b>Išsilavinimas</b>		
Pagrindinis, vidurinis, nebaigtas aukštasis ir pan., išskyrus aukštąjį	629	62,5
Aukštasis	378	37,5
<b>Šeimninė padėtis</b>		
Vienišas(-a), išsiskyres(-usi)	363	36,0
Susituokęs(-usi), neįregistravęs(-usi) santuokos	644	64,0
<b>Pajamos per mėnesį</b>		
700 € ir mažiau	574	57,0
Daugiau nei 700 €	433	43,0

unikali (klausimyno negalima užpildyti kelis kartus). Tyrimo metu apklausti 1007 18-75 metų Lietuvos gyventojai.

Duomenų analizė atlikta Stata bei WinPepi statistinėmis programomis. Siekiant rasti duomenų įkėlimo klaidas, buvo sudaromos kintamųjų dažnių lentelės, nagrinėjamos neatitikimus galinčios atskleisti lentelės. Apskaičiuoti paplitimo įverčiai, 95 proc. PI. Siekiant išsiaiškinti, kokią įtaką Lietuvos gyventojų pasirinkimams informacijos apie mitybą šaltiniams daro įvairūs veiksniai, sudaryti logistinės regresijos modeliai, gauti pakoreguoti šansų santykiai, apskaičiuoti jų 95 proc. PI. Skirtumas laikomas statistiškai reikšmingu kai  $p \leq 0,05$ .

### Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas

**Respondentų charakteristika.** Tyrimo respondentai pagal lytį ir amžių pasiskirstė panašiai: daugiau buvo moterų, nei vyrų (atitinkamai 47,3 proc. ir 52,7 proc.) bei 45 metų ir jaunesnių, nei vyresnių kaip 45 metų apklaustųjų (atitinkamai 51,3 proc. ir 48,7 proc.). Iš visų 1007 tyrime dalyvavusių asmenų 43,1 proc. gyveno didžiuosiuose miestuose, kiti teigė gyvenantys rajono centre, miestelyje arba kaimo vietovėje. Daugiau nei pusė respondentų nebuvo įgiję aukštojo išsilavinimo (62,5 proc.), buvo susituokę arba gyveno neįregistravę santuokos (64, proc.), jų mėnesinės pajamos buvo 700 eurų ar mažiau (57,0 proc.) (1 lentelė).

**Lietuvos gyventojų informacijos apie mitybą šaltiniai.** Tyrimo rezultatai atskleidė, kad didžiausia Lietuvos gyventojų dalis (58,6 proc.) informacijos apie mitybą daugiausia gauna iš interneto. Internetinių informacijos šaltinių populiarumą patvirtina ir kitų tyrėjų rezultatai [8,12]. Tokie rezultatai gali būti susiję su tuo, kad žmonės informacijos visomis temomis paprastai ieško internete.

Nustatyta, kad beveik pusė apklaustųjų (47,2 proc.) daugiausia informacijos apie mitybą gavo iš radijo ir televizijos. Šių šaltinių svarbą patvirtino B. Tiozzo ir bendraautorių atliktas tyrimas, kuris parodė, kad net 61,1 proc. gyventojų masinės žiniasklaidos priemonės (televiziją, radiją, laikraščius)

2 lentelė. Šaltiniai, iš kurių Lietuvos gyventojai sužino daugiausia informacijos apie mitybą (n=1007)

Informacijos šaltiniai	proc.	95 proc. PI	n
Internetas	58,6	55,5; 61,6	590
Televizija, radijas	47,2	44,1; 50,3	475
Gydytojai, vaistininkai, mitybos specialistai	36,0	33,1; 39,1	363
Šeima, draugai, bendradarbiai	33,0	30,1; 35,9	332
Specializuoti leidiniai apie mitybą ir sveikatą	20,6	18,2; 23,2	207
Maisto produktų etiketės, pakuotės	18,8	16,5; 21,3	189
Laikraščiai, žurnalai	16,5	14,3; 18,9	166

įvardijo kaip pagrindinį informacijos apie mitybą šaltinį [12].

Iš gydytojų, vaistininkų ir mitybos specialistų informaciją gavo 36,0 proc. respondentų. Panaši dalis (33,0 proc.) teigė informaciją gavę iš šeimos, draugų ir bendradarbių. Šie tyrimo rezultatai skiriasi nuo 2020 m. publikuoto Bangladeše atlikto tyrimo rezultatų, kuris atskleidė, kad daugiausia respondentų (52,4 proc.) šeimos narius įvardijo kaip pagrindinį informacijos apie mitybą šaltinį [13]. Tikėtina, kad tokius rezultatų skirtumus galėjo lemti respondentų amžiaus (tyrime dalyvavo paaugliai) ir kultūriniai skirtumai. Mūsų tyrimo rezultatai taip pat atskleidė, kad mažiausiai Lietuvos gyventojų informaciją apie mitybą gavo iš maisto produktų etikečių, pakuočių bei iš laikraščių ir žurnalų (2 lentelė).

**Veiksniai, darantys įtaką Lietuvos gyventojų informacijos apie mitybą šaltinių pasirinkimui.** Nagrinėjant veiksnius, galimai darančius įtaką Lietuvos gyventojų informacijos apie mitybą šaltinių pasirinkimui, buvo nustatyta, kad aukštąjį išsilavinimą turintys respondentai turėjo 1,99 karto didesnę šansą daugiausia informacijos gauti iš interneto, palyginus su kitą išsilavinimą įgijusiais respondentai. Didesnę šansą gauti daugiausia informacijos iš interneto taip pat turėjo moterys, jaunesni, bei didesnes pajamas gaunantys respondentai, tačiau šie skirtumai statistiškai reikšmingi nebuvo. Rezultatai parodė, kad vyresni nei 45 metų apklaustieji, palyginus su 45 metų ir jaunesniais gyventojais, rajono centrų ir miestelių gyventojai, palyginus su didžiuosiuose miestuose gyvenančiais apklaustaisiais, bei pagrindinį, vidurinį, profesinį ar kitą išsilavinimą turintys respondentai, palyginus su aukštąjį išsilavinimą įgijusiais gyventojais, turėjo reikšmingai didesnę šansą daugiausia informacijos apie mitybą gauti iš televizijos bei radijo (3 lentelė).

Tyrimas atskleidė, kad aukštojo išsilavinimo neturintys gyventojai reikšmingai labiau buvo linkę daugiausia minėtos informacijos gauti iš gydytojų, vaistininkų bei mitybos specialistų. Pažymėtina, kad moterys, palyginus su vyrais, turėjo reikšmingai didesnę šansą kaip pagrindinį informacijos apie mitybą šaltinį rinktis specializuotus leidinius, laikraščius bei žurnalus, maisto produktų etiketes ir pakuotes, gydytojus, vaistininkus ir mitybos specialistus. Jaunesni respondentai daugiau informacijos apie mitybą gavo iš specializuotų leidinių bei produktų etikečių ir pakuočių, o vyresni – iš laikraščių ir žurnalų. Laikraščių ir žurnalų, kaip šaltinio, iš kurio gauna daugiausia informacijos apie mitybą, pasirinkimui reikšmingą įtaką darė gyvenamoji vieta (didžiųjų miestų gyventojai turėjo 1,58 karto didesnę šansą rinktis žurnalus ir laikraščius, palyginus su kaimo vietovių gyventojais) bei išsilavinimas (aukštąjį išsilavinimą įgiję respondentai turėjo 1,62 karto didesnę šansą rinktis žurnalus ir laikraščius, palyginus su kitą išsilavinimą įgijusiais apklaustaisiais) (3 lentelė). Svarbu paminėti, kad šeimos, draugų bei bendra-

**3 lentelė.** Veiksniai, darantys įtaką Lietuvos gyventojų informacijos apie mitybą šaltinių pasirinkimui

\* N=1007. Modelio tikėtino santyky  $\chi^2=48,35$ , lls. 6,  $p<0,0001$ , Hosmer–Leshow testo  $\chi^2=13,04$ , lls. 8,  $p=0,110$ .  $R^2=0,035$ .

\*\* N=1007. Modelio tikėtino santyky  $\chi^2=42,54$ , lls. 5,  $p<0,0001$ , Hosmer–Leshow testo  $\chi^2=8,17$ , lls. 8,  $p=0,415$ .  $R^2=0,031$ .

\*\*\* N=1007. Modelio tikėtino santyky  $\chi^2=18,26$ , lls. 5,  $p=0,003$ , Hosmer–Leshow testo  $\chi^2=9,25$ , lls. 8,  $p=0,322$ .  $R^2=0,0139$ .

\*\*\*\* N=1007. Modelio tikėtino santyky  $\chi^2=15,03$ , lls. 3,  $p=0,0018$ , Hosmer–Leshow testo  $\chi^2=1,23$ , lls. 6,  $p=0,975$ .  $R^2=0,0147$ .

\*\*\*\*\* N=1007. Modelio tikėtino santyky  $\chi^2=15,47$ , lls. 3,  $p=0,0015$ , Hosmer–Leshow testo  $\chi^2=3,51$ , lls. 5,  $p=0,637$ .  $R^2=0,0159$ .

\*\*\*\*\* N=1007. Modelio tikėtino santyky  $\chi^2=23,92$ , lls. 6,  $p=0,0005$ , Hosmer–Leshow testo  $\chi^2=5,80$ , lls. 8,  $p=0,670$ .  $R^2=0,0265$ .

Veiksniai	ŠS (b)	ŠS (p)	95 proc. PI	p reikšmė
Daugiausia informacijos gauna iš INTERNETO*				
<b>Lytis</b>				
Vyras	1,00			
Moteris	1,20	1,16	0,90; 1,51	0,239
<b>Amžius</b>				
Vyresni nei 45 m.	1,00			
45 m. ir jaunesni	1,44	1,29	0,99; 1,67	0,059
<b>Gyvenamoji vieta</b>				
Kaimo vietovė	1,00			
Rajono centras, miestelis	1,22	1,10	0,74; 1,54	0,585
Didysis miestas	1,67	1,23	0,89; 1,71	0,212
<b>Išsilavinimas</b>				
Pagrindinis, vidurinis, profesinis ir kiti, išskyrus aukštąjį	1,00			
Aukštasis	2,28	1,99	1,49; 2,65	<0,0001
<b>Pajamos per mėnesį</b>				
700 € ir mažiau	1,00			
Daugiau nei 700 €	1,64	1,23	0,93; 1,65	0,152
Daugiausia informacijos gauna iš TELEVIZIJOS, RADIO**				
<b>Amžius</b>				
45 m. ir jaunesni	1,00			
Vyresni nei 45 m.	1,75	1,57	1,22; 2,03	0,001
<b>Gyvenamoji vieta</b>				
Didysis miestas	1,00			
Rajono centras, miestelis	1,73	1,45	1,05; 2,00	0,023
Kaimo vietovė	1,75	1,37	0,99; 1,89	0,054
<b>Išsilavinimas</b>				
Aukštasis	1,00			
Pagrindinis, vidurinis, profesinis ir kiti, išskyrus aukštąjį	1,60	1,32	1,01; 1,75	0,049
<b>Pajamos per mėnesį</b>				
700 € ir mažiau	1,00			
Daugiau nei 700 €	1,70	1,29	0,97; 1,70	0,077

darbių, kaip šaltinio, iš kurio gauna daugiausia informacijos apie mitybą, pasirinkimui, reikšmingos įtakos nedarė nei vienas iš tirtų sociodemografinių veiksnių.

### Išvados

1. Didžiausia Lietuvos gyventojų dalis gavo daugiausia

Daugiausia informacijos gauna iš GYDYTOJŲ, VAISTININKŲ, MITYBOS SPECIALISTŲ***				
<b>Lytis</b>				
Vyras	1,00			
Moteris	1,36	1,38	1,06; 1,79	0,017
<b>Gyvenamoji vieta</b>				
Didysis miestas	1,00			
Rajono centras, miestelis	1,21	1,09	0,78; 1,52	0,621
Kaimo vietovė	1,52	1,33	0,95; 1,85	0,094
<b>Išsilavinimas</b>				
Aukštasis	1,00			
Pagrindinis, vidurinis, profesinis ir kiti, išskyrus aukštąjį	1,46	1,36	1,02; 1,82	0,037
<b>Pajamos per mėnesį</b>				
Daugiau nei 700 €	1,33	1,14	0,83; 1,49	0,461
700 € ir mažiau				
Daugiausia informacijos gauna iš SPECIALIZUOTŲ LEIDINIŲ APIE MITYBĄ IR SVEIKATĄ****				
<b>Lytis</b>				
Vyras	1,00			
Moteris	1,64	1,62	1,18; 2,21	0,003
<b>Amžius</b>				
Vyresni nei 45 m.	1,00			
45 m. ir jaunesni	1,40	1,37	1,00; 1,88	0,046
<b>Išsilavinimas</b>				
Pagrindinis, vidurinis, profesinis ir kiti, išskyrus aukštąjį	1,00			
Aukštasis	1,20	1,16	0,85; 1,60	0,342

informacijos apie mitybą iš interneto bei radijo, televizijos, o mažiausia – iš laikraščių, žurnalų bei maisto produktų etikečių ir pakuočių.

2. Moteris turėjo reikšmingai didesnę šansą gauti daugiausia informacijos apie mitybą iš interneto, gydytojų, vaistinininkų, mitybos specialistų, specializuotų leidinių, laikraščių, žurnalų bei maisto produktų etikečių ir pakuočių.

3. Vyresni gyventojai buvo labiau linkę gauti informaciją apie mitybą iš televizijos, radijo bei laikraščių ir žurnalų, o jaunesni respondentai – iš interneto, specializuotų leidinių apie mitybą bei maisto produktų pakuočių ir etikečių.

4. Didžiųjų miestų gyventojai, palyginus su kaimo gyventojais, turėjo reikšmingai didesnę šansą gauti daugiausia informacijos apie mitybą iš laikraščių ir žurnalų, o rajonų centrų ir miestelių gyventojai, palyginus su didžiųjų miestų respondентаis, – iš radijo ir televizijos.

#### Literatūra

1. World Health Organization. Policy statement and recommended actions for lowering sugar intake and reducing prevalence of type 2 diabetes and obesity in the Eastern Mediterranean Region. 2016. WHO-EM/NUT/273/E. [https://applications.emro.who.int/dsaf/EMROPUB\\_2016\\_en\\_18687.pdf?ua=1](https://applications.emro.who.int/dsaf/EMROPUB_2016_en_18687.pdf?ua=1)

Daugiausia informacijos gauna iš MAISTO PRODUKTŲ ETIKEČIŲ, PAKUOČIŲ*****				
<b>Lytis</b>				
Vyras	1,00			
Moteris	1,59	1,59	1,14; 2,20	0,006
<b>Amžius</b>				
Vyresni nei 45 m.	1,00			
45 m. ir jaunesni	1,57	1,57	1,13; 2,17	0,007
<b>Šeiminė padėtis</b>				
Susituokęs (-usi), gyvenantis(-ti) neįregistruvus santuokos	1,00			
Vienišas(-a), išsiskyręs (-usi)	1,00	1,07	0,77; 1,50	0,671
Daugiausia informacijos gauna iš LAIKRAŠČIŲ, ŽURNALŲ*****				
<b>Lytis</b>				
Vyras	1,00			
Moteris	1,53	1,51	1,07; 2,14	0,019
<b>Amžius</b>				
45 m. ir jaunesni	1,00			
Vyresni nei 45 m.	1,42	1,53	1,08; 2,17	0,016
<b>Gyvenamoji vieta</b>				
Kaimo vietovė	1,00			
Rajono centras, miestelis	1,29	1,22	0,76; 1,95	0,413
Didysis miestas	1,54	1,58	1,00; 2,47	0,048
<b>Išsilavinimas</b>				
Pagrindinis, vidurinis, profesinis ir kiti, išskyrus aukštąjį	1,00			
Aukštasis	1,65	1,62	1,13; 2,33	0,009
<b>Pajamos per mėnesį</b>				
Daugiau nei 700€	1,00			
700 € ir mažiau	1,04	1,24	0,85; 1,82	0,264

2. Dobrovolskij V., Stukas R. Lietuvos gyventojų mitybos įpročiai 2013 metais. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2014. [http://smlpc.lt/media/file/Skyriu\\_info/Mityba\\_ir\\_fizinis\\_aktivumas/mitybos%20DB/Lietuvos%20gyventoju%20mitybos%20iprociai%202013%20metais.pdf](http://smlpc.lt/media/file/Skyriu_info/Mityba_ir_fizinis_aktivumas/mitybos%20DB/Lietuvos%20gyventoju%20mitybos%20iprociai%202013%20metais.pdf)
3. Barzda A., Bartkevičiūtė R., Baltušytė I., Stukas R., Bartkevičiūtė S. Suaugusių ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų faktinės mitybos ir mitybos įpročių tyrimas. Visuomenės sveikata, 2016/1(72):85-94.
4. Grabauskas V., Klumbienė J., Petkevičienė J., Šakytė E., Kriaučionienė V., Vėryga A. Suaugusių Lietuvos žmonių gyvensenos tyrimas, 2014. Kaunas: LSMU 2015:146. [http://old.ntakd.lt/files/Apklausos\\_ir\\_tyrimai/nacionalinio/2015/SGT2014.pdf](http://old.ntakd.lt/files/Apklausos_ir_tyrimai/nacionalinio/2015/SGT2014.pdf)
5. Kolodinsky J, Harvey-Berino JR, Berlin L, Johnson RK, Reynolds TW. Knowledge of current dietary guidelines and food choice by college students: better eaters have higher knowledge of dietary guidance. Journal of the American Dietetic Association. 2007;107(8):1409-13. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2007.05.016>
6. Miller LMS, Cassady DL. The effects of nutrition know-



- ledge on food label use. A review of the literature. *Appetite* 2015;92:207-16.  
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.05.029>
7. Höhn TD, Voigt C. Attitudes and media usage behavior surrounding nutrition. A survey among young families in Germany. *Ernahrungs Umschau* 2019;66(6):109-17.
  8. Quaidoo EY, Ohemeng A, Amankwah-Poku M. Sources of nutrition information and level of nutrition knowledge among young adults in the Accra metropolis. *BMC Public Health* 2018;18(1).  
<https://doi.org/10.1186/s12889-018-6159-1>
  9. Awofeso N, Gaber Y, Bamidele M. Determinants of youth engagement with health information on social media platforms in United Arab Emirates. *Health* 2019;11(02):249-62.  
<https://doi.org/10.4236/health.2019.112022>
  10. Samoggia A, Riedel B. Assessment of nutrition-focused mobile apps' influence on consumers' healthy food behaviour and nutrition knowledge. *Food Research International* 2020;128:108766.  
<https://doi.org/10.1016/j.foodres.2019.108766>
  11. Oteh OU, Obasi RO, Udodirim C, Amah J, Oteh AQ. Social media marketing and consumption of nutrition and dietary information among youths in Abia state, Nigeria. *CJBSS* 2019;10(2):26-44. <https://journals.covenantuniversity.edu.ng/index.php/cjbss/article/view/1800/1016>
  12. Tiozzo B, Pinto A, Mascarello G, Mantovani C, Ravarotto L. Which food safety information sources do Italian consumers prefer? Suggestions for the development of effective food risk communication. *Journal of Risk Research*. 2018;22(8):1062-77.  
<https://doi.org/10.1080/13669877.2018.1440414>
  13. Kundu S, Khan MSI, Bakchi J, Sayeed A, Banna MdHA, Begum MR, et al. Sources of nutrition information and nutritional knowledge among school-going adolescents in Bangladesh. *Public Health in Practice* 2020;1:100030.  
<https://doi.org/10.1016/j.puhip.2020.100030>

**SOURCES OF NUTRITION INFORMATION FOR THE LITHUANIAN POPULATION AND FACTORS AFFECTING THE CHOICE OF SOURCES**

**Ž. Žandaras, V. Dobrovolkskij, R. Stukas, R. Maceinaitė, R. Arlauskas**

Keywords: nutrition, information sources, nutrition information.

**Summary**

The diet of many Lithuanians do not comply with the recommendations of healthy nutrition. Unhealthy nutrition can be linked to a lack of reliable and research-based information. This information can be passed on to the population through various sources of information (internet, television, radio, etc.). Only by knowing which sources of nutrition information tend to be chosen by different sociodemographic groups, it is possible to provide the necessary information to these groups in a targeted manner. The aim of the study – to evaluate sources of nutrition information for the Lithuanian population and factors affecting the choice of sources. 1007 18–75-year-old Lithuanian residents were interviewed. 95% confidence intervals (CIs) were calculated for prevalence estimates. In order to identify the factors that may influence the choice of sources of nutrition information for the population, logistic regression models were developed, adjusted odds ratios were obtained, and their 95 percent PI was calculated. The majority of population received the most information about nutrition from the internet (58.6%), radio and television (47.2%), while minority - from newspapers, magazines (16.5%) and food labels and packaging (18.8%). Choosing internet, as a source from which the most information about nutrition is received, was significantly related to education; choosing radio and television - with age, place of residence and education. Women and the population under the age of 45 were significantly more likely to receive the most information about nutrition from specialized publications and food packaging labels. Women and the population without higher education had a significantly higher chance of receiving the most information about nutrition from doctors, pharmacists, and nutritionists. Choosing newspapers and magazines, as the sources from which the most nutrition information is received, was significantly related to gender, age, education, place of residence

Correspondence to: zymantas.zandaras@gmail.com

Gauta 2021-03-05