



PERDIRBTOS MĖSOS GAMINIŲ VARTOJIMĄ MAŽINANČIŲ INTERVENCIJŲ VEIKSMINGUMAS

Vertinimo rengėjai: Gediminas Guntarskis, Jolita Juknienė
Vertinimo laikotarpis 2024 m. sausio–2024 m. rugsėjo mėn.

Pagrindimas. Sergamumas piktybiniais navikais ir mirtingumas nuo navikinių susirgimų yra vienos aktualiausių problemų sveikatos srityje. Pasaulio sveikatos organizacija 2015 m. priskyre perdirbtos mėsos gaminius I kancerogenų grupei. Moksliniais tyrimais įrodyta, kad perdirbtos mėsos gaminių vartojimas gali padidinti vėžio riziką dėl nutukimą keliančių savybių ir sumažėjusios maistinės vertės, taip pat dėl maisto priedų ir naujai susiformavusių junginių poveikio. Pasaulio vėžio tyrimų fondo ir Amerikos vėžio tyrimų instituto tęstinių projektų 2018 m. tyrimų rezultatai parodė, kad rizika susirgti storosios žarnos vėžiu padidėja 16 proc. su kiekvienais suvartotais 50 g perdirbtos mėsos per dieną.

Vertinimo tikslas – atlikti mokslinių publikacijų apžvalgą apie intervencijų, skatinančių gyventojus mažiau vartoti perdirbtos mėsos gaminių, veiksmingumą.

Vertinimo klausimas – kokios intervencijos veiksmingai skatina gyventojus mažinti perdirbtos mėsos gaminių vartojimą?

Medžiaga ir metodai. Mokslinių publikacijų paieška buvo atlikta duomenų bazėse *PubMed*, *Cochrane*, *ResearchGate* ir *MDPI*. Į šią apžvalgą įtrauktos 2010–2024 m. anglų kalba publikuotos mokslinės apžvalgos, kuriose vertintas intervencijų, skatinančių gyventojus vartoti mažiau perdirbtos mėsos gaminių, veiksmingumas. Mokslinių publikacijų duomenys analizuoti taikant aprašomąją analizę.

Rezultatai. Iš viso rasti 1749 straipsniai. Atmetus besidubliuojančius ir įtraukimo kriterijų neatitinkančius straipsnius, į apžvalgą įtraukta 10 publikacijų. Nustatyta, kad intervencijų veiksmingumas atskiruose tyrimuose ir tarp skirtingų tikslinių grupių reikšmingai skyrėsi. Daugiau negu pusėje į vertinimą įtrauktų publikacijų vertintos švietimo ir informuotumo didinimo intervencijos, o individualus konsultavimas gyvensenos klausimais, tikslų nustatymo ir savikontrolės intervencijas bei maisto produktų ženklinimo ir mokestinės intervencijos vertintos tik keliose publikacijose. Nustatyta, kad:

1. egzistuoja reikšmingas ryšys tarp dalyvių pasiryžimo mažinti perdirbtos mėsos suvartojimą lygio ir taikytų intervencijų veiksmingumo. Dalyviai, tyrimo pradžioje nurodę žemą pasiryžimą mažinti raudonos ir perdirbtos mėsos vartojimą, nenurodė reikšmingo pokyčio po intervencijos. O tarp tyrimo dalyvių, kurie prieš intervenciją nurodė aukštą pasiryžimą mažinti raudonos ir perdirbtos mėsos suvartojimą, nustatytas reikšmingas suvartojimo sumažėjimas po intervencijos;
2. didžioji dalis intervencijų buvo atliktos informacinių technologijų pagalba: per socialinius tinklus, bendravimo programėles, nuotolinėmis konsultacijomis internetu, telefonu ar elektroniniu paštu;
3. intervencijų veiksmingumas reikšmingai skyrėsi priklausomai nuo dalyvių savo sveikatos būklės suvokimo. Dalyviai, vertinę savo sveikatos būklę kaip prastą, buvo labiau paveikti intervencijų nei tie, kurie teigiamai vertino savo sveikatos būklę.

Daugiau informacijos gali suteikti Higienos instituto Visuomenės sveikatos technologijų centro Technologijų vertinimo skyriaus vadovė Jonė Jaselionienė el. paštu jone.jaselioniene@hi.lt.