

I.Family Project – Cyprus

Είσαι αυτό που τρως αλλά και ο τρόπος με τον οποίο θα το φας! Διερεύνησε και ανέφερε.

Το χρηματοδοτούμενο από την EC έργο I.Family θα κάνει ακριβώς αυτό προκειμένου να εντοπισθούν οι λόγοι για τους οποίους οι νέοι στην Ευρώπη τρώνε με συγκεκριμένο τρόπο και πώς αυτό επηρεάζει τη διά βίου υγεία τους.

Γιατί οι νέοι στην Ευρώπη τρώνε με συγκεκριμένο τρόπο; Ποιοι είναι οι λόγοι πίσω από τις διατροφικές τους συνήθειες και την επιλογή τους σε συγκεκριμένα τρόφιμα;

Πολλοί είναι οι παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές συνήθειες. Ο ανεξάρτητος σύγχρονος τρόπος ζωής φαίνεται να έχει επηρεάσει το χρόνο που περνούν οι νέοι με την οικογένεια τους, αλλά και την επιρροή που ασκεί η οικογένεια. Τα επεξεργασμένα τρόφιμα, ποτά και σνακ είναι άμεσα διαθέσιμα. Το μάρκετινγκ αλλά και η πίεση που δέχονται από τους ομόλογους τους, συνοδευμένα από περισπασμούς της οθόνης που αντικαταστούν τη φυσική δραστηριότητα, συνοδευμένα από αποκτηθείσες γευστικές προτιμήσεις και γενετική προδιάθεση, φαίνεται να παίζουν όλα το ρόλο τους.

Με βάση τα δεδομένα που αντλούνται από πάνω από 10.000 παιδιά που συμμετείχαν στη μελέτη IDEFICS, το χρηματοδοτούμενο από την EC έργο I.Family θα παρέχει περαιτέρω πληροφορίες για τις πιο σημαντικές επιρροές στους νέους της Ευρώπης, τη συμπεριφορά και τον τρόπο ζωής τους, καθώς και τις διατροφικές τους συνήθειες. Το I.Family θα το κάνει αυτό επαναξιολογώντας τις οικογένειες που τα παιδιά τους εισέρχονται στην εφηβεία, αναγνωρίζοντας έτσι τις οικογένειες οι οποίες έχουν υιοθετήσει μια υγιή προσέγγιση στο φαγητό και υγιείς διατροφικές συνήθειες καθώς επίσης και εκείνες που δεν το έχουν κάνει. Το έργο θα μας βοηθήσει να κατανοήσουμε τους βιολογικούς, κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες που διαμορφώνουν τη διατροφική συμπεριφορά των παιδιών στο ταξίδι τους προς την ενηλικίωση.

Όπως αναφέρεται, κατά το 2000 οι ευρωπαίοι πολίτες έχουν χάσει πάνω από 56 εκατομμύρια χρόνια υγιούς ζωής, λόγω των ασθενειών που σχετίζονται με την κακή διατροφή, με τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής και τους επαγγελματίες υγείας να πρέπει βρουν τρόπους καλύτερης στήριξης των οικογενειών, ούτως ώστε να επιτύχουν ένα πιο υγιεινό τρόπο ζωής. Οι οικογένειες αλλά και τα ίδια τα άτομα, θα επωφεληθούν επίσης από τη σαφήνεια που παρέχεται από τα αποτελέσματα της I.Family έρευνας, βοηθώντας τους έτσι να θεσπίσουν τους βασικούς κανόνες που θα οδηγήσουν στην απόλαυση ενός πιο υγιεινού και συνάμα μεγαλύτερου χρονικά τρόπου ζωής.