

ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΓΕΩΠΟΝΙΑΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ & ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ



«ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ
ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΩΝ
ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ Α, C, E ΚΑΙ
ΛΥΚΟΠΕΝΙΟΥ ΣΤΗΝ ΚΑΤΕΡΙΝΗ»

Στέφου Ευφροσύνη ΑΜ.3352
Τσίντζηρα Λεμονιά ΑΜ.2774
Επιβλέπων καθηγητής:Κεφαλάς Πέτρος

ΟΡΙΣΜΟΣ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΩΝ ΟΥΣΙΩΝ



Ανομοιογενή ομάδα χημικών που ενώ δεν έχουνε καμία σχέση μεταξύ τους έχουν την δυνατότητα, να συνδέονται με τις ελεύθερες ρίζες και να προστατεύουν τον οργανισμό από την οξείδωση

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΑ

- ⊙ Διατροφικά αντιοξειδωτικά: τα αντιοξειδωτικά που μπορεί να προσλαμβάνει ο οργανισμός από τη διατροφή .
- ⊙ Προστατεύουν από μία σειρά ασθενειών.
- ⊙ Η βιταμίνη C, η βιταμίνη E, η βιταμίνη A και τα καροτενοειδή (β-καροτένιο, λυκοπένιο, λουτεΐνη, κρυπτοξανθίνη, κ.α.) καθώς και το σελήνιο.

ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Διερεύνηση της πρόσληψης των
αντιοξειδωτικών Α, C, E και
λυκοπενίου από τους κατοίκους της
περιοχής της Κατερίνης

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

- ◎ Ερωτηματολόγιο
- ◎ Πληθυσμός στόχος: κάτοικοι της Κατερίνης
- ◎ Δείγμα: 150
- ◎ Τεστ χ τετράγωνο

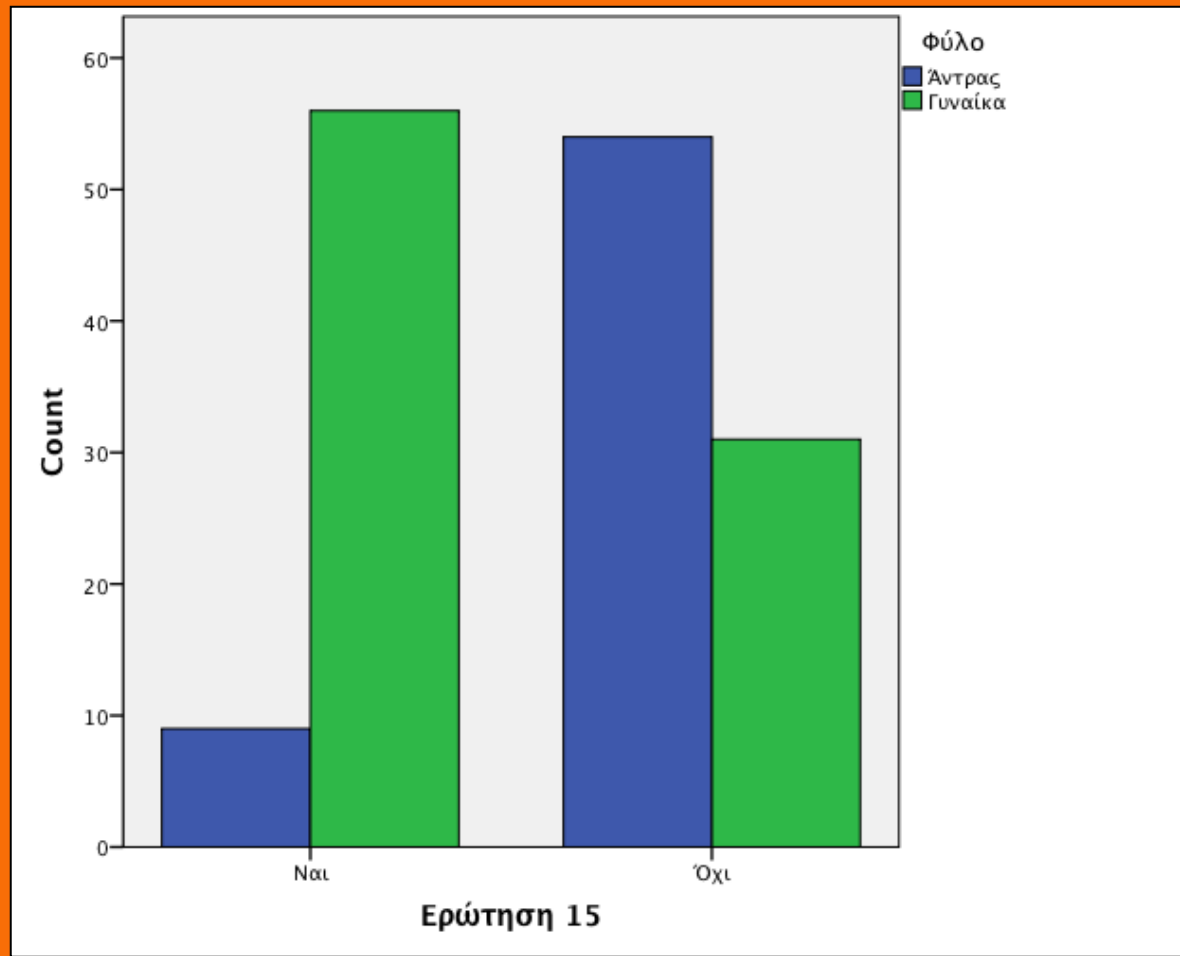
ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

- ⊙ Διατροφική γνώση και πρόσληψη αντιοξειδωτικών: ελλιπής.
- ⊙ Στο ανδρικό φύλλο το πρόβλημα είναι εντονότερο.
- ⊙ Στις μεγαλύτερες ηλικίες το πρόβλημα είναι εντονότερο.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

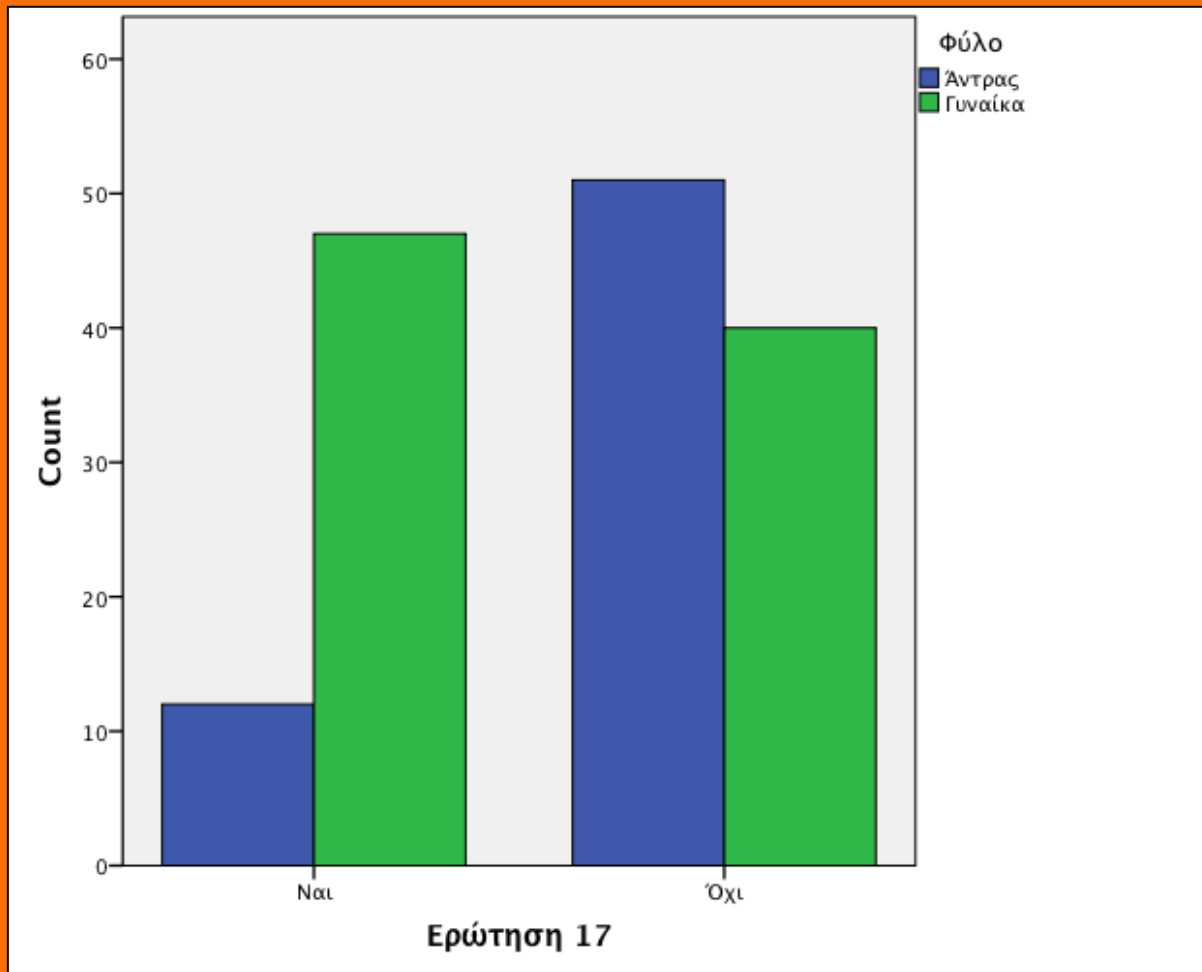
- ◉ Το δείγμα δεν γνωρίζει ποιες τροφές περιέχουν βιταμίνη Α (56,7%), Ε (60,7), λυκοπένιο (85,3%), αλλά γνωρίζει ποιες τροφές περιέχουν βιταμίνη C.
- ◉ Σε μεγάλο ποσοστό (82,7%) δε γνωρίζει τα οφέλη των βιταμινών Α, C, Ε, και του λυκοπενίου για τον οργανισμό.
- ◉ Οι ερωτώμενοι από 18 έως 49 ετών στο μεγαλύτερο ποσοστό τους γνωρίζουν τα οφέλη των αντιοξειδωτικών παραγόντων για τον οργανισμό ενώ αντιθέτως, η ηλικιακή ομάδα 50 ετών και πάνω δεν γνωρίζει.
- ◉ Οι ερωτώμενοι από 18 έως 29 ετών συλλέγουν πληροφορίες από το διαιτολόγο τους, οι ερωτώμενοι από 30 έως 49 ετών από το γιατρό και τέλος οι ερωτώμενοι από 50 ετών και πάνω συλλέγουν πληροφορίες από το Internet.

ΕΡΩΤΗΣΗ 15: ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΟΙΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΒΙΤΑΜΙΝΗ Α * ΦΥΛΟ



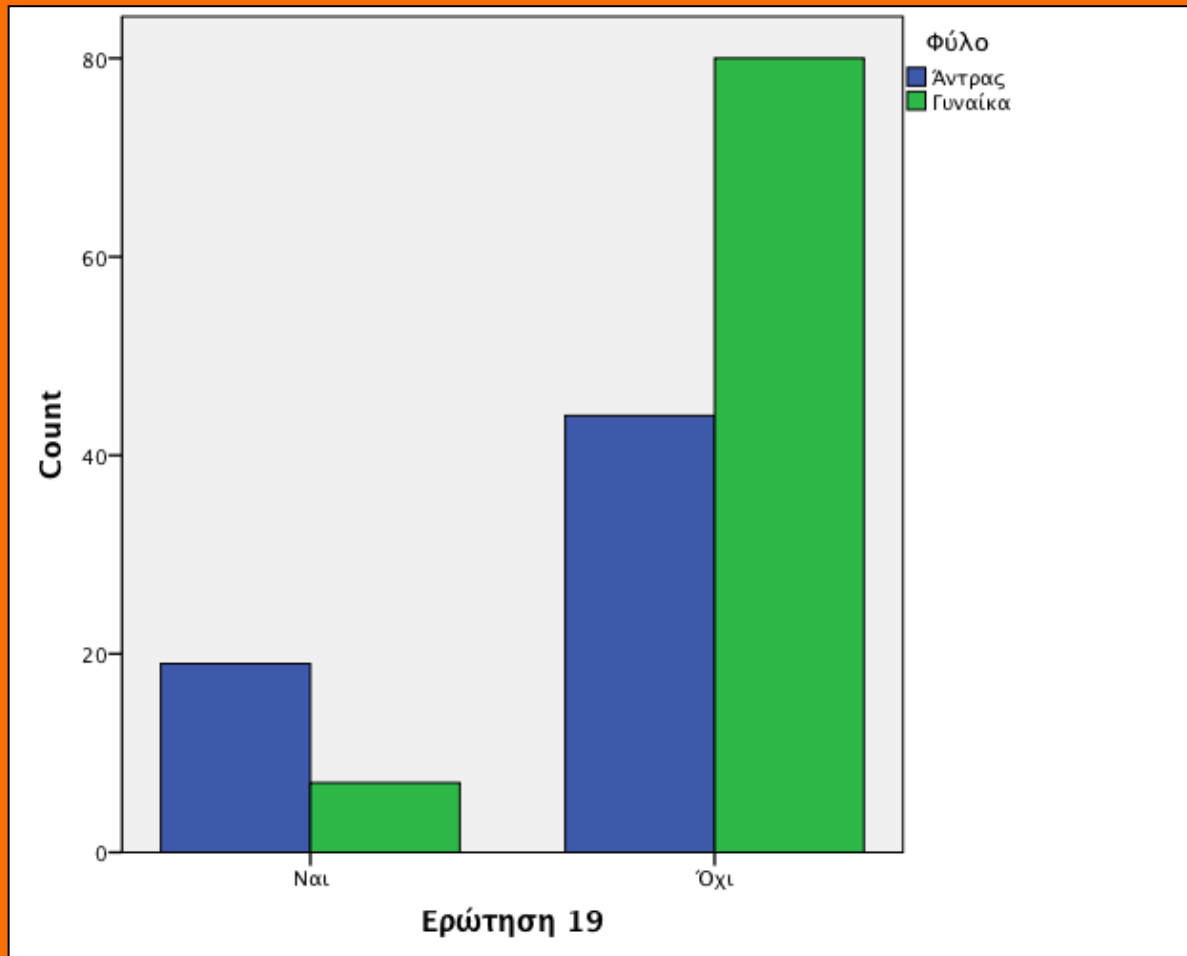
P-VALUE= 37.324%

ΕΡΩΤΗΣΗ 17: ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΟΙΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΒΙΤΑΜΙΝΗ Ε * ΦΥΛΟ



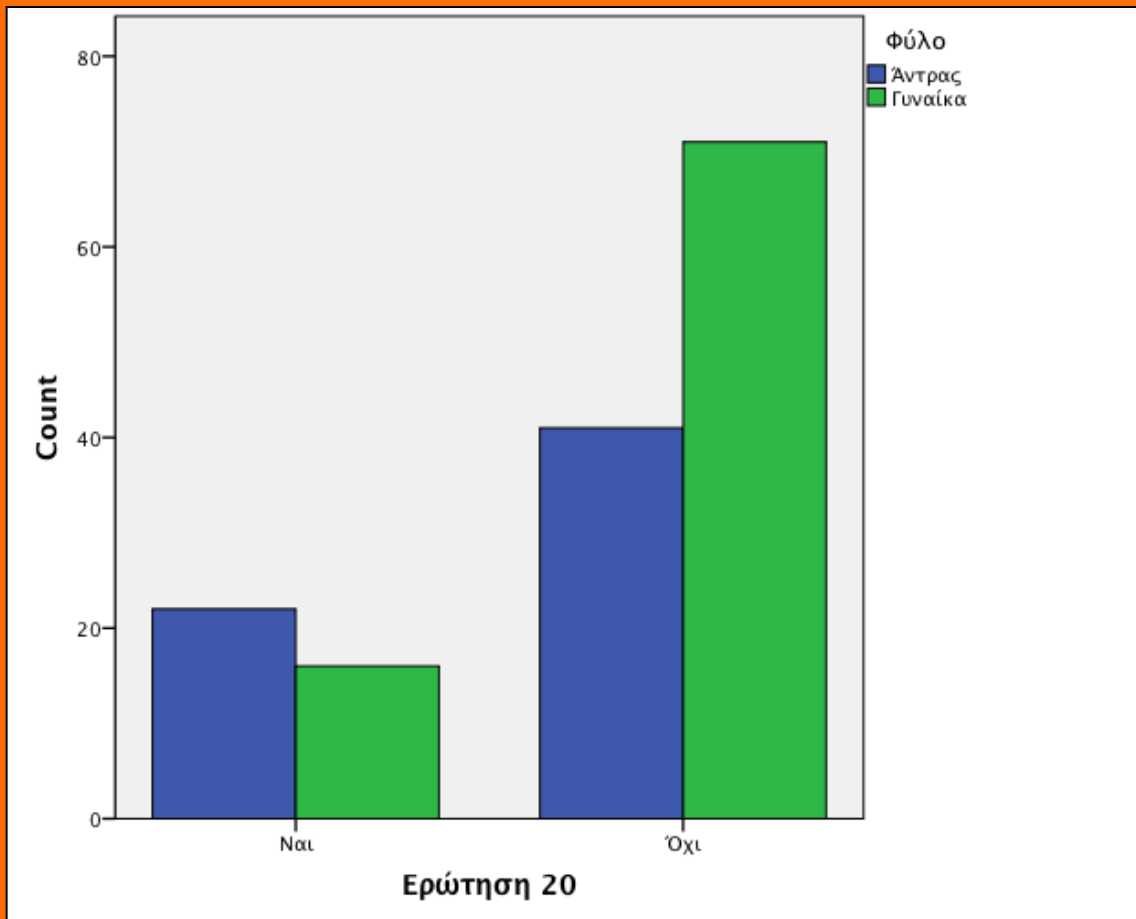
P-VALUE= 18.732%

ΕΡΩΤΗΣΗ 19: ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΩΝ ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ Α, C, E, ΚΑΙ ΤΟΥ ΛΥΚΟΠΕΝΙΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΣΑΣ * ΦΥΛΟ



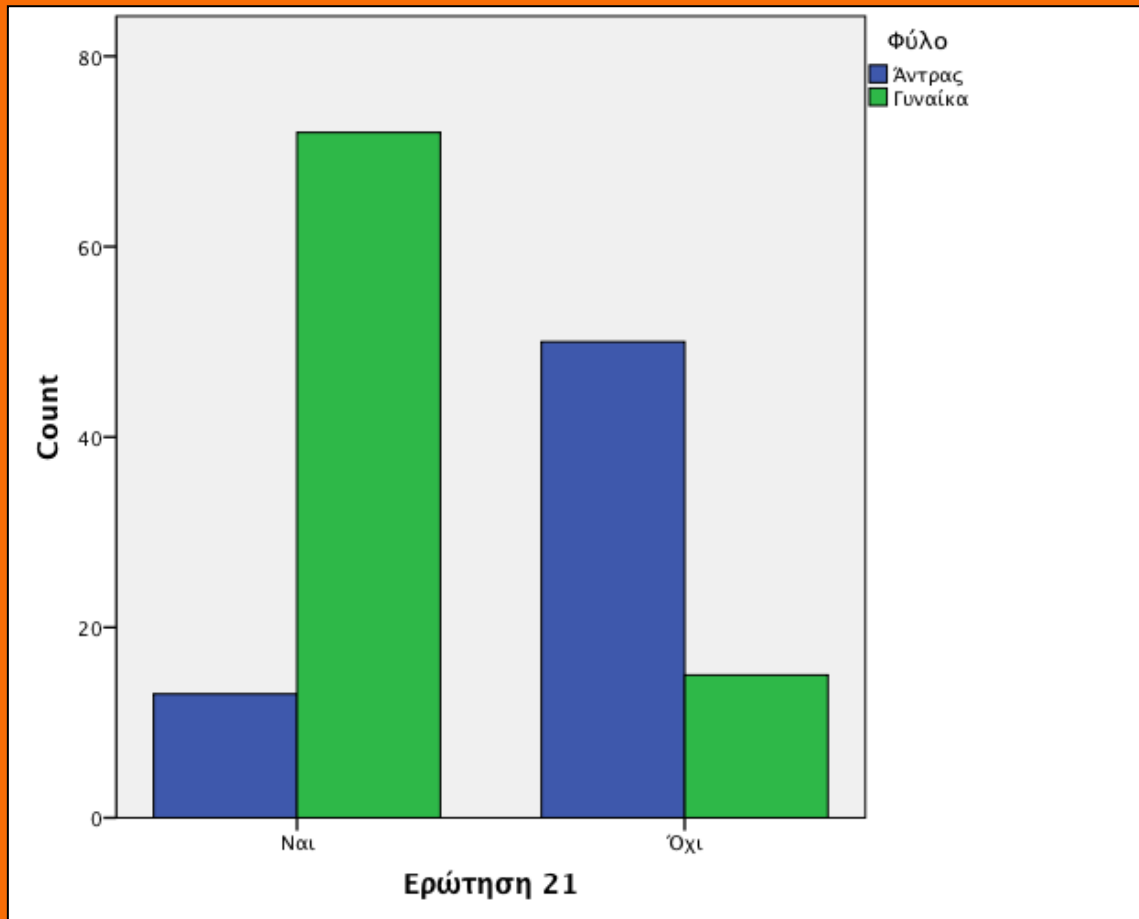
P-VALUE= 12.469%

ΕΡΩΤΗΣΗ 20: ΠΑΙΡΝΕΤΕ ΚΑΠΟΙΟ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ * ΦΥΛΟ



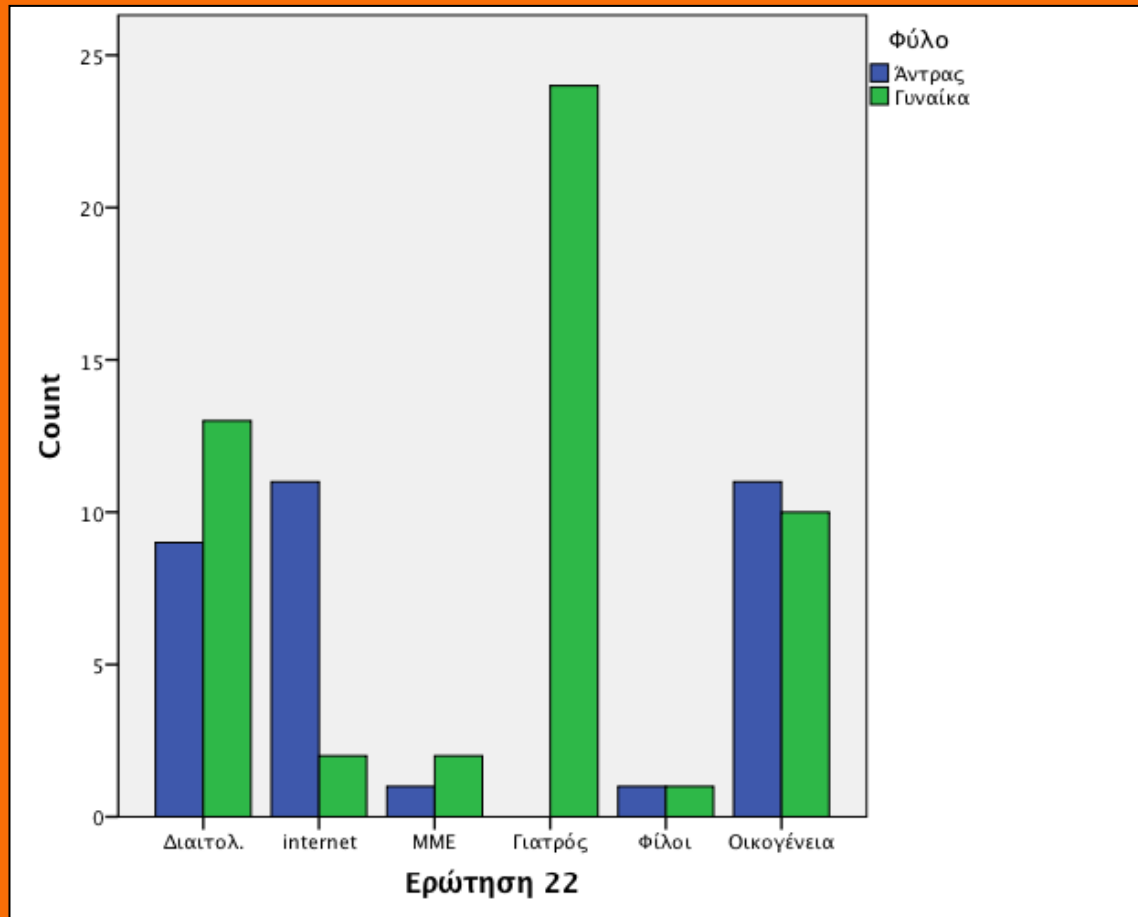
P-VALUE= 5.278%

ΕΡΩΤΗΣΗ 21 : ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΩΝ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΟΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΩΝΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΣΑΣ * ΦΥΛΟ



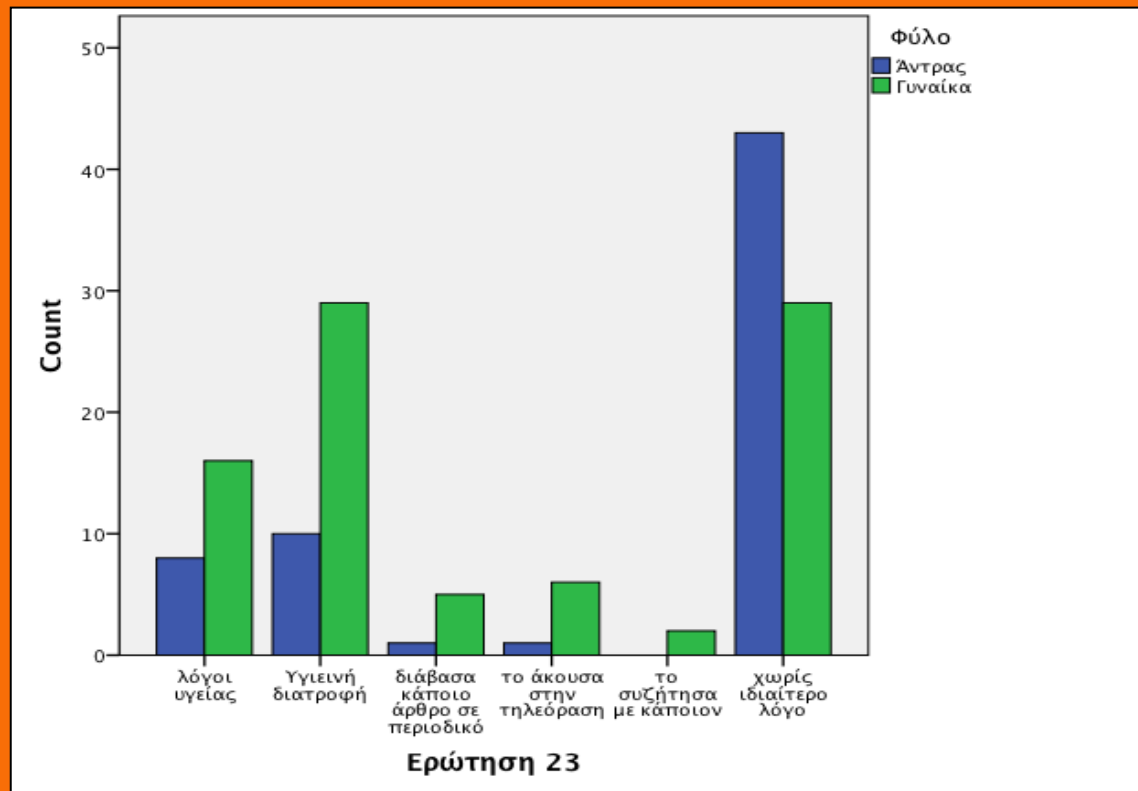
P-VALUE= 57.429%

ΕΡΩΤΗΣΗ 22: ΑΠΟ ΠΟΥ ΣΥΛΛΕΞΑΤΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ * ΦΥΛΟ



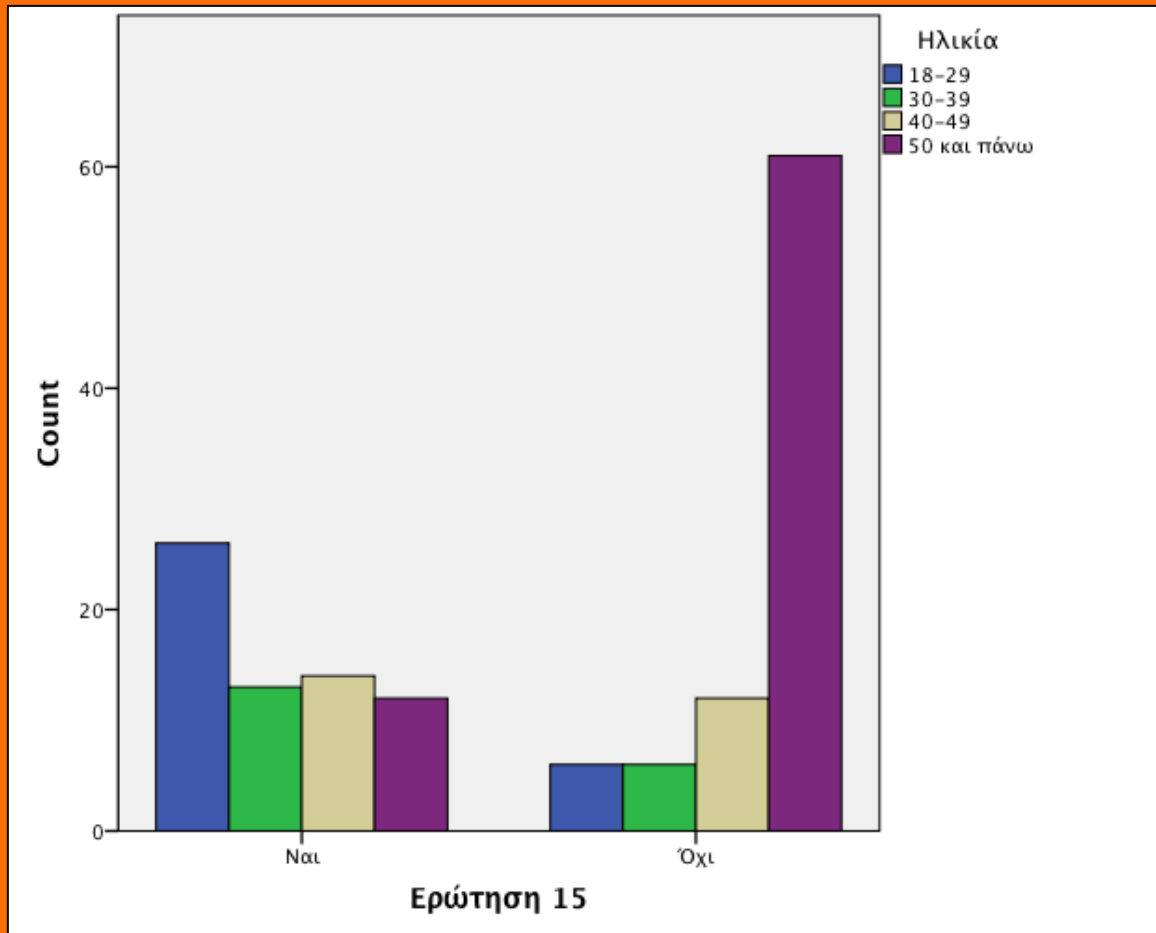
P-VALUE=28.517%

ΕΡΩΤΗΣΗ 23: ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟΣ ΛΟΓΟΣ ΠΟΥ ΠΡΟΤΙΜΑΤΕ ΤΙΣ ΤΡΟΦΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΑΥΤΕΣ * ΦΥΛΟ



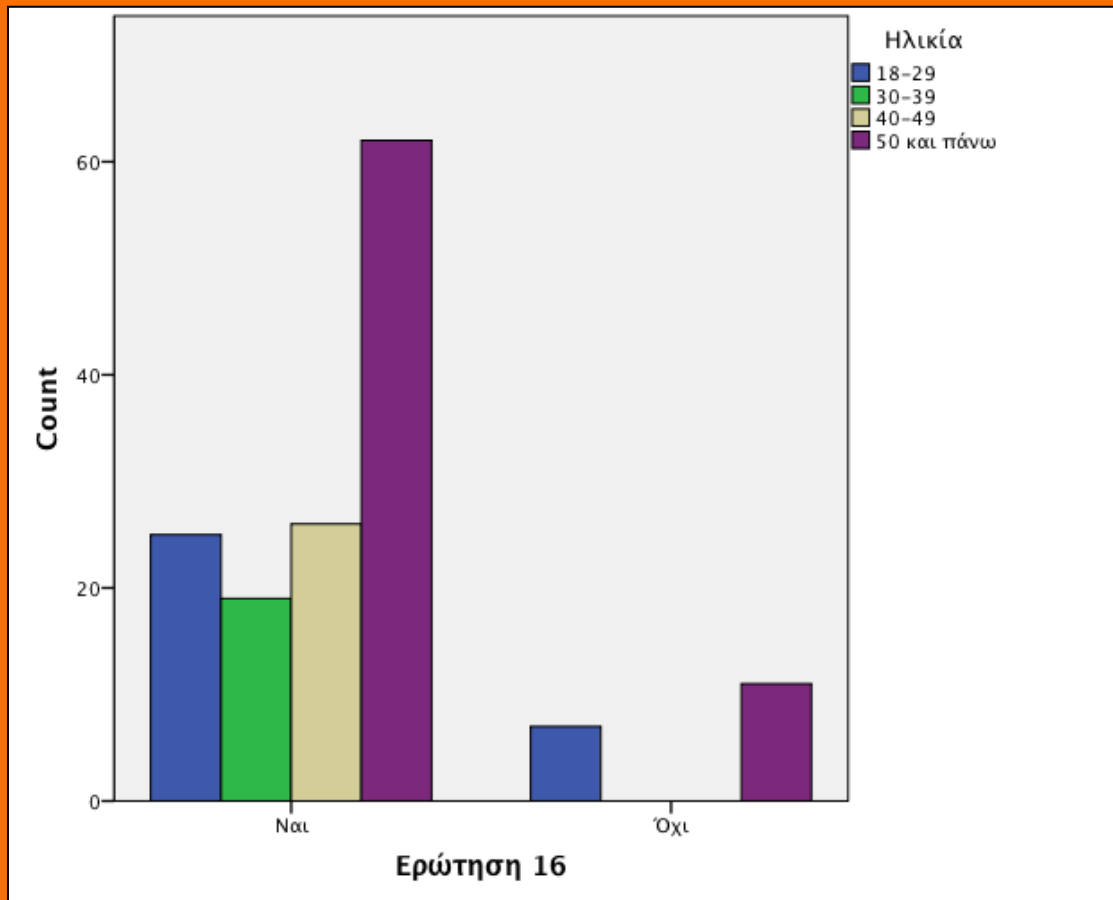
P-VALUE=19.544%

ΕΡΩΤΗΣΗ 15: ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΟΙΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΒΙΤΑΜΙΝΗ Α * ΗΛΙΚΙΑ



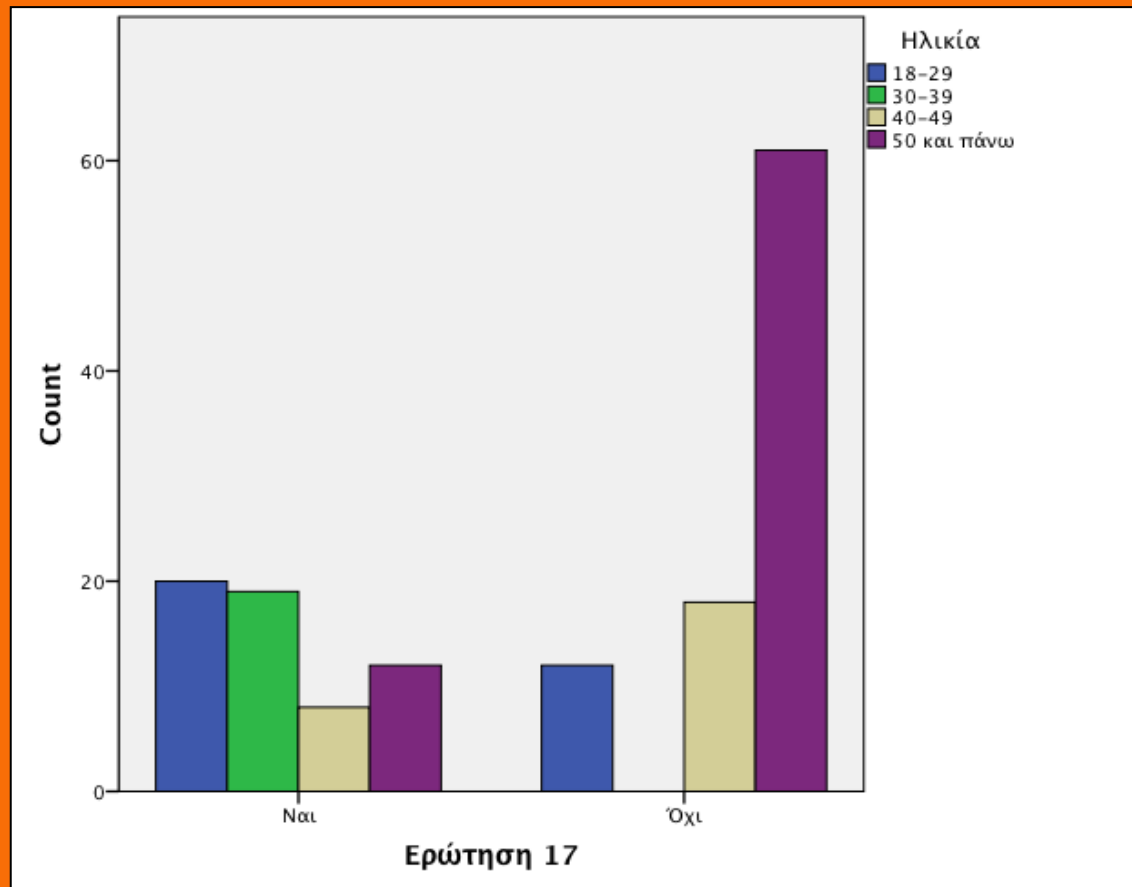
P-VALUE=46.279%

ΕΡΩΤΗΣΗ 16 : ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΟΙΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΒΙΤΑΜΙΝΗ C * ΗΛΙΚΙΑ



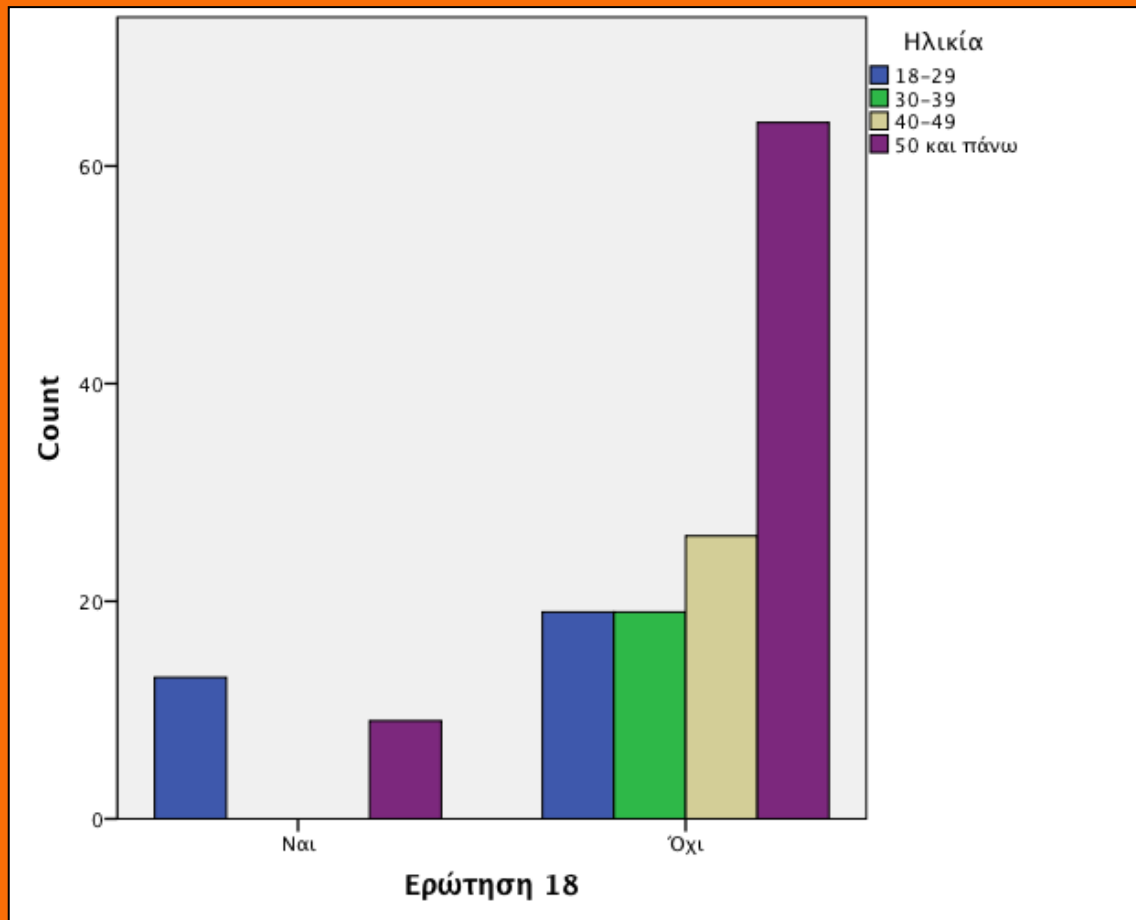
P-VALUE=9.742%

ΕΡΩΤΗΣΗ 17: ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΟΙΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΒΙΤΑΜΙΝΗ Ε * ΗΛΙΚΙΑ



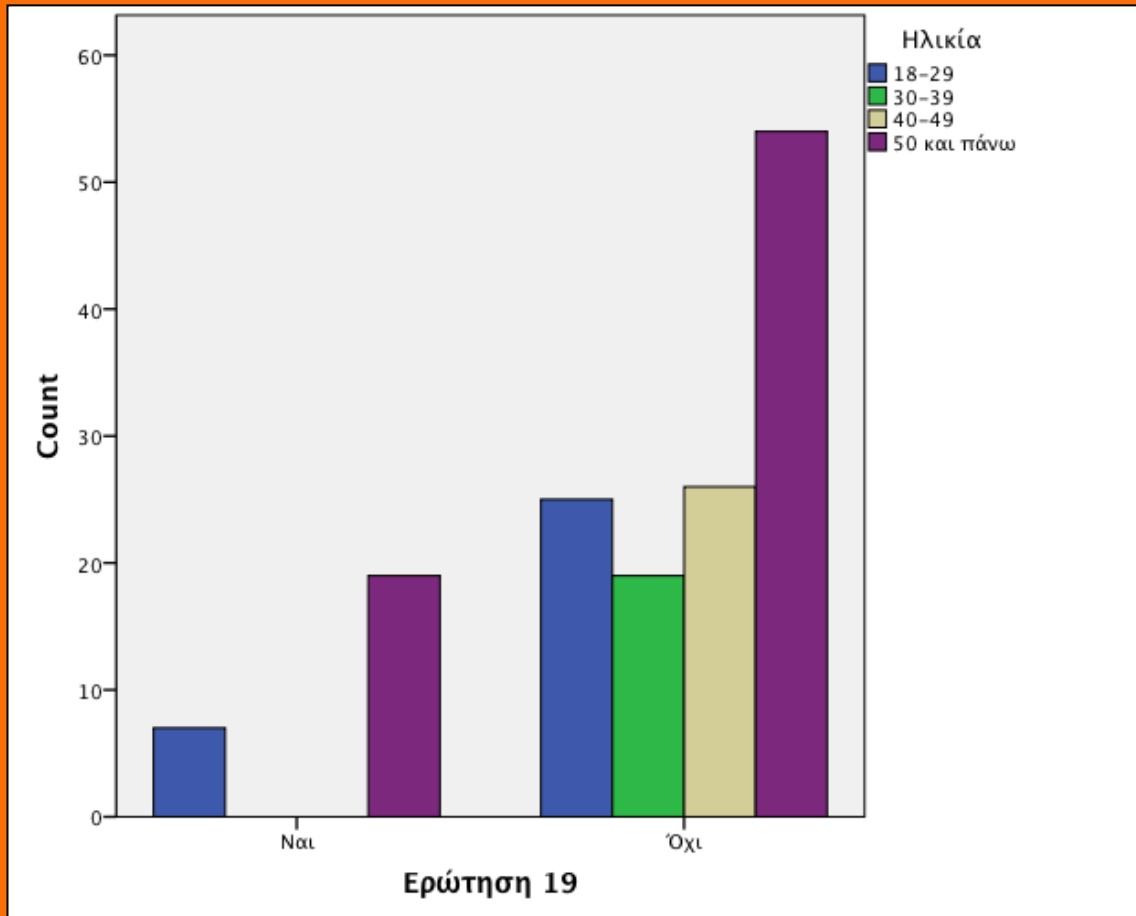
P-VALUE=53.337%

ΕΡΩΤΗΣΗ 18 ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΟΙΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΛΥΚΟΠΕΝΙΟ * ΗΛΙΚΙΑ



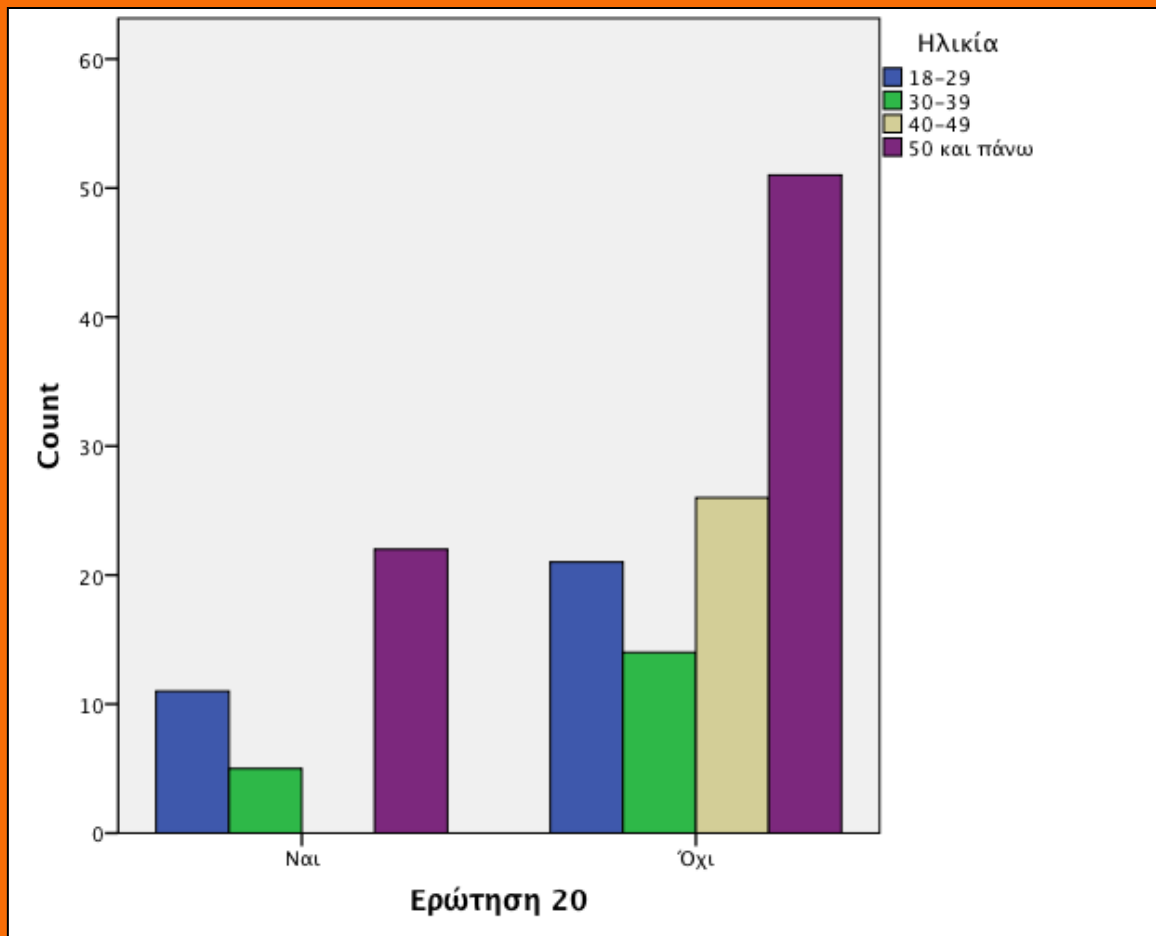
P-VALUE=25.282%

ΕΡΩΤΗΣΗ 19: ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΩΝ ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ Α, C, E, ΚΑΙ ΤΟΥ ΛΥΚΟΠΕΝΙΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΣΑΣ * ΗΛΙΚΙΑ



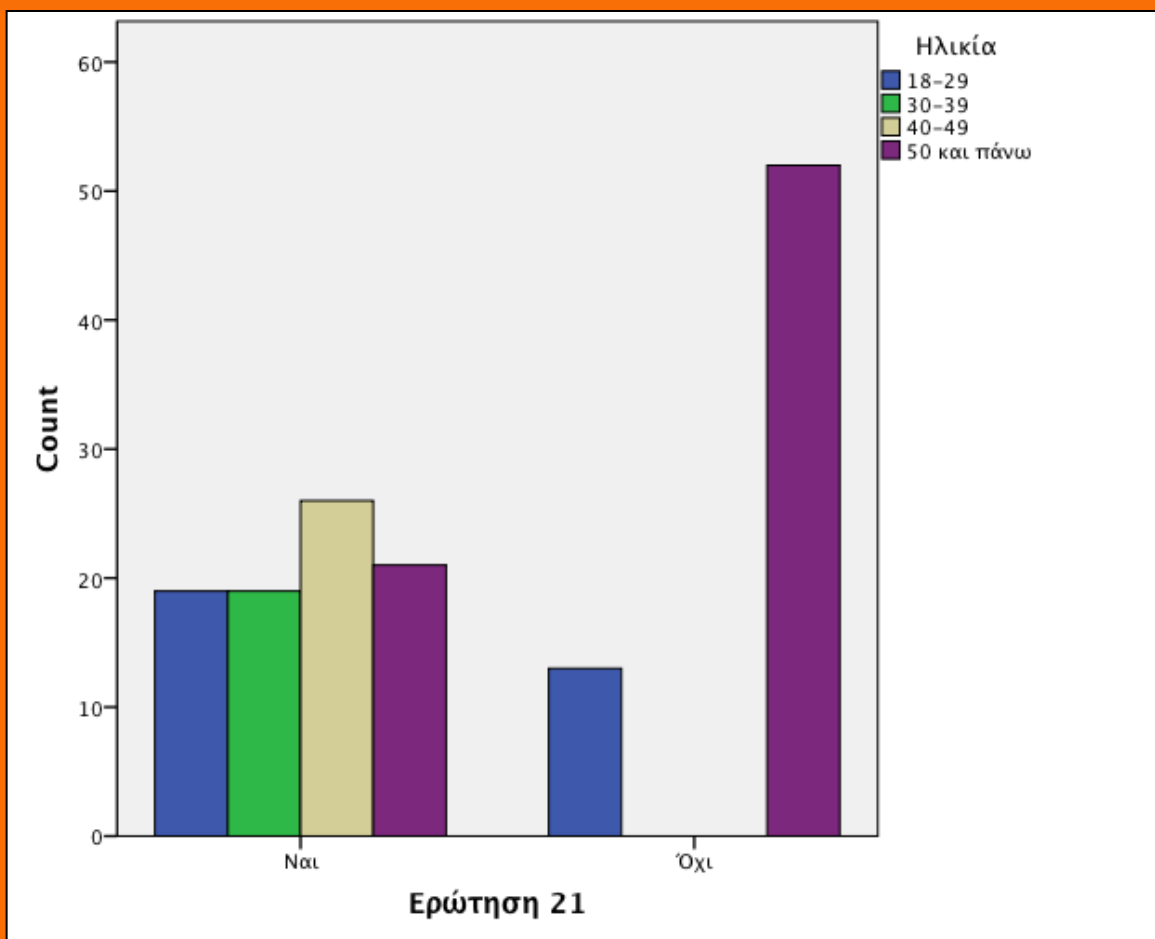
P-VALUE=13.747%

ΕΡΩΤΗΣΗ 20: ΠΑΙΡΝΕΤΕ ΚΑΠΟΙΟ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ * ΗΛΙΚΙΑ



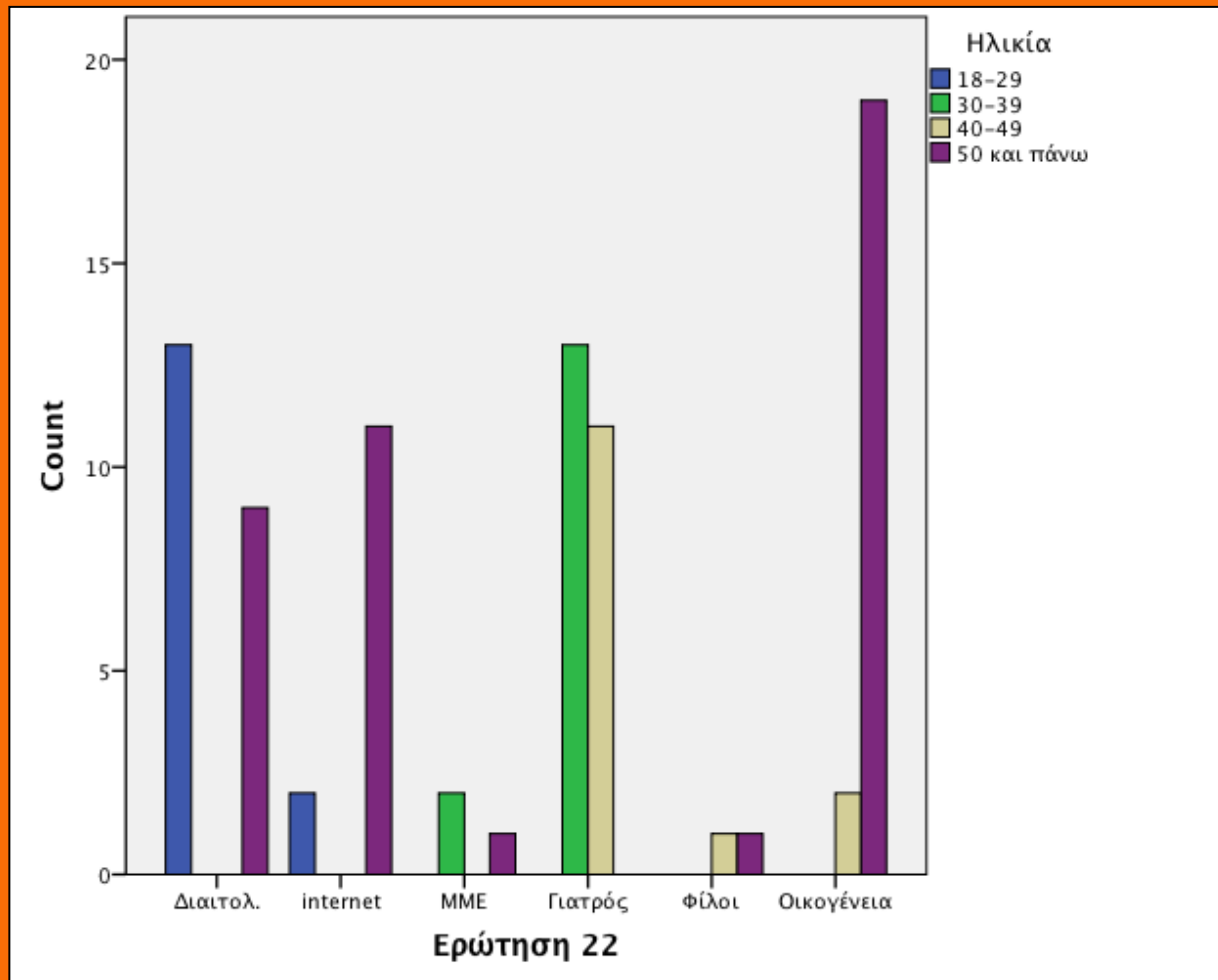
P-VALUE=11.105%

ΕΡΩΤΗΣΗ 21 : ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΩΝ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΟΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΩΝΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΣΑΣ * ΗΛΙΚΙΑ



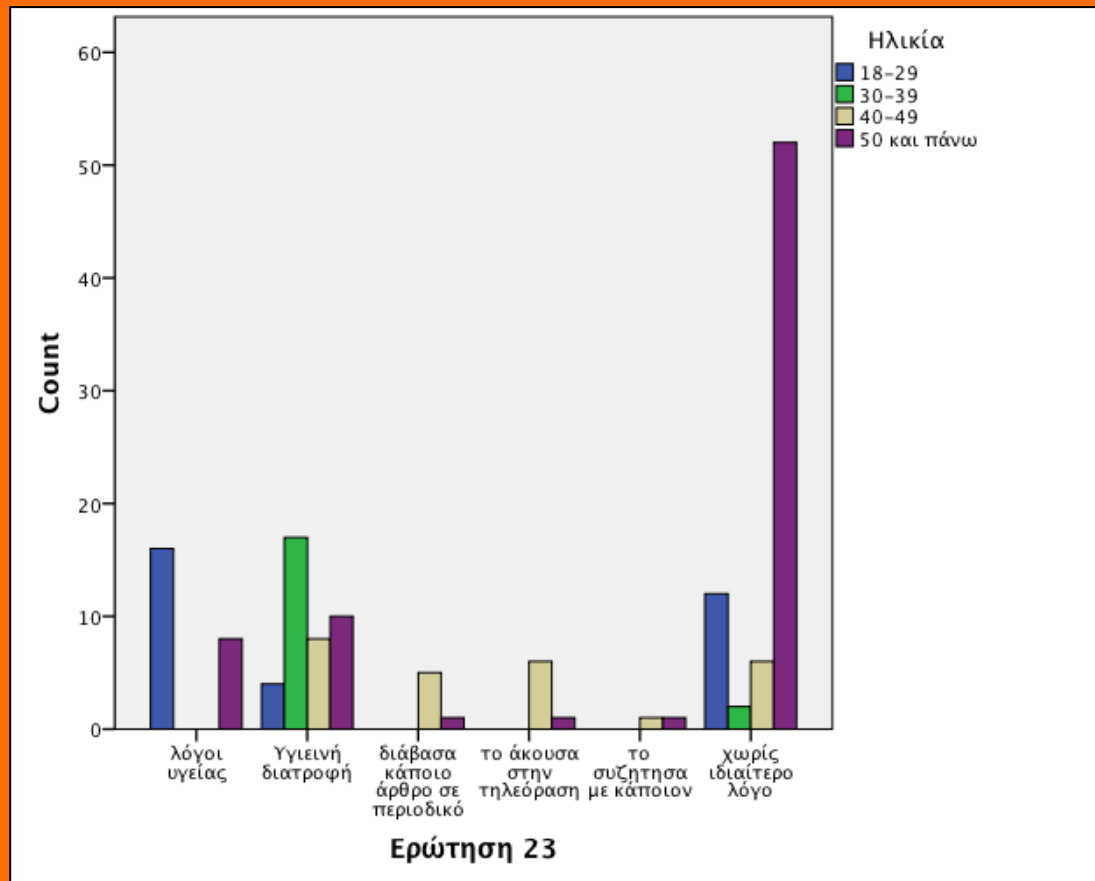
P-VALUE=57.648%

ΕΡΩΤΗΣΗ 22 : ΑΠΟ ΠΟΥ ΣΥΛΛΕΞΑΤΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ * ΗΛΙΚΙΑ



P-VALUE=106.830%

ΕΡΩΤΗΣΗ 23: ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟΣ ΛΟΓΟΣ ΠΟΥ ΠΡΟΤΙΜΑΤΕ ΤΙΣ ΤΡΟΦΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΑΥΤΕΣ * ΗΛΙΚΙΑ



P-VALUE= 128.765%

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ
ΘΕΡΜΑ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!

