

Pasti in prednosti prehranjevanja na delovnem mestu

Metoda Dodič Fikfak i

UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa, Grablovičeva 42, 1000 Ljubljana

Izveček

Naraščajoča prevalenca kroničnih od hrane odvisnih bolezni postaja velik globalni problem. Delovno mesto je pomemben kraj za izvajanje programov promocije zdrave prehrane; tam delavci preživijo veliko svojega časa, na delovnem mestu pa je razmeroma lahko doseči tudi specifične skupine ljudi. Večina študij poroča, da imajo programi promocije zdrave hrane na delovnem mestu zmerno pozitiven učinek na prehranjevalne navade v smislu zdravih izbir in večjega uživanja sadja in zelenjave. Vendar pa ostaja pomembna negotovost o dolgotrajnem učinku takih intervencij na zdravo prehranjevanje, izboljšanje zdravja in finančno učinkovitost. Večina pregledanih programov implementacije zdrave prehrane na delovnem mestu doslej ni vključila procesa evalvacije, so pa avtorji priporočali, naj bodoči intervencijski programi na delovnem mestu vključujejo tudi kvalitativno in kvantitativno evalvacijo, da bi lahko raziskali vzroke za dvomljive rezultate.

Ključne besede: delovno mesto, programi promocije zdrave prehrane, evalvacija

The pitfalls and benefits of meals at work

Metoda Dodič Fikfak i

UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa, Grablovičeva 42, 1000 Ljubljana

Abstract

The increasing prevalence of diet-related diseases is a major global public health problem. The workplace has been recognized as an important health promotion place; workers spend long periods of time in their work environments and workplace allows targeted health promotion programs reach specific population groups. The majority of studies have reported that workplace interventions can have moderate positive effects on dietary behavior in terms of healthier food choices and increasing vegetable and fruit consumption. But significant uncertainty remains regarding long-term effects on dietary behavior, health status outcomes and cost-benefit. Almost all of these intervention studies failed to include detailed process evaluations but recommended that future workplace interventions should integrate thorough quantitative and qualitative evaluation methods to explore reasons for inconsistent findings.

Key words: workplace, healthy diet promotion programs, evaluation

Hrana, prehrana, zdravje:

Gojimo, hranimo, ohranjajmo. Skupaj

P. Raspor (ur.)

© PR 2020. Vse pravice pridržane.