

Wiedza, postawy i zagrożenie anoreksją wśród studentek bydgoskich

Knowledge, attitudes, and risk of anorexia among female students in Bydgoszcz

ANETA KLIMBERG^{1,2/}, MAGDALENA KACPERSKA^{2/}, JERZY T. MARCINKOWSKI^{1,2/}

^{1/} Zakład Higieny Katedry Medycyny Społecznej, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

^{2/} Bydgoska Szkoła Wyższa w Bydgoszczy

Wstęp. W ostatnich latach presja ze strony masmediów i promowanie przesadnie szczupłych wzorców kobiecej sylwetki ciągle narasta. Modelki na pokazach mody, coraz bardziej są wychudzonymi, wyczerpanymi kobietami. Osoby publiczne są punktem zaczepienia i krytyki pod kątem wyglądu zewnętrznego. Wszystko to daje zły przykład do naśladowania dzisiejszemu społeczeństwu.

Cele pracy. 1) Poznanie poziomu wiedzy studentek na temat anoreksji. 2) Ocena badanych studentek w kierunku rozpoznawania u nich anoreksji.

Materiał i metoda. Badania przeprowadzono w okresie od kwietnia do maja 2011 r. wśród 100 studentek Bydgoskiej Szkoły Wyższej z I roku Kosmetologii i III roku Zdrowia Publicznego (po 50). Użyto kwestionariusza ankiety własnego autorstwa, który zawierał 21 pytań.

Wyniki. Wiedza studentek na temat anoreksji wciąż nie jest zadowalająca. Ankietowane uważały, że wygląd zewnętrzny pozwala osiągnąć sukces w życiu, jednak większość z nich twierdziła, że przesadna chudość nie dodaje uroku, a wręcz szpeci. Masmedia w opinii badanych nie wpływają na kształtowanie wizerunku idealnego ciała. Pomimo iż większość z nich stwierdziła, że są zadowolone z własnego wyglądu, podejmowały choć raz w życiu próby odchudzania się, stosując najczęściej farmaceutyki bądź kosmetyki odchudzające i wyszczuplające. Motywem przewodnim w odchudzaniu była przede wszystkim chęć podniesienia własnej samooceny. Większość badanych była zadowolona ze swojego wyglądu, a masa ciała 3/4 kształtowała się w normie; 10% miała niedowagę, w tym u 2 można było podejrzewać anoreksję.

Słowa kluczowe: anoreksja, zagrożenie anoreksją, niedowaga, wygląd własny, dieta, studentki

Introduction. In recent years there has been a growing media pressure in promoting excessively lean female body patterns. The fashion show models are becoming extremely thin, exhausted-looking women. Celebrities are scrutinized and criticized for their appearance. All this sets a bad example for the society to follow.

Aims. 1) Understanding the students' knowledge about anorexia. 2) Evaluation of the surveyed students in anorexia diagnosis.

Material & Method. The study was conducted from April to May 2011 among 100 first- and third-year students of Public Health of Bydgoszcz School of Cosmetology (two groups of 50 persons). An authors' questionnaire of 21 questions was used.

Results. The students' knowledge about anorexia is still unsatisfactory. The surveyed women believed that the appearance helped to achieve success in life, but most of them thought that excessive thinness did not add charm, and was rather unsightly. In the respondents' opinions the media did not affect their own image of ideal body. Although most of them stated they were satisfied with their appearance, they tried to lose weight at least once in their lifetime, used slimming pharmaceuticals or cosmetics. The leitmotif of the weight loss attempts was primarily the desire to improve self-esteem. Most respondents were satisfied with their appearance and body mass of 3/4 fitted the standard, 10% were underweight, including 2 with a possible anorexia.

Keywords: anorexia, anorexia risk, underweight, personal appearance, diet, student

© Hygeia Public Health 2011, 46(4): 462-466

www.h-ph.pl

Nadesłano: 10.09.2011

Zakwalifikowano do druku: 17.11.2011

Adres do korespondencji / Address for correspondence

Dr n. biol. Aneta Klimberg

Zakład Higieny UM

ul. Rokietnicka 5c, 60-806 Poznań

tel./fax 61 854-73-90, e-mail: anetak@ump.edu.pl

Wprowadzenie

W dzisiejszych czasach, kiedy wygląd zewnętrzny niekiedy staje się sprawą priorytetową, daje nowe, lepsze możliwości w życiu, skłonni jesteśmy do wielu wyrzeczeń na poczet pięknego wyglądu. Wokół nas ciągle mówi się o urodzie, dietach, szczupłej sylwetce, czasami przesadnie wychudzonej, która otwiera nam

bramy do sukcesu w życiu codziennym. Wzorzec, jaki propagują media i społeczeństwo wykształca u młodych ludzi poczucie rywalizacji.

Anoreksja, to zaburzenie odżywiania, nazwane jadłowstrętem psychicznym [1,2,3,4]. To choroba społeczeństwa XXI w., która dotyczy ok. 1% całego społeczeństwa. Narazone są przede wszystkim młode

kobiety w wieku 13-18 lat; czasami jest to również wiek 21 lat [5]. Przyjmuje się, że ok. 5-10% młodych mężczyzn, najczęściej w wieku od 17-24 lat styka się z problemem anoreksji [6].

Kryteria diagnostyczne pozwalają zdefiniować pierwsze podstawowe oznaki anoreksji. Określa się, że jadłowstręt psychiczny dotyczy danej osoby, jeśli jej masa ciała zmniejszyła się do granicy 15% poniżej normy, bądź wskaźnik BMI jest mniejszy niż 17,5. Kolejnym objawem sugerującym początki anoreksji jest unikanie spożywania posiłków, używanie środków przeczyszczających i moczopędnych, prowokowanie wymiotów, a także stosowanie wyczerpujących wysiłków fizycznych. Uważa się, że anoreksja swój początek może mieć w okresie, gdy wygląd, obawa przed przytyciem, otyłością przyjmuje nadrzędną rolę w życiu i staje się natręctwem. U kobiet podstawowym objawem jest zanik pierwszych trzech kolejnych cykli miesięczkowych [7].

Cele pracy

1. Ocena poziomu wiedzy studentek na temat anoreksji.
2. Diagnoza w kierunku anoreksji wśród studentek.

Materiał i metody badawcze

Badania przeprowadzono w okresie od kwietnia do maja 2011 r. i objęto nimi studentki Bydgoskiej Szkoły Wyższej z dwóch kierunków studiów: 1. I roku Kosmetologii i 2. III roku Zdrowia Publicznego.

Techniką badawczą była anonimowa ankieta, a narzędziem badawczym kwestionariusz ankiety, skonstruowany specjalnie dla potrzeb prowadzonych badań, który zawierał 21 pytań, w tym 2 otwarte i 19 zamkniętych. Pytania zawarte w kwestionariuszu dotyczyły: skojarzeń z anoreksją, śmiertelności z powodu anoreksji, problemu anoreksji wśród najbliższych, propozycji pomocy osobie z problemem zaburzeń odżywiania, wysokości oraz masy ciała, powodzenia w życiu związanego z wyglądem zewnętrznym, częstości oglądania telewizji, opinii na temat ukazywania się szczupłych kobiet w masmediach, oceny własnego wyglądu, podejmowanych w przeszłości prób odchudzenia i jego powodów, produktów wspomagających odchudzanie, stosowania zasad zdrowego odżywiania, występowania problemu anoreksji wśród osób ankietowanych. Kwestionariusz ankiety zakończony był metryczką, która zawiera pytania o: wiek, miejsce zamieszkania, stan cywilny, rodzeństwo, posiadane dzieci.

Charakterystyka badanych

Wiek: 19-55 lat. Ankietowane zostały podzielone na dwie grupy liczące po 50 osób – zależnie od kierunku

studiów: 1. studentki I roku Kosmetologii, 2. studentki z III roku Zdrowia Publicznego. Założono, że grupy te różnią się pod względem poziomu wiedzy na temat anoreksji i zaburzeń odżywiania – kobiety studiujące na kierunku Zdrowie Publiczne posiadają o wiele większą wiedzę na te tematy od grupy kobiet z kierunku Kosmetologia. Większość badanych (60%) stanowiły kobiety w wieku 21-25 lat; w wieku 26-30 lat było 13% badanych.

Nie zaobserwowano istotnych różnic odnośnie miejsca zamieszkania pomiędzy dwoma grupami studentek.

Stan cywilny: stanu wolnego było 67% ankietowanych (Kosmetologia – 82%, Zdrowie Publiczne – 52%); w związku małżeńskim – 25% (3-krotnie częściej studentki Zdrowia Publicznego – 38% – niż Kosmetologii – 12%); ponadto były 2 wdowy i 56 rozwódek.

Rodzeństwo: 5% studentek nie posiadało rodzeństwa; 57% miało co najmniej dwoje rodzeństwa, 38% posiadało tylko jednego brata lub siostrę.

Posiadane dzieci: nie miało dzieci 69% studentek, 1 dziecko – 13%, 2 dzieci – 12%, 3 i więcej dzieci – 6%.

Wyniki badań

Wiedza nt. anoreksji

Tylko jedna studentka z kierunku Kosmetologia przyznała się do tego, że nie wie co to jest anoreksja. Co trzeciej ankietowanej anoreksja kojarzyła się z wychudzeniem (34%); dla co czwartej ze wstrętem do jedzenia (24%). W opinii 98% studentek anoreksja jest chorobą śmiertelną, jednak tylko wg 6% jest to choroba zawsze prowadząca do śmierci, a wg 18% rzadko. Prawie co druga ankietowana (46%) uważała, że na anoreksję chorują częściej kobiety aniżeli mężczyźni; niespełna co trzecia ankietowana (29%) twierdziła, że anoreksja dotyczy w jednakowym stopniu kobiet i mężczyzn.

Anoreksja w środowisku ankietowanych

Co trzecia ankietowana (34%) miała kontakt w swoim środowisku z osobami, których dotyczy problem anoreksji; 64% nie spotkało w swoim środowisku takiej osoby; po jednej studentce z obu kierunków nie wiedziało, czy jakaś osoba w ich środowisku boryka się z tym problemem.

34 studentki podały, że w ich środowisku są osoby z problemem anoreksji; 5 studentek ze Zdrowia Publicznego przyznało, że ten problem występuje w ich rodzinie – dotyczy kuzynki lub ciotki; 2 studentki Kosmetologii wskazały na siebie, jako osobę z problemem anoreksji.

Połowa studentek (52%) zadeklarowała, że gdyby miała kontakt z osobą z problemem anoreksji, to będzie umiała jej pomóc; pozostałe ankietowane nie wiedziały jak pomóc takiej osobie (32%).

Spośród 52 studentek, które podały, że w swoim środowisku spotykają osobę z problemem anoreksji, 54% było przekonanych, że będą wiedziały w jaki sposób mogą pomóc takiej osobie. W opinii ponad połowy (54%) najlepszym rozwiązaniem byłaby psychoterapia oraz spotkania z psychologiem; 18% wskazało, że przeprowadziłoby z taką osobą rozmowę; pozostałe ankietowane wysłałyby taką osobę na specjalistyczne leczenie (10%) lub namówiłyby ją do rozmowy z własną rodziną, która – poprzez swoje wsparcie – wesprze ją w walce z tą chorobą.

Postawy wobec anoreksji

Studentki zostały poproszone po podanie swojej masy ciała (kg) oraz wysokości ciała (m). Uzyskane informacje pozwoliły na obliczenie ich BMI (tab. I), z których wyniknęło, że 36 studentek z Kosmetologii i 40 ze Zdrowia Publicznego posiadało BMI między 18,5 a 25,0 – norma. Niestety, co dziesiąta ankietowana (6 z Kosmetologii i 4 ze Zdrowia Publicznego) miały BMI poniżej zalecanego (18,5), które oznacza niedowagę. W tej grupie 2 studentki Kosmetologii miały BMI nawet poniżej 17,5 (16,4 i 17,3) – co przez WHO uznawane jest już za anoreksję. W badanej grupie było 15 studentek (9 z Kosmetologii i 6 ze Zdrowia Publicznego), których BMI przekraczało 25,0, co wskazywało na nadwagę a nawet otyłość (tab. I).

Aż 2/3 studentek (67%) uważało, że od wyglądu zewnętrznego zależy powodzenie w życiu; nieco więcej w tej grupie było studentek Kosmetologii. Przeciwnego zdania było tylko 18% ankietowanych; 15% badanych nie ma ten temat wyrobionego poglądu (tab. II).

Aż 2/3 (67%) ankietowanych codziennie oglądało telewizję; pozostałe parę razy w tygodniu (18%) lub nawet rzadziej (14%); 1 studentka Zdrowia Publicznego wskazała, że nigdy nie ogląda telewizji.

Co trzecia ankietowana (38%) wyrażała opinię, że nie preferuje pokazywania w mediach szczupłych kobiet – argumentując to tym, że w ten sposób dyskryminuje się grubsze osoby, że sylwetki kobiet przedstawianych w mediach są zbyt wychudzone, a ponieważ większość młodych ludzi chce się upodobnić do swoich idoli z masmediów, dlatego też media mogą dawać zły wzorzec do naśladowania. Jedynie co 9. ankietowana (12%) uważała, że media powinny preferować pokazywanie szczupłych kobiet, bowiem są one ładniejsze od tych „niezgrabnych”, a także oglądanie ładnych kobiet zachęci do dbania o siebie. Co druga ankietowana (50%) nie ma wyrobionej opinii na ten temat (tab. III).

Tabela I. Zestawienie i ocena BMI ankietowanych studentek
Table I. Comparison and assessment of BMI in surveyed students

BMI	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
wychudzenie	15,1-17,4	2	4		2	2
niedowaga	17,5-18,5	4	8	4	8	8
norma	18,6-24,9	35	70	40	78	74
nadwaga	25,0-29,9	7	14	5	10	12
otyłość	30,0-34,9	2	4	1	2	3
Razem		50	100	50	100	100

Tabela II. Wygląd zewnętrzny a powodzenie w życiu w opiniach ankietowanych
Table II. Appearance vs. success in life in respondents' opinions

Wpływanie wyglądu zewnętrznego na powodzenie w życiu?	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	37	74	30	60	67	67
Nie	7	14	11	22	18	18
Nie mam zdania	6	12	9	18	15	15
Razem	50	100	50	100	100	100

Tabela III. Stosunek ankietowanych do prezentowania wizerunku szczupłych kobiet w telewizji
Table III. Respondents' attitudes towards TV preferences to present slim women

Preferowanie pokazywania przez media szczupłej sylwetki	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	n	%	n	%	n	%
Tak	5	10	4	8	9	9
szcuple kobiety są ładniejsze						
zachęcają do dbania o siebie			3	6	3	3
Nie dyskryminacja innych osób	8	16	8	16	16	16
kobiety są zbyt wychudzone	4	8	5	10	9	9
zły wzorzec	9	18	4	8	13	13
nie wiem	24	48	26	52	50	50
Razem	50	100	50	100	100	100

Zdecydowana większość ankietowanych (77%) była zadowolona ze swojego wyglądu. Odmiennego zdania była do czwarta studentka (tab. IV).

Prawie połowa (43%) studentek podała, że nosi ubrania o numerze 38; co czwarta (25%) nieco mniejszy numer – 36. Jedynie tylko 6 studentek, w tym 5 z Kosmetologii, zadeklarowało, że ubiera się w numer 34 lub nawet mniejszy. Pozostałe studentki zadeklarowały, że kupują sobie odzież o numerze 40 (10%) lub

Tabela IV. Zadowolenie z własnego wyglądu w ocenie ankietowanych
Table IV. Satisfaction with self-appearance in respondents' assessment

Zadowolenie z własnego wyglądu	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	37	74	40	80	77	77
Nie	13	26	10	20	23	23
Razem	50	100	50	100	100	100

nawet większym (16%); w tej ostatniej grupie zdecydowanie przeważały studentki z Kosmetologii (tab. V).

Co trzecia ankietowana (33%) zadeklarowała, że chciałaby nosić odzież w innym numerze aniżeli ten, w którym obecnie chodzi; prawie 2-krotnie więcej w tej grupie jest studentek Kosmetologii. Pozostałym ankietowanym nie zależy na noszeniu ubrań w innym numerze (tab. VI).

33 ankietowane, które zadeklarowały chęć noszenia ubrania w innym rozmiarze niż aktualnie noszą, miały możliwość wypowiedzenia się, jaki numer chciałyby nosić zamiast obecnego. Prawie wszystkie ankietowane studentki chciałyby nosić tylko nieco mniejszy numer ubrania. Jedynie tylko 1 studentka Kosmetologii zadeklarowała, że obecnie noszone ubranie o numerze 40 zamieniłaby na numer 34 (tab. VII).

Zaledwie co czwarta ankietowana (25%) zadeklarowała, że nigdy się nie odchudzała; pozostałe studentki miały już takie epizody za sobą. Co trzecia ankietowana (36%) miała już za sobą nawet kilka takich prób, kolejna co trzecia (32%) przeżyła jedynie jedną próbę odchudzającą. Niepokoić może fakt, że 7 ankietowanych studentek zadeklarowało, że przez cały czas stosuje jakieś diety odchudzające (2-krotnie częściej były to studentki Zdrowia Publicznego) (tab. VIII).

Z danych zawartych w tab. VIII wynika, że 75 studentek podejmowało już próby odchudzania. Ponad 90% ankietowanych zadeklarowało, że odchudzały się same dla siebie; co piąta chciała się bardziej podobać mężczyźnie (19%). Część kobiet twierdziła, że odchudzała się dla poprawy, podniesienia swojego zdrowia (16%). Niepokoić może fakt, że 8% spośród ankietowanych odchudzało się w związku z trendami, jakie były w tym czasie preferowane w mass mediach (8%). Studentki z Kosmetologii aniżeli ze Zdrowia Publicznego częściej odchudzały się z chęci podobaania się mężczyznom lub dla poprawy zdrowia (tab. IX).

Wśród 75 ankietowanych studentek, które podejmowały próby odchudzania się – 55 zakupiła zareklamowany produkt odchudzający, u pozostałych 20 na zakup środków odchudzających reklama nie miała wpływu (tab. X).

Ankietowane, które zadeklarowały, że kupiły kiedyś reklamowany produkt do odchudzania – najczęściej kupowały kosmetyki (49%) lub farmaceutyki (44%). Co piąta zadeklarowała, że zakupiła sprzęt sportowo-odchudzający (22%), a co ósma bieliznę odchudzającą (13%). Studentki Zdrowia Publicznego kupowały 3-krotnie częściej bieliznę odchudzającą i nieco częściej różne farmaceutyki niż studentki Kosmetologii. Z kolei studentki Kosmetologii częściej decydowały się na różne kosmetyki niż studentki Zdrowia Publicznego (tab. XI).

Tabela V. Noszone rozmiary ubrania przez ankietowane
Table V. Clothes sizes worn by respondents

Rozmiar ubrania	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
34 lub mniejszy	5	10	1	2	6	6
36	10	20	15	30	25	25
38	20	40	23	46	43	43
40	5	10	5	10	10	10
większy niż 40	10	20	6	12	16	16
Razem	50	100	50	100	100	100

Tabela VII. Wymarzony rozmiar ubrania
Table VII. Ideal size in clothes

Zmiana numeru noszonego ubrania	Wymarzony rozmiar	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem		
		N	%	N	%	N	%	
Obecny rozmiar	powyżej 40	40	8	40	4	31	12	37
	40	38	2	10	2	15	4	12
	40	34	1	5		1	3	
	38	36	6	30	4	31	10	30
	36	34 lub mniejszy	3	15	3	23	6	18
Razem		20	100	13	100	33	100	

Tabela VIII. Próby odchudzania się przez ankietowane
Table VIII. Weight loss attempts of respondents

Próby odchudzania się	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak, ciągle jestem na diecie	2	4	5	10	7	7
Tak, raz w życiu	11	22	21	42	32	32
Tak, parę razy	25	50	11	22	36	36
Nie, nigdy	12	24	13	26	25	25
Razem	50	100	50	100	100	100

Tabela IX. Podawane przez ankietowane powody odchudzania się
Table IX. Respondents' reasons for weight loss

Powody odchudzania się	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N=38	%	N=37	%	N=75	%
Media (prasa, tv, internet)	3	8	3	8	6	8
Chęć podobaania się mężczyźnie	10	26	4	11	14	19
Dla samej siebie	34	89	35	95	69	92
Dla zdrowia	10	26	2	5	12	16

Tabela X. Zakup produktu reklamowanego do odchudzania w deklaracji ankietowanych
Table X. Purchase of advertised weight-loss product according to respondents

Zakup reklamowanego produktu odchudzającego	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N=38	%	N=37	%	N=75	%
Tak	28	74	27	73	55	73
Nigdy nic nie kupiłam	10	26	10	27	20	27

Tabela XI. Rodzaj kupowanych przez ankietowane produktów odchudzających pod wpływem reklamy
Table XI. Sorts of weight-loss products purchased by respondents due to advertising

Preparat odchudzający	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N=28	%	N=27	%	N=55	%
Farmaceutyk	11	39	13	48	24	44
Kosmetyk	14	50	13	38	27	49
bieliznę wyszczuplającą	3	11	4	37	7	13
sprzęt sportowo-odchudzający	7	25	5	19	12	22

Prawie wszystkie ankietowane studentki znają zasady zdrowego odżywiania; jednak tylko co druga stosuje je w życiu codziennym. Jedynie 1 studentka ze Zdrowia Publicznego zadeklarowała, że ich nie zna i nie może ich stosować w codziennym życiu (tab. XII).

Na zakończenie w kwestionariuszu ankiety postawiono jedno z najtrudniejszych pytań, mianowicie zapytano studentki czy bezpośrednio ich dotyczy anoreksja. Dwie ankietowane (po jednej z każdego kierunku) udzieliły odpowiedzi twierdzącej a 1 studentka z Kosmetologii przyznała się, że kiedyś w przeszłości miała ten problem, ale obecnie ma go już poza sobą (tab. XIII).

Podsumowanie i wnioski

1. Ponad 70% ankietowanych uważa, że anoreksja często jest chorobą śmiertelną; jedynie co piąta zna śmiertelność z powodu anoreksji.
2. Co druga respondentka poprawnie określiła częstość występowania anoreksji u mężczyzn.
3. Co trzecia ankietowana styka się w swoim środowisku z osobami mającymi problem z anoreksją; najczęściej są to koleżanki.
4. Ponad połowa badanych sugeruje psychoterapię, jako najlepszą z metod leczenia anoreksji.
5. Wśród ankietowanych co 10. ma niedowagę, w tym 2 z powodu bardzo niskiej masy ciała należy uznać za wychudzone, z podejrzeniem o anoreksję.
6. Dla 2/3 wygląd zewnętrzny ma istotne znaczenie w życiu codziennym, na kreowanie którego masmedia nie mają dużego wpływu.
7. Co czwarta ankietowana nie jest zadowolona z własnego wyglądu; najczęściej są to osoby noszą-

Tabela XII. Znajomość przez ankietowane zasad zdrowego odżywiania się i ich stosowanie w życiu codziennym

Table XII. Respondents' knowledge on healthy nutrition and its application in everyday life

Znajomość i stosowanie się do zasad zdrowego odżywiania	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Znam i się do nich stosuję	24	48	22	44	46	46
Znam, ale ich nie stosuję	26	52	27	54	53	53
Nie znam tych zasad			1	2	1	1
Razem	50	100	50	100	100	100

Tabela XIII. Własny problem anoreksji wśród ankietowanych

Table XIII. Self-diagnosed anorexia among respondents

Własny problem z anoreksją	Kosmetologia		Zdrowie Publiczne		Ogółem	
	N	%	N	%	N	%
Tak	1	2	1	2	2	2
Już nie	1	2			1	1
Nie	48	96	49	98	97	97
Razem	100	100	50	100	100	100

ce rozmiar ubrania 38 i większy; wymarzony ich numer ubrania – to mniejszy o dwa rozmiary.

8. Choć raz w życiu próbowało się odchudzać 75% ankietowanych; z czego 7% ma obsesję na punkcie ciągłego odchudzania się.
9. Kobiety odchudzają się dla podniesienia własnej samooceny i dowartościowania się.
10. Produkty odchudzające badane kupowały pod wpływem reklamy; najczęściej były to farmaceutyki i kosmetyki.
11. Ankietowane znają zasady zdrowego odżywiania się, ale tylko co druga stosuje je w życiu codziennym.
12. W badanej grupie 2 ankietowane dotknięte są anoreksją.

Piśmiennictwo / References

1. Joško J, Kamecka-Krupa J. Czynniki ryzyka anoreksji. *Probl Hig Epidemiol* 2007, 88(3): 254-258.
2. Joško J, Kamecka-Krupa J. Czynniki kulturowe i społeczne predysponujące do zaburzeń odżywiania u młodzieży szkolnej w wybranych miastach województwa śląskiego. *Probl Hig Epidemiol* 2007, 88(3): 320-326.
3. Winiarska-Mieczan A, Poterucha E. Zagrożenie anoreksją i bulimią wśród studentek lubelskich uczelni. *Probl Hig Epidemiol* 2010, 91(1): 158-163.
4. Małara B, Joško J, Kasperczyk J, Kamecka-Krupa J. Rozpowszechnienie zaburzeń odżywiania wśród młodzieży w wybranych miastach województwa śląskiego. *Probl Hig Epidemiol* 2010, 91(3): 388-392.
5. Namysłowska I, Paszkiewicz E, Siewierska A. Gdy odchudzanie staje się chorobą. [w:] *Gdy odchudzanie jest chorobą: Anoreksja i bulimia*. Namysłowska I, Paszkiewicz E, Siewierska A (red). WAB, Warszawa 2000: 33-38.
6. Kowalczyk M. Zagrożenie młodzieży anoreksją i bulimią. *Probl Opiek-Wych* 2008; 8: 34-40.
7. Józefik B, Wolska M. Co jest normą w odniesieniu do masy ciała? [w:] *Anoreksja i bulimia u dzieci i młodzieży*. Józefik B, Wolska M (red). Hachette Polska, Warszawa 2009: 29-30.