

ELŻBIETA SIKORA, MIROSŁAW PYSZ, TERESA LESZCZYŃSKA

## ZMIANY PODAŻY PODSTAWOWYCH GRUP PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH W GOSPODARSTWACH DOMOWYCH EMERYTÓW I RENCISTÓW W LATACH 1989-2004

### Streszczenie

Celem podjętych badań było określenie zmian podaży podstawowych grup produktów spożywczych w gospodarstwach emerytów i rencistów, jakie miały miejsce na przestrzeni szesnastu lat, tj. od 1989 do 2004 r., a więc w okresie początku i stabilizacji gospodarki rynkowej w Polsce.

Materiał do badań stanowiły dane pochodzące z Roczników Statystycznych GUS z lat 1990-2005 z działu Budżety Gospodarstw Domowych, dotyczące podaży produktów zbożowych, mleka i przetworów mlecznych, mięsa i przetworów mięsnych, ryb i przetworów rybnych, masła i śmietany, jaj, innych tłuszczów, ziemniaków, owoców, warzyw i nasion roślin strączkowych oraz cukru i słodczy.

Proces urynkowienia gospodarski spowodował zarówno szereg pozytywnych, jak i negatywnych zmian w podaży grup produktów spożywczych. Do pozytywnych należy zaliczyć znaczne zmniejszenie podaży masła (50 %) i cukru (28 %), przy równoczesnym wzroście podaży owoców (25 %), zaś do negatywnych znaczne zmniejszenie podaży mleka i przetworów mlecznych (44 %), produktów zbożowych ogółem (20 %) oraz ziemniaków (33 %). W badanym okresie znacznym wahaniom podlegała podaż mięsa i przetworów mięsnych oraz ryb i przetworów rybnych. W konsekwencji jednak podaż mięsa wykazywała tendencję wzrostową zaś ryb spadkową.

**Słowa kluczowe:** podaż produktów spożywczych, emeryci i renciści, gospodarstwo domowe, Rocznik statystyczny GUS

### Wprowadzenie

Obserwowany stały wzrost populacji osób starszych zarówno w Polsce, jak i na całym świecie spowodował, że czynnikiem wpływającym na proces starzenia się organizmu człowieka poświęca się coraz więcej uwagi. Zmiany fizjologiczne będące konsekwencją starzenia się ustroju mogą bezpośrednio wpływać na sposób żywienia, a w konsekwencji na stan odżywienia osób starszych. Wraz z wiekiem wzrasta zawar-

tość tłuszczu ustrojowego, z około 20 % w wieku 25 lat do około 36 % w wieku 70 lat i zmniejsza się zawartość tzw. tkanki aktywnej, głównie mięśniowej. W ustroju ludzi starszych zmniejszeniu do około 4 % ulega zawartość składników mineralnych – z około 6 % u ludzi młodych. W konsekwencji często dochodzi do demineralizacji układu kostnego [5, 14].

Szczególnie istotne zmiany zachodzą w układzie pokarmowym osób starszych. Mają one wpływ na procesy przyjmowania pożywienia, trawienia, wchłaniania oraz przyswajania składników pokarmowych. U osób tych obserwuje się też często ograniczenia w rozróżnianiu zapachu i smaku, co pociąga za sobą utratę apetytu. Zakłócenia w przyjmowaniu pożywienia są bardzo często wynikiem braków w uzębieniu. Prowadzi to do trudności w żuciu pokarmów, zaburzeń w trawieniu i wchłanianiu, a w następstwie do ich nietolerancji. Źle rozdrobnione pokarmy mogą powodować uczucie pełności i wzdęć w nadbrzuszu, często również niesmak w ustach, zwłaszcza po obfitym jedzeniu lub zdenerwowaniu. Rezultatem tego stanu jest ograniczenie spożycia wielu pełnowartościowych produktów, np. surowych warzyw i owoców, co zapoczątkowuje niedobory pokarmowe, pogłębiające i przyspieszające proces starzenia się ustroju [3, 5, 9, 14, 15, 17, 22].

Aktywność fizyczna ludzi w starszym wieku ulega znacznemu zmniejszeniu, osłabieniu ulega także siła mięśni oraz praca narządów wewnętrznych. Konsekwencją tego jest spowolnienie procesów przemiany materii o około 10 - 20 %, a tym samym zmniejszenie zapotrzebowaniu na energię oraz składniki odżywcze [5, 14, 15, 22].

Wiedza, że prawidłowe żywienie może łagodzić lub nawet znacznie ograniczyć wiele niekorzystnych objawów zdrowotnych ludzi w podeszłym wieku sprawia, że rośnie zainteresowanie problemami żywieniowymi tej grupy.

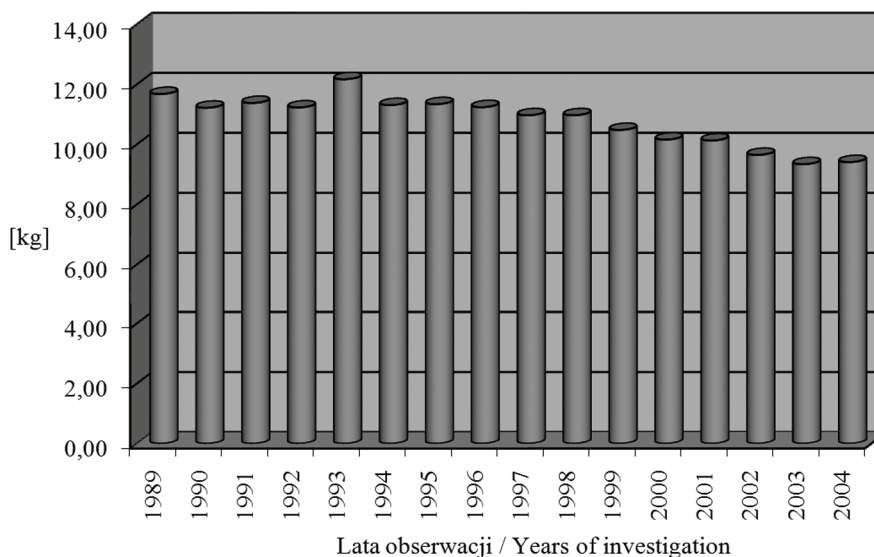
Dlatego celem podjętych badań było prześledzenie zmian podaży podstawowych grup produktów spożywczych w gospodarstwach emerytów i rencistów, jakie miały miejsce na przestrzeni szesnastu lat, tj. od 1989 do 2004 r., a więc w okresie początku i stabilizacji gospodarki rynkowej w Polsce.

### **Material i metody badań**

Obliczeniową ocenę zmian podaży produktów zbożowych, mleka i przetworów mlecznych, mięsa i przetworów mięsnych, ryb i przetworów rybnych, masła i śmietany, jaj, innych tłuszczów, ziemniaków, owoców, warzyw i nasion roślin strączkowych oraz cukru i słodyczy w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w okresie od 1989 do 2004 roku przeprowadzono na podstawie danych pochodzących z Roczników Statystycznych GUS [13] z lat 1990 - 2005 z działu Budżety Gospodarstw Domowych.

## Wyniki i dyskusja

Zmiany średniej miesięcznej podaży produktów zbożowych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989- 2004 przedstawiono na rys. 1.



Rys. 1. Zmiany średniej miesięcznej podaży produktów zbożowych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 1. Changes in average monthly supply of cereals in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Spożycie produktów zbożowych ogółem z przeciętną dzienną racją pokarmową na przestrzeni badanego okresu miało tendencję malejącą. Było to konsekwencją przede wszystkim znacznego zmniejszenia podaży mąki z około 2 kg/osobę/miesiąc w 1989 r. do ~1,5 kg/osobę w roku 2004 oraz mniejszego o 15 % spożycia pieczywa, którego spadek nastąpił dopiero po roku 1997. Spożycie kasz, ryżu i płatków na przestrzeni ostatnich 16 lat ulegało niewielkim wahaniom. W 1989 roku spożycie to wynosiło 0,9 kg/osobę/miesiąc, w kolejnych latach nastąpiło niewielkie zmniejszenie spożycia tych produktów do poziomu ~0,70 - 0,75 kg/osobę/miesiąc. Maksymalne spożycie kaszy, ryżu i płatków na poziomie 0,91 kg/osobę stwierdzono w roku 1993, od tego czasu następowało stałe zmniejszenie podaży tej grupy produktów zbożowych, aż do poziomu 0,7 kg/osobę/miesiąc w roku 2004. Spożycie makaronów, w odróżnieniu od pozostałych produktów spożywczych zaliczanych do grupy zbożowych, charakteryzowało się w badanym okresie znaczącym, równomiernym wzrostem. W ciągu tych szesnastu lat ich miesięczne spożycie wzrosło o ~108 % (z poziomu 0,23 kg/osobę, w 1988 r. do 0,5 kg/osobę w roku 2004). Główną przyczyną wzrostu sprzedaży maka-

ronów, ale równocześnie mniejszej podaży mąki mogło być pojawienie się na rynku bardzo szerokiego asortymentu tych wyrobów, znacznie przewyższającego swoimi walorami produkty dotychczas sprzedawane, co spowodowało częściową rezygnację z własnoręcznie przygotowywanych potraw i korzystanie z produktów gotowych.

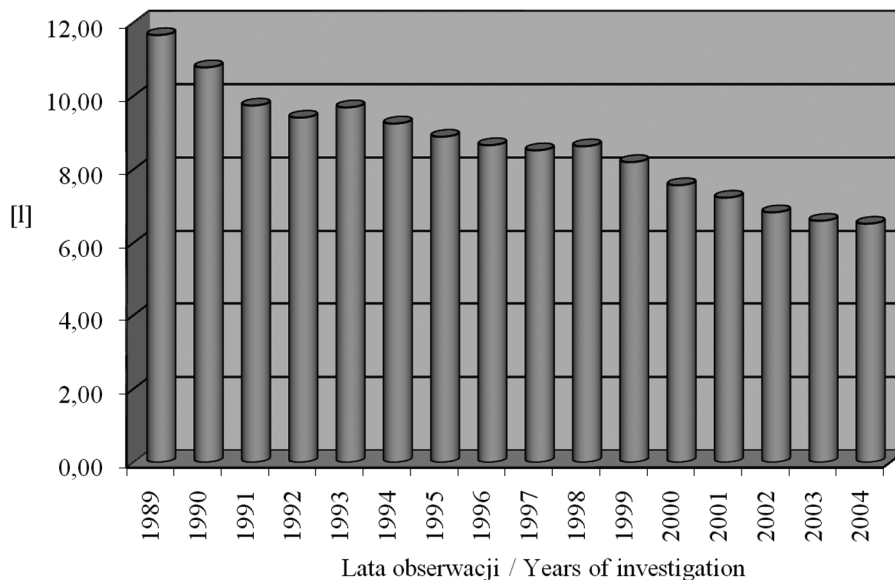
Podobne tendencje w spożyciu produktów zbożowych zaobserwowali autorzy międzynarodowego programu „MONICA” (Monitoring of Trends and Determinants in Cardiovascular Disease – „MONICA” WHO Project, w Polsce Pol-MONICA) realizowanego w latach 1984 - 1993 wśród mieszkańców prawobrzeżnej Warszawy w wieku 35 - 64 lat, (emeryci i renciści stanowili 27,8 % badanej populacji) [11]. W badaniach sposobu żywienia 70-letnich mieszkańców Warszawy Chwojnowska i wsp. [2] także zaobserwowali niskie spożycie produktów zbożowych. Mężczyźni realizowali normę na te produkty w 75 %, zaś kobiety w 47 %.

Niskie spożycie produktów spożywczych odnotowano również w badaniach indywidualnego spożycia żywności przeprowadzonych w 1990 r. wśród osób starszych w wieku 75 - 76 lat mieszkających w Markach k. Warszawy oraz w roku 1992 wśród 70-letnich mieszkańców Warszawy [21].

Zmiany średniej miesięcznej podaży mleka i napojów mlecznych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 2.

Mleko i napoje mleczne stanowią jeden z ważniejszych składników dobrze zbilansowanej diety ludzi starszych. Dlatego niepokojący jest fakt, że spożycie tej grupy produktów ciągle maleje. Od 1989 roku, kiedy średnie miesięczne spożycie mleka i napojów mlecznych wynosiło 11,7 litra/osobę/miesiąc, zaobserwowano 44 % spadek spożycia produktów tej grupy, do poziomu 6,5 litra/osobę/miesiąc w roku 2004. Jedynie spożycie serów od roku 1990 utrzymywało się na podobnym poziomie wynoszącym ~1 kg/osobę/miesiąc. Dowodzi to, że zmniejszeniu uległa głównie konsumpcja mleka spożywczego i napojów mlecznych.

Istotne zmniejszenie spożycia produktów mlecznych odnotowano także w badaniach Pol-MONICA [11]. Poniżej normy kształtowało się także spożycie tych produktów w badaniach sposobu żywienia ludzi starszych w Warszawie. W rezultacie stwierdzono niską podaż wapnia, głównie wśród kobiet, stanowiącą jedynie 63 % wartości normy. Takie spożycie przedłużające się w czasie może zwiększać ryzyko powstawania osteoporozy [2]. Średnie spożycie wapnia przez osoby badane w Polsce było jednym z najniższych w porównaniu ze spożyciem w innych krajach europejskich uczestniczących w programie SENECA (badającym sposób żywienia ludzi starszych metodą historii żywienia w trzynastu ośrodkach europejskich) [1]. Niskie spożycie produktów mlecznych odnotowano także w innych badaniach sposobu żywienia ludzi starszych w Polsce [21].



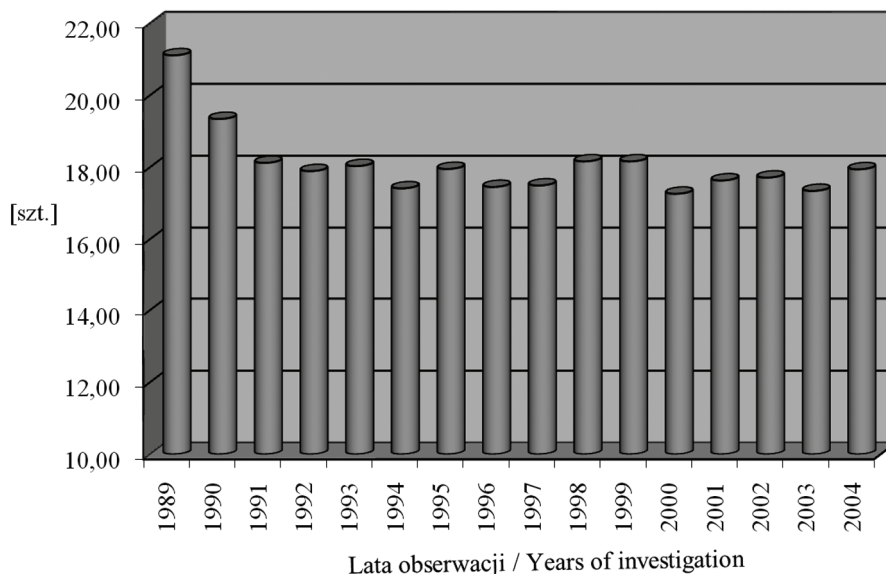
Rys. 2. Zmiany średniej miesięcznej podaży mleka i napojów mlecznych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 2. Changes in average monthly supply of milk and milk-based drinks in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Zmiany średniej miesięcznej podaży jaj w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 3.

W badanym okresie stwierdzono znaczące zmniejszenie spożycia jaj w pierwszych trzech latach po urynkowaniu gospodarki z 21 szt./osobę/miesiąc do ~18 szt./osobę/miesiąc. W kolejnych latach, tj. od roku 1991 spożycie to utrzymywało się na podobnym poziomie wynoszącym 17-18 jaj/osobę/miesiąc.

Wyraźne tendencje malejące w spożyciu jaj zauważono w badaniach POLMONICA, zarówno w grupie emerytów i rencistów, jak i osób pracujących zarobkowo [11]. Poniżej normy (69 % jej wartości) kształtowało się również spożycie jaj przez badanych 70-letnich mieszkańców Warszawy, szczególnie przez mężczyzn [2]. Mniejsze spożycie jaj można tłumaczyć zmianami zaopatrzenia rynku oraz licznymi ogólnie dostępnymi informacjami w środkach masowego przekazu na temat szkodliwości nadmiernego spożywania jaj. Spadek ten można także tłumaczyć rezygnacją z samodzielnie przygotowywanych potraw, w których jaja odgrywają ważną rolę, w zamian za produkty gotowe, takie jak: kluski, pierogi, ciasta, makarony.



Rys. 3. Zmiany średniej miesięcznej podaży jaj w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

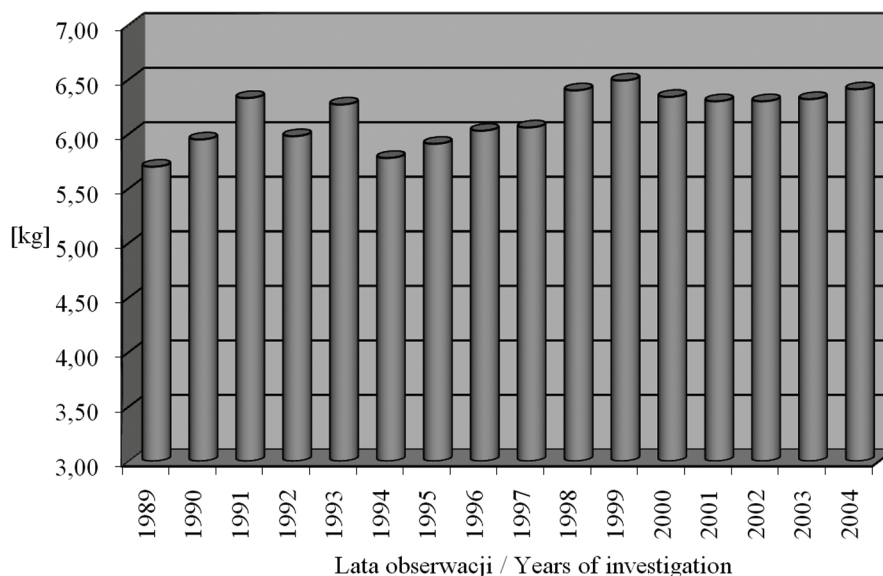
Fig. 3. Changes in average monthly supply of eggs in households of pensioners, in the years from 1989 - to 2004.

Zmiany średniej miesięcznej podaży mięsa i przetworów mięsnych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 4.

Udział tej grupy produktów w żywieniu emerytów i rencistów w szesnastoletnim okresie obserwacji kilkakrotnie ulegał wahaniom, przeważały jednak okresy wzrostu spożycia, które przypadały na lata 1989 - 1991 oraz 1994 - 1999. Dopiero od roku 2000 spożycie mięsa, podrobów i przetworów mięsnych zaczęło się stabilizować na poziomie 6,3 - 6,4 kg/osobę/miesiąc. Najmniejsze spożycie zanotowano w roku 1989 na poziomie 5,7 kg/osobę/miesiąc, zaś najwyższe w 1999 roku, 6,5 kg/osobę/miesiąc.

Istotne trendy wzrostowe spożycia produktów mięsnych w grupie emerytów i rencistów zaobserwowano także w badaniach Pol-MONICA [11]. Chwojnowska i wsp. [2] badając sposób żywienia 70-letnich mieszkańców jednej z warszawskich dzielnic stwierdzili, że spożycie mięsa i wędlin przez mężczyzn przekraczało o 38 % zalecaną dla tej grupy normę. Zaobserwowane zmiany w podaży mięsa, podrobów i przetworów mięsnych można tłumaczyć tym, że urynkwienie spowodowało poprawę zaopatrzenia rynku w mięso i przetwory, które przez szereg poprzednich lat należały do produktów reglamentowanych. Przyczyniło się to do wzrostu spożycia tych produktów, także w gospodarstwach emerytów i rencistów w początkowym okresie go-

spodarki rynkowej. W następnych latach popyt był z pewnością dostosowywany do ceny tych produktów, niemniej jednak spożycie produktów mięsnych utrzymywało się na dość wysokim poziomie, przy czym znaczny w nim udział miało mięso drobiowe i jego przetwory.



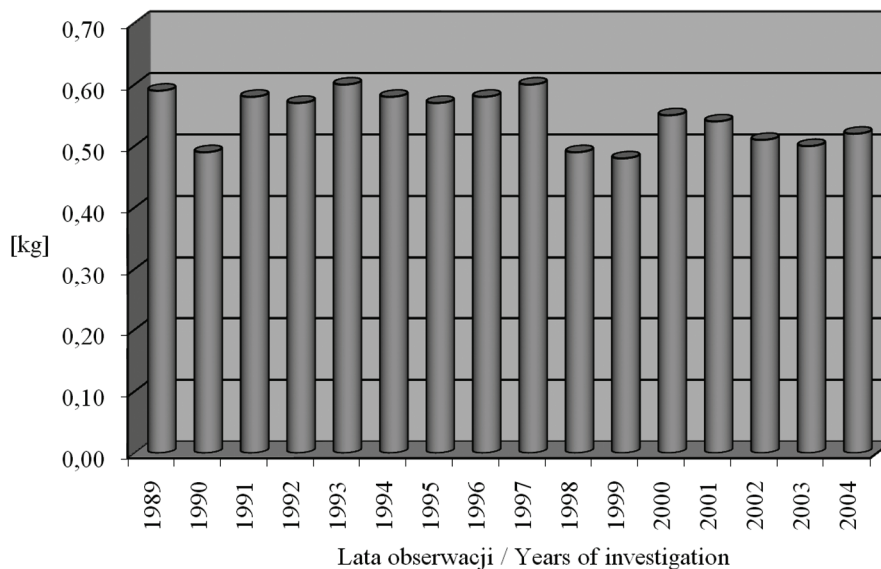
Rys. 4. Zmiany średniej miesięcznej podaży mięsa i przetworów mięsnych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 4. Changes in average monthly supply of meat and meet products in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Zmiany średniej miesięcznej podaży ryb i przetworów rybnych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 5.

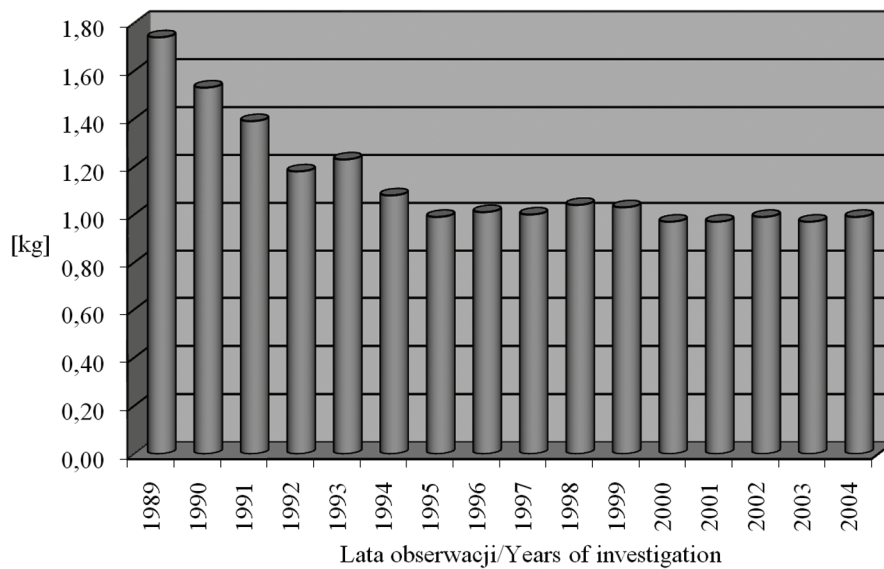
Ryby i przetwory rybne to produkty, których spożycie w Polsce jest stosunkowo niewielkie i takie też było w badanym okresie w gospodarstwach emerytów i rencistów. Wynosiło ono przeciętnie ~0,5 - 0,6 kg/osobę/miesiąc i do roku 1997 utrzymywało się na mniej więcej tym zbliżonym poziomie. W roku 1998 miesięczne spożycie ryb przez badaną grupę ludności zmniejszyło się do poziomu poniżej 0,5 kg/osobę, a w latach następnych było tylko nieznacznie wyższe. Emeryci i renciści rzadko włączali te wartościowe produkty do swojej diety, prawdopodobnie ze względu na ich stosunkowo wysoką cenę.

Zmiany średniej miesięcznej podaży masła i śmietany w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 6.



Rys. 5. Zmiany średniej miesięcznej podaży ryb i przetworów rybnych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 5. Changes in average monthly supply of fish and fish products in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.



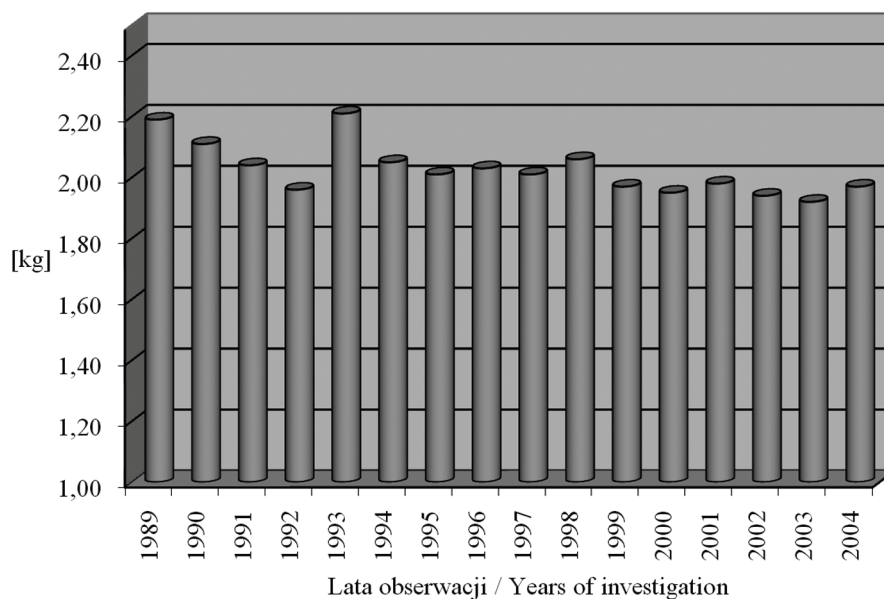
Rys. 6. Zmiany średniej miesięcznej podaży masła i śmietany w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 6. Changes in average monthly supply of butter and cream in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.



W badanym okresie zaobserwowano znaczące zmiany w spożyciu tłuszczów mlecznych. Na przestrzeni badanych 16 lat spożycie masła i śmietany zmniejszyło się o ~43 %, z 1,74 kg/osobę/miesiąc w roku 1989 do 0,99 kg/osobę/miesiąc w roku 2004. Bardzo wyraźny spadek spożycia tych produktów zanotowano na początku lat dziewięćdziesiątych, w następnych latach, począwszy od roku 1994, ilość spożywanego masła i śmietany była zbliżona do 1,0 kg/osobę/miesiąc. Przyczyną tego znacznego spadku spożycia było najprawdopodobniej pojawianie się na rynku żywności dużego asortymentu margaryn miękkich, tańszych od masła, wzbogaconych w witaminy, o bardzo dobrych cechach sensorycznych. Dużą rolę w tej korzystnej dla starszych ludzi zmianie nawyków żywieniowych prawdopodobnie mogły odegrać media. Zarówno w audycjach radiowych i telewizyjnych oraz artykułach prasowych zaczęto wtedy podkreślać walory żywieniowe margaryn miękkich. Nie ulega wątpliwości, że były one także częścią intensywnej kampanii reklamowej tych produktów.

Podobne tendencje malejące w spożyciu masła na korzyść spożycia tłuszczów roślinnych zaobserwowano w całej populacji objętej badaniami Pol-MONICA [11]. Krajewski [8] analizując spożycie masła oraz tłuszczów roślinnych w badanych grupach ludności gospodarstw domowych również zaobserwował podobne zmiany w udziale tych produktów w żywieniu.



Rys. 7. Zmiany średniej miesięcznej podaży pozostałych tłuszczów jadalnych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

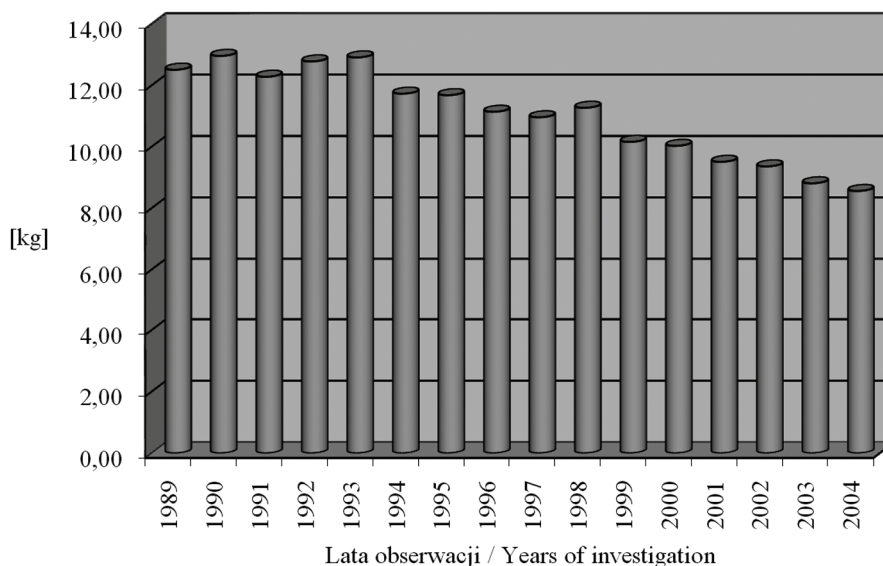
Fig. 7. Changes in average monthly supply of other fats in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Zmiany średniej miesięcznej podaży pozostałych tłuszczów jadalnych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 7.

Analizując przebieg wykresu trudno jednoznacznie określić kierunek zmian w spożyciu pozostałych tłuszczów jadalnych. Przeważały jednak tendencje spadkowe, chociaż zaobserwowane różnice nie były wielkie. W roku 1989 podaż tej grupy produktów spożywczych wynosiła 2,2 kg/osobę/miesiąc, w kolejnych latach następowało niewielkie, ale systematyczne zmniejszanie się spożycia tych tłuszczów, z wyjątkiem roku 1993, kiedy to odnotowano jednoroczny wyraźny wzrost spożycia innych tłuszczów do 2,2 kg/osobę/miesiąc. Od roku 1994 spożycie tych produktów oscylowało wokół wartości 2,0 kg/osobę/miesiąc.

Podobne wyniki uzyskali autorzy badań programu Pol-MONICA, którzy zauważyli statystycznie istotny spadek spożycia tłuszczów ogółem [11]. Według innych autorów, wraz z niewielkim spadkiem spożycia tłuszczów jadalnych w gospodarstwach emerytów i rencistów w latach 1990 - 1992, nastąpił wzrost spożycia tłuszczów roślinnych o około 30 % [4]. Podobne, pozytywne zmiany w spożyciu tłuszczów w gospodarstwach pracowniczych, pracowniczo-chłopskich, chłopskich oraz emerytów i rencistów zaobserwował Krajewski [8].

Zmiany średniej miesięcznej podaży ziemniaków w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 8.



Rys. 8. Zmiany średniej miesięcznej podaży ziemniaków w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

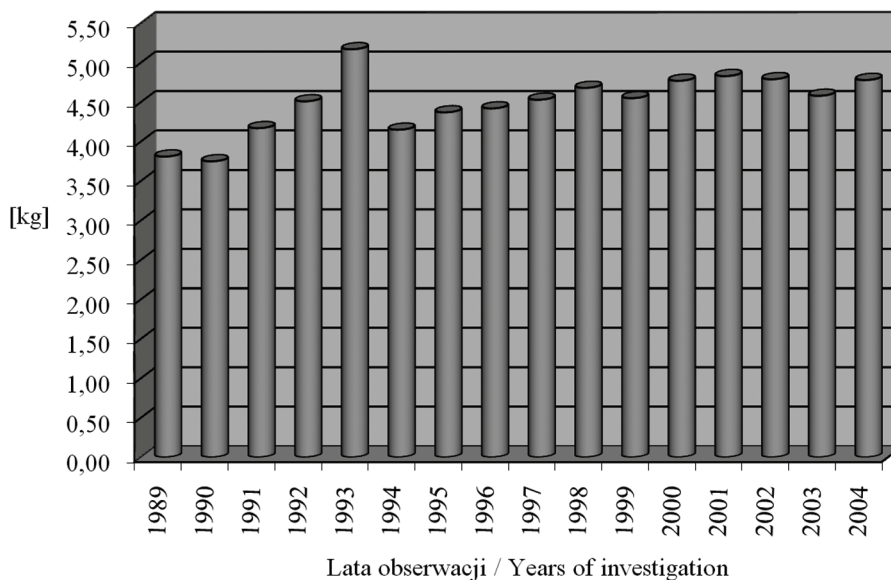
Fig. 8. Changes in average monthly supply of potatoes in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Ziemniaki to produkt spożywczy, który w Polsce zawsze był chętnie spożywany, przez wiele lat stanowił główne źródło witaminy C w diecie, stąd jego udział w dziennej racji pokarmowej jest bardzo znaczący. Z danych GUS-u wynika, że spożycie ziemniaków do 1993 roku utrzymywało się na podobnym poziomie, tj. powyżej 12 kg/osobę/miesiąc. Stopniowe zmniejszanie się ich spożycia rozpoczęło się w roku 1994, a w roku 2004 spożycie to było mniejsze o 33 %.

W populacji objętej badaniami Pol-MONICA zaobserwowano również spadek spożycia ziemniaków [11]. Zbyt niskie spożycie tego produktu stwierdzono wśród 70-letnich mieszkańców Warszawy, mężczyźni realizowali normę w 68 %, a kobiety tylko w 47 % [2]. Niskie spożycie ziemniaków przez osoby starsze odnotowano także w badaniach sposobu żywienia mieszkańców Warszawy i sąsiednich Marek [21]. Zjawisko to prawdopodobnie również wiąże się z dostępnością na rynku wielu innych atrakcyjnych artykułów, które zastąpiły tradycyjne ziemniaki.

Zmiany średniej miesięcznej podaży owoców w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 9.

W ostatnich, objętych badaniami, latach spożycie owoców wzrosło o ~25 % w porównaniu z rokiem 1989. Przyczyną tego zjawiska mogło być m.in. zwiększenie importu owoców cytrusowych, a w związku z tym większa dostępność szerszego asortymentu owoców przez cały rok i korzystne ich ceny.

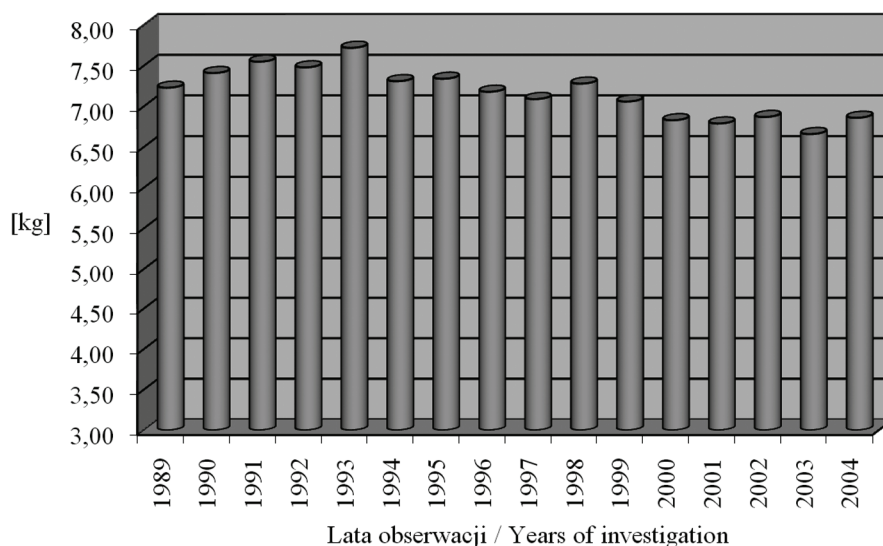


Rys. 9. Zmiany średniej miesięcznej podaży owoców w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 9. Changes in average monthly supply of fruit in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Tendencje wzrostowe w spożyciu owoców odnotowano także w badaniach POLMONICA w całej badanej populacji [11]. Z badań budżetów gospodarstw domowych w latach 1990 - 1995 przeprowadzonych przez Kowrygo i wsp. [7] również wynikało, że spożycie owoców i ich przetworów wśród emerytów i rencistów wykazywało tendencję wzrostową. Do owoców najczęściej spożywanych w ww. gospodarstwach w 1992 roku należały: jabłka (41,4 %), owoce jagodowe (15,9 %) oraz owoce cytrusowe (11,4 %) [19].

Zmiany średniej miesięcznej podaży warzyw i nasion roślin strączkowych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 10.



Rys. 10. Zmiany średniej miesięcznej podaży warzyw i nasion roślin strączkowych w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 10. Changes in average monthly supply of vegetables and legumes in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

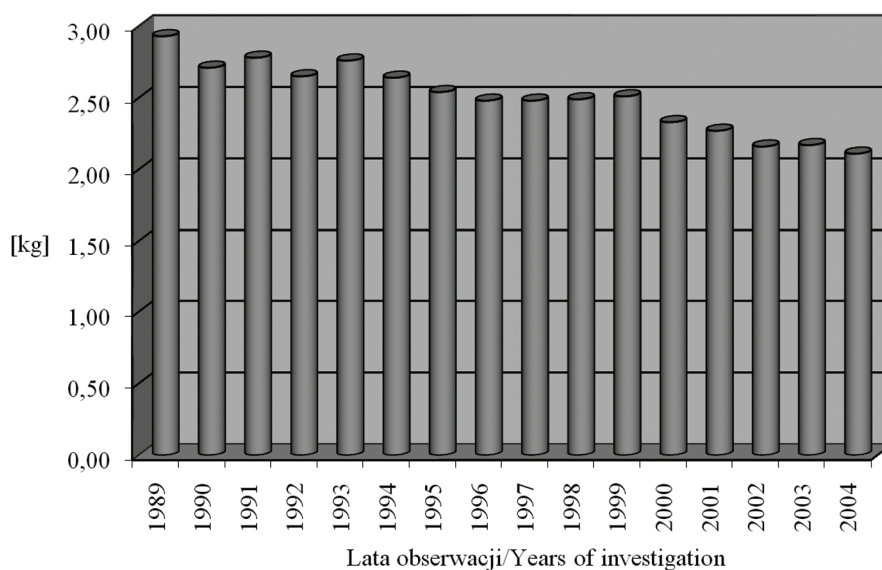
Analizowane dane statystyczne wskazują, że spożycie warzyw, grzybów i nasion roślin strączkowych przez ludzi starszych w latach 1989 - 2004 nie ulegało znaczącym zmianom. W początkowym okresie po urynkowaniu zanotowano niewielki wzrost spożycia tych produktów, o ~7 %, ale od 1994 roku zarysowała się niewielka tendencja spadkowa i począwszy od 2000 roku spożycie tych produktów wynosiło poniżej 7 kg/osobę/miesiąc.

W badaniach Kowrygo i wsp. [7] wykazano, że największe spożycie warzyw i ich przetworów, spośród wszystkich grup gospodarstw domowych, w latach 1990 i 1995, było w gospodarstwach emerytów i rencistów. Gospodarstwa te wyróżniały się

w wielkości konsumpcji prawie wszystkich podstawowych rodzajów warzyw, oprócz buraków [7]. Najczęściej spożywanymi warzywami w 1992 roku były: kapusta (15,9 %), pomidory (14,4 %) i marchew (12,6 %) [19].

Przegląd piśmiennictwa krajowego wskazuje na zbyt małe, w stosunku do zalecanej normy, spożycie warzyw i owoców wśród osób starszych, pomimo stwierdzonego przez zacytowanych powyżej autorów zauważalnego wzrostu ich spożycia na przestrzeni badanych lat [21].

Zmiany średniej miesięcznej podaży cukru w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004 przedstawiono na rys. 11.



Rys. 11. Zmiany średniej miesięcznej podaży cukru w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów w latach 1989 - 2004.

Fig. 11. Changes in average monthly supply of sugar in households of pensioners, in the years from 1989 to 2004.

Analizowane w niniejszej pracy dane dotyczą jedynie spożycia cukru, brak jest natomiast danych o spożyciu produktów będących źródłem sacharozy, tj. słodczy, miodu, dżemów i wyrobów cukierniczych. Dlatego też informacje te nie przedstawiają pełnego obrazu spożycia produktów spożywczych z grupy „cukier i słodczy”. Z danych statystycznych wynika, że w spożyciu cukru w ostatnich 16 latach dokonały się pozytywne zmiany. Od 1989 roku, w którym emeryci i renciści spożywali cukier w ilości 2,9 kg/osobę/miesiąc, na skutek systematycznego zmniejszania się spożycia, w 2004 roku wynosiło 2,1 kg/osobę/miesiąc, czyli było o 28 % mniejsze. Zjawisko to może się wiązać z postępem niektórych chorób dietozależnych wśród ludzi w pode-

szłym wieku, przede wszystkim cukrzycy, jak również z lepszym dostępem do wygodnych słodzików.

Z badań nad sposobem żywienia ludzi starszych z Warszawy wynikało, że mężczyźni częściej spożywali cukier i słodycze, w wyniku czego przekraczali normę o 17 %, zaś kobiety realizowały normę tylko w 59 %. [2]. Małe spożycie cukru i słodyczy wśród ludzi starszych wykazano także w przeglądzie piśmiennictwa krajowego na przestrzeni lat [21].

Spożycie poszczególnych grup produktów spożywczych przez emerytów i rencistów zależy w dużej mierze od poziomu ich dochodów. Różnice pomiędzy najniższą a najwyższą grupą zamożności emerytów i rencistów są dosyć znaczne. Z danych statystycznych wynika, że w latach 1991 - 1992 wartość energetyczna dziennej racji pokarmowej w grupie o najniższej zamożności była o 21 % niższa od normy, a w grupie najzamożniejszej przewyższała normę o 32 %. W grupie osób o najniższych dochodach spożycie wszystkich podstawowych składników energetycznych kształtowało się poniżej normy: białka zwierzęcego o 20 %, białka roślinnego o 48 %, tłuszczów o 10 % i węglowodanów o 23 %. Natomiast w grupie o najwyższych dochodach spożycie białka zwierzęcego przekraczało normę o 70 %, tłuszczów o 59 % i węglowodanów o 19 % [4].

Rezultaty badań innych autorów dotyczących sposobu żywienia między innymi osób powyżej 60. roku życia dowodzą o powtarzających się nadal nieprawidłowościach. W większości z nich stwierdzano nadmierne spożycie białka i tłuszczów, co wpływało bezpośrednio na zbyt wysoką wartość energetyczną racji, a jednocześnie mniejsze spożycie węglowodanów w tym błonnika pokarmowego [12, 16, 18]. Niektóre badania wykazywały jednak mniejsze od zalecanych norm spożycie energii i podstawowych składników odżywczych [6, 10, 20]. Istniejące zatem w przeszłości i obecnie nieprawidłowości w żywieniu osób starszych wymagają korekty. Pomocna w tej mierze może być prozdrowotna edukacja żywieniowa, w postaci zwiększonej liczby publikacji w prasie codziennej, programów oświatowych poświęconych zasadom prawidłowego żywienia, uwzględniających problemy związane z wiekiem.

## **Wnioski**

1. Proces urynkowania gospodarski spowodował zarówno szereg pozytywnych, jak i negatywnych zmian w podaży grup produktów spożywczych wśród emerytów i rencistów. Do pozytywnych należy zaliczyć znaczne zmniejszenie podaży masła (50 %) i cukru (28 %), przy równoczesnym wzroście podaży owoców (25 %), zaś do negatywnych znaczne zmniejszenie podaży mleka i przetworów mlecznych (44 %), produktów zbożowych ogółem (20 %) oraz ziemniaków (33 %).

2. Zmiana struktury spożycia produktów zbożowych dotyczyła zmniejszenia spożycia mąki (25 %) i pieczywa (15 %) przy równoczesnym dwukrotnym wzroście spożycia makaronów.
3. Znacznym wahaniom w badanym okresie podlegała podaż mięsa i przetworów mięsnych oraz ryb i przetworów rybnych. W konsekwencji podaż mięsa wykazywała tendencję wzrostową zaś ryb spadkową.

### Literatura

- [1] Amorim Cruz J.A., Moreiras O., Brzozowska A.: Longitudinal changes in the intake of vitamins and minerals of elderly Europeans. *Eur. J. Clin. Nutr.*, 1996, **50** suppl. 2, 77-85.
- [2] Chwojnowska Z., Charzewska J., Rogalska-Niedźwiedz M., Chabros E., Wajszczyk B., Ziemiański Ś.: Ocena sposobu żywienia 70-letnich mieszkańców wybranej dzielnicy warszawskiej. *Żyw. Człow. Metab.*, 1993, **20**, 3, 189-200.
- [3] de Groot C.P., West C.E., van Staveren W.A.: Meeting nutrient and energy requirements in old age. *Maturitas*, 2001, **38**, 75-82.
- [4] Gulbicka B.: Stan wyżywienia społeczeństwa polskiego na początku lat dziewięćdziesiątych. *Przem. Spoż.*, 1993, **12**, 318-321.
- [5] Hasik J. (pod red.), Gawęcki J. (pod red.): *Żywność człowieka zdrowego i chorego*. Wyd. Nauk. PWN. Warszawa 2005.
- [6] Klebaniuk R., Kwiecień M., Matras J.: Proekologiczne modele odżywiania ludzi w wieku starszym. *Żyw. Człow. Metab.*, 2003, **30**, 1/2, 353-356.
- [7] Kowrygo B., Sawicka B., Świstak E.: Zmiany w spożyciu owoców i warzyw w Polsce w latach 90. *Żywność. Nauka. Technologia. Jakość*, 1997, **3** (12), 61-69.
- [8] Krajewski K.: Wybrane czynniki kształtujące zmiany w spożyciu tłuszczów stołowych w Polsce w latach 1990-1995. *Żywność. Nauka. Technologia. Jakość*, 1996, **4** (9), 32-46.
- [9] Marshall T.A., Warren J.J., Hand J.S., Xie X.J., Stumbo P.J.: Oral health, nutrient intake and dietary quality in the very old. *J. Am. Dent. Assoc.*, 2002, **133**, 10, 1369-1379.
- [10] Myszowska-Ryciak J., Bujko J., Malesza M.: Ocena sposobu żywienia kobiet w podeszłym wieku zrzeszonych w Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Warszawie. *Żyw. Człow. Metab.*, 2003, **30**, 1/2, 357-361.
- [11] Pardo B., Sygnowska E., Waśkiewicz A., Piotrowski W., Broda G.: Zmiany spożycia żywności w populacji polskiej w latach 1984-1993. *Żyw. Człow. Metab.*, 1997, **24**, 1, 29-44.
- [12] Przysławski J., Grygiel B.: Ocena sposobu żywienia grup kobiet otyłych w okresie przed menopauzą i po menopauzie. *Żyw. Człow. Metab.*, 2003, **30**, 1/2, 127-132.
- [13] *Roczniki statystyczne GUS z lat 1990-2005*.
- [14] Roszkowski W.: Specyfika żywienia ludzi starszych. *Przem. Spoż.*, 1997, **6**, 11-13, 38.
- [15] Sadowska J., Śliwińska U.: Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia osób w wieku starszym, zamieszkałych na terenach wiejskich. *Żyw. Człow. Metab.*, 2005, **32**, 3, 187-202.
- [16] Sikora E., Cieślak E., Filipiak-Florkiewicz A., Cetnarowicz I.: Ocena sposobu żywienia osób starszych zamieszkujących wybrane Domy Opieki Społecznej w Krakowie. *Żywność. Nauka. Technologia. Jakość*, 1998, **4** (17), 61-69.
- [17] Szołtysek K.: Perspektywy i tendencje rozwoju produkcji żywności gerodietetycznej. *Żywność. Nauka. Technologia. Jakość*, 2001, **3** (28) Supl., 31-40.
- [18] Szponar L., Ołtarzewski M., Rychlik E.: Energia i białko w całodziennym pożywieniu różnych grup ludności w Polsce. *Żyw. Człow. Metab.*, 2003, **30**, 1/2, 113-119.

- [19] Szponar L., Sekuła W.: Owoce, warzywa i ich przetwory w zapobieganiu i zwalczaniu chorób na tle wadliwego żywienia. *Żyw. Człow. Metab.*, 1994, **21**, 1, 64-78.
- [20] Wajszczyk B., Chwojnowska Z., Rogalska-Niedzwiedz M., Charzewska J., Chabros E., Kokosa J.: Sposób żywienia kobiet w wieku okołomenopauzalnym i pomenopauzalnym. *Żyw. Człow. Metab.*, 2003, **30**, 1/2, 372-376.
- [21] Wierzbicka E., Brzozowska A., Roszkowski W.: Sposób żywienia oraz stan odżywienia ludzi starszych w Polsce w świetle danych z piśmiennictwa z lat 1980-1996. *Roczniki PZH*, 1997, **48**, 1, 87-101.
- [22] Ziemiański Ś., Budzyńska-Topolowska J.: Żywnie a starość. Cz. I. Rola czynnika żywieniowego (energia, białko, tłuszcze, węglowodany) w procesie starzenia się organizmu. *Żyw. Człow. Metab.*, 1994, **21**, 3, 253-268.

### CHANGES IN DAILY SUPPLY OF BASIC GROUPS OF FOOD PRODUCTS IN HOUSEHOLDS OF PENSIONERS IN THE YEARS FROM 1989 TO 2004

#### S u m m a r y

The objective of this study was to determine the changes in daily supply of basic groups of food products in households of pensioners during a sixteen year period from 1989 to 2004, i.e. at the beginning and stabilization of the market economy in Poland.

The research material included data from Statistical Yearbooks published from 1990 to 2005 by GUS (Central Statistical Office), Sections "Households Budgets". The data studied referred to the supply of cereals, milk and dairy products, meat and meat products, fish and fish products, butter and cream, eggs, other fats, potatoes, fruit, vegetables and legume, and sugar & sweets.

The process of market economy stabilization in Poland caused many positive and negative changes in the supply of food product groups. Amidst the positive changes, there are: essential decrease in the supply of butter (50 %) and sugar (28 %), and a simultaneous increase in the supply of fruit (25 %) whereas the negative changes involve a considerable decrease in the supply of milk and dairy products (44 %), total cereals (20 %), and of potatoes (33 %).

During the period studied, the supply of meat and meat products highly fluctuated as did the supply of fish and fish products. Generally, the supply of meat had an increasing tendency while the supply of fish – a decreasing tendency.

**Key words:** supply of food products, pensioners, household, Statistical Yearbooks published by CSO 