

**RECENZÍÓK**

## Cikkismertetés: Egy újszerű iskolai táplálkozási intervenció, a COOKKIT (Cooking Kit for Kids) kifejlesztése és kezdeti minőségértékelése

*Article review: Development and initial qualitative evaluation of a novel school-based nutrition intervention, COOKKIT (Cooking Kit for Kids)*

**Ismertető:** [Devosa Iván](#)

**Doi:** [10.58701/mej.13249](https://doi.org/10.58701/mej.13249)

**Ismertetett cikk:** Pini, S., Goodman, W., Raby, E., McGinley, C., Perez-Cornago, A., Johnson, F., & Beeken, R. J. (2023). Development and initial qualitative evaluation of a novel school-based nutrition intervention – COOKKIT (Cooking Kit for Kids). *BMC Public Health*, 23(1), 1742. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16598-4>

**Kulcsszavak:** iskola; főzés; gyerekek; táplálkozás; kvalitatív kutatás  
**Keywords:** school; cooking; children; nutrition; qualitative research

### ELŐZMÉNYEK

A túlsúly és az egészségtelen táplálkozás ismert kockázati tényezői a rákos megbetegedéseknek. A magas jövedelmű országokban mindkettő előfordulása gyakoribb az alacsony jövedelmű családok körében. Az általános iskolás korú (11 év alatti) gyermekeket célzó táplálkozási intervenciók javíthatják az egészséges táplálkozási magatartást, de a legtöbb programot nem úgy tervezték, hogy támogassák az osztályteremben tanult készségek otthoni átültetését. Az ismertetett tanulmány az otthoni főzéssel és étkezéssel kapcsolatos attitűdöket, valamint az egészséges táplálkozás iránti elkötelezettség COOKKIT intervenció segítségével történő növelésének lehetőségét vizsgálta.

### MÓDSZERTAN

A COOKKIT egy olyan intervenció, amely heti rendszerességgel főzőtanfolyamokat és támogató oktatási anyagokat biztosít az alacsony jövedelmű családok számára az otthoni egészséges táplálkozás kialakításához és fenntartásához. A programot kidolgozó kutatók előzetesen kvalitatív interjúkat készítettek az Egyesült Királyság számos általános iskolájának tanáraival és szülő-gyermek párosaival az egészséges táplálkozással kapcsolatos attitűdök, akadályok és támogató tényezők feltárása, valamint a COOKKIT fejlesztésének megalapozása érdekében. A megvalósítást követően tíz gyermek (8-9 évesek) vett részt az intervenciót követő fókusz-csoportokban, valamint a tanárokkal és a szülőkkel készített interjúkban.

## EREDMÉNYEK

A tematikus elemzés során öt témát határoztak meg a kutatók, amelyek alapján a gyermekek étkezéssel, főzéssel kapcsolatos tapasztalatait és a COOKKIT hatását meg lehetett vizsgálni: a gyermekek bevonása a családi menü tervezésébe és a családi élelmiszervásárlásba; a gyermekek bevonása az otthoni ételkészítésbe; az egészséges közös étkezésre való törekvés a rohanó élet ellenére; a szerepmodellezés; és a gyakorlati szempontok, az átadott új információ és a bevonódottság egyensúlyban tartása a főzőtanfolyamok során.

## KÖVETKEZTETÉSEK

A kutatás eredményei azt mutatják, hogy a COOKKIT program vonzó a résztvevők számára, általa a gyermekek és az iskola dolgozói könnyen elérhető lehetőségekhez jutnak a hazavihető készletekkel, ezáltal a tanultakat az otthoni környezetben is gyakorolhatják. A résztvevői visszajelzések között hangsúlyosan jelentek meg azok az észrevételek, amelyek arra utaltak, hogy az egészséges táplálkozással kapcsolatos információk, az alkalmazott gyakorlati készségek és az alacsony költségek kombinációja támogatja a családokat abban, hogy az intervenció után is kövessék a COOKKIT programban tanultakat. Mindez arra utal, hogy a COOKKIT program fenntartása és továbbfejlesztése indokolt a jövőben. Azonban ahhoz, hogy a COOKKIT fenntartható program legyen az iskolák számára, illetve, hogy a változások a családokban hosszú távon érvényesül-

jenek, az egészséges táplálkozással kapcsolatos beavatkozásoknak költséghatékonyaknak kell lenniük. Tekintettel a célcsoportra, ez volt a COOKKIT beavatkozás egyik fő szempontja. Az iskolai dolgozók pozitívan értékelték a program megfizethetőségét, valamint azt, hogy a tartalmát és a struktúráját az adott iskolához és a helyi lakossághoz igazíthatják. Az alacsony jövedelmű családok az élelmiszerárakat nemcsak a konkrét pénzübeli költségek szempontjából ítélik meg, hanem az olyan "nem értékelt költségek" tekintetében is, mint az élelmiszerpazarlás, az élelmiszer eltarthatóságának időtartama és az, hogy az élelmiszerrel jóllakik-e a család. A családok számára kezdetben előre adagolt alapanyagokat, majd bevásárlólistákat biztosítottak a későbbi vásárlásokhoz, ami segítette hangsúlyozni az egészséges táplálkozás lehetőségét megfizethető és fenntartható áron, amelyet a szülők örömmel fogadtak.

## AJÁNLÁS

Ismerve a hazai körülményeket – a gyorséttermek egyre fokozódó elterjedése, a közoktatásban a technika órákon a főzési lehetőségek egyre gyakoribb megszűnése, a társadalomra jellemző túlsúly és elhízás – hazánkban is szükség volna a hasonló programok elterjesztésére és a közoktatáson belüli megjelenésére. Egy ehhez hasonló program valószínűsíthetően hosszútávon is jó hatással lenne a társadalom egészére: a táplálkozás minőségének fejlődése az általános egészségi állapot javulását vonná magával (Grimani, Aboagye, Kwak, 2019).

## HIVATKOZÁSOK

Pini, S., Goodman, W., Raby, E., McGinley, C., Perez-Cornago, A., Johnson, F., & Beeken, R. J. (2023). Development and initial qualitative evaluation of a novel school-based nutrition intervention – COOKKIT (Cooking Kit for Kids). *BMC Public Health*, 23(1), 1742. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16598-4>

## INFORMÁCIÓK A SZERZŐRŐL

Devosa Iván  
Károli Gáspár Református Egyetem, Pedagógiai Kar, Kecskemét  
[ivan@devosa.hu](mailto:ivan@devosa.hu)

## CIKKINFORMÁCIÓK

Beküldve: 2023. 11. 23.  
Elfogadva: 2024. 02. 22.  
Megjelentetve: 2024. 03. 11.

Copyright © 2024 Devosa Iván. Kiadó: Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenstszerződés alapján.