

## Zestaw zadań nr 1: Podsumowanie wniosków pracy badawczej

Tłumaczenie Małgorzata Szmigielska

Celem tej pracy (br Purba et al., 2001) było zbadanie istnienia współzależności między spożywaniem różnego rodzaju produktów żywnościowych i składników pokarmowych a powstawaniem zmarszczek w miejscach wystawianych na znaczne ilości światła słonecznego.

Badanie obejmowało cztery grupy:

**Grupa 1:** 177 osób urodzonych w Grecji, ale obecnie mieszkających w Melbourne w Australii.

**Grupa 2:** 69 osób urodzonych w Grecji i zamieszkujących wiejskie tereny Grecji

**Grupa 3:** 48 Australijczyków o pochodzeniu angloceltyckim mieszkających w Melbourne

**Grupa 4:** 159 osób urodzonych i nadal mieszkających w Szwecji.

Osoby te uczestniczyły w badaniu Międzynarodowego Związku Nauk o Żywieniu „Zwyczaje żywieniowe w starszym wieku”, w którym analizie poddana została ich dieta i stan skóry.

Wyniki badania pokazały, że najmniej zmarszczek w miejscach wystawianych na słońce miały osoby z Grupy 4, następnie z grupy 1, 2 i 3. Analiza danych i identyfikacja współzależności pod kątem grup produktów żywnościowych wskazały, że uszkodzenia skóry mogą być mniejsze u ludzi jedzących więcej warzyw, oliwy z oliwek, ryb i roślin strączkowych, przy niższym spożyciu masła, margaryny, nabiału i słodczy.

Wysokie spożycie warzyw, roślin strączkowych i oliwy z oliwek wydawało się stanowić ochronę przed zmarszczkami, podczas gdy wysokie spożycie mięsa, nabiału i masła wydawało się mieć skutek odwrotny.

Badanie to pokazało, że powstawanie zmarszczek w miejscu wystawianym na działanie słońca u ludzi starszych, pochodzących z różnych grup etnicznych, może pozostawać pod wpływem rodzaju spożywanej żywności.

---

Materiał uzupełniający do:

Walsh, E (2012) Zła nauka: czerpiąc wiedzę naukową z mediów. *Science in School* 22. [www.scienceinschool.org/2012/issue22/badscience/polish](http://www.scienceinschool.org/2012/issue22/badscience/polish)