

城市居民食用油知识 - 态度 - 行为现况分析

蒲刚伟¹, 卢士军¹, 魏建平², 郑末¹, 黄家章¹

(1. 农业农村部食物与营养发展研究所, 北京 100081; 2. 潍坊学院, 山东 潍坊 261061)

摘要:了解城市居民食用油营养认知现状,为开展居民食用油营养宣教提供科学依据。采用多阶段分层随机抽样方法抽取北京、上海和郑州居民进行问卷调查,采用描述性统计学方法与 χ^2 检验对城市居民食用油相关知识、态度、行为进行分析。结果表明:三市共调查645名城市居民,食用油知识总知晓率为50.9%;正性态度总持有率为73.1%。城市居民食用油相关知识知晓率较低,食用油相关态度较积极,存在不良的食用油相关行为,需根据性别、年龄、受教育程度等不同特点采取必要的科普宣教措施。

关键词:城市居民;食用油;营养;知识;态度;行为

中图分类号:TS225;C813

文献标识码:A

文章编号:1003-7969(2020)05-0011-06

Status of knowledge, attitude and behavior of edible oil in urban residents

PU Gangwei¹, LU Shijun¹, WEI Jianping², ZHENG Mo¹, HUANG Jiazhang¹

(1. Institute of Food and Nutrition Development, Ministry of Agriculture and Rural Affairs, Beijing 100081, China; 2. Weifang University, Weifang 261061, Shandong, China)

Abstract: The current status of nutritional awareness of edible oil in urban residents were understood so as to provide scientific basis for the development of edible oil nutrition education for residents. Multi-stage stratified random sampling method was used to select residents from Beijing, Shanghai and Zhengzhou for questionnaire survey. Descriptive statistics and χ^2 test were used to analyze the knowledge, attitude and behavior of edible oil in urban residents. The results showed that a total of 645 urban residents were surveyed in the three cities, and the overall awareness rate of edible oil knowledge was 50.9%, the total positive attitude was 73.1%. The awareness rate of edible oil knowledge for urban residents was low, the attitude of edible oil was relatively positive, and there were undesirable behaviors related to edible oil. It was necessary to take necessary scientific education measures according to different characteristics such as gender, age and education level.

Key words: urban resident; edible oil; nutrition; knowledge; attitude; behavior

社会经济水平的发展使得居民膳食结构发生了巨大转变,油脂摄入过多已成为严重的公共健康问题^[1]。《中国居民膳食指南(2016)》推荐成人日均食用油摄入量为25~30g^[2]。据《中国居民营养与健康状况监测2010—2013年综合报告》调查结果显

示,我国城乡居民平均每标准人日食用油摄入量已达42.1g^[3],远远超过推荐摄入量。2014年国务院办公厅签发的《中国食物与营养发展纲要(2014—2020年)》明确提出控制食用油消费量发展目标,并将开展多种形式的营养教育、引导居民形成科学的膳食习惯以及推进健康饮食文化建设作为主要任务^[4]。了解居民食用油营养知识、态度和行为现况将有助于为减油相关健康教育活动的顺利开展提供科学依据。本研究采用知识-态度-行为模式于2019年3—9月对北京、上海和郑州三地居民食用

收稿日期:2019-11-18;修回日期:2020-01-21

作者简介:蒲刚伟(1995),男,在读硕士,研究方向为食物营养认知(E-mail)pugangwei@163.com。

通信作者:黄家章,副研究员(E-mail)huangjiazhang@caas.cn。

油营养认知情况开展问卷调查,旨在了解居民食用油营养认知现状及特征,为今后更好地开展减油健康教育提供一定的依据和参考。

1 调查对象和方法

1.1 调查对象和抽样方法

选择北京、上海、郑州三个城市,每个城市随机选择两家综合类大型超市,采用便利抽样原则在各超市门前广场随机招募符合条件的居民进行现场调查。调查对象纳入标准:18岁及以上在调查地居住满6个月,且知情同意者。

1.2 调查方法

经查阅文献、专家咨询后自行设计调查问卷,经预调研并修改后形成“居民食用油营养认知调查问卷”。问卷内容包括:城市居民基本情况;食用油相关知识调查;食用油相关态度调查;食用油相关行为调查。其中,①城市居民基本情况:共5个条目,为人口统计学资料。②食用油相关知识调查:共9个条目,每个条目包含4个选项,且均只有一个正确选项,选对则判定为知晓,否则判定为不知晓(答错、漏答、多答等)。知识知晓率 = 各题答对人数/该题应答人数 $\times 100\%$;总知晓率 = 被调查者合计答对题数/被调查者应答题总数 $\times 100\%$ 。③食用油相关态度调查:共4个条目,每个条目依态度倾向分为3级,分别为消极(不认同)、不确定、积极(认同)。正性态度持有率 = 持某一正确态度的人数/总人数 $\times 100\%$;正性态度总持有率 = 每个调查对象具有正确态度条目数/所有有效问卷回答态度条目数之和 $\times 100\%$ 。④食用油相关行为调查:共4个条目,依是否具有某种行为或按行为习惯频率进行分级。某种行为持有率 = 持有该行为的人数/该题应答人数 $\times 100\%$ 。

1.3 质量控制

调查问卷由经过统一培训的调查员发放,被调查居民自行完成问卷填写并由调查员检查确认无遗漏项后当场收回,统一回收后对调查问卷进行双录入。

1.4 统计分析

使用SPSS 24.0软件对数据进行统计分析,计数资料采用人数(占比)表示,对不同组别的食用油知识知晓情况、态度持有情况和相关行为具备情况采用 χ^2 检验。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果与分析

2.1 基本情况

本次调查共发放680份问卷,回收669份问卷,回收率为98.4%。经过数据清洗,剔除不合格问卷后获得有效问卷645份,问卷有效率为96.4%。其中上海232份、北京208份、郑州205份。受访居民

基本情况见表1。

表1 受访居民基本情况

项目	类别	调查人数	构成比/%
所在地	上海	232	36.0
	北京	208	32.2
	郑州	205	31.8
年龄	18~25岁	146	22.7
	26~30岁	158	24.5
	31~45岁	205	31.8
	46~59岁	77	12.0
	60岁以上	58	9.0
文化程度	初中及以下	104	16.1
	高中/中专/职高	133	20.7
	大专及以上	407	63.2
职业	行政事业单位	107	16.6
	企业	267	41.5
	自由职业者	83	12.9
	学生	57	8.9
	其他	76	11.8
	退休	54	8.4
个人月收入	3 000元及以下	127	19.7
	3 001~5 000元	193	29.9
	5 001~8 000元	173	26.8
	8 001元及以上	152	23.6

注:因不同项目内容缺失值不同,不同项目类别总人数略有不同。

2.2 食用油相关知识情况(见表2)

由表2可知,知晓率大于70%的条目共有3个,其中“油脂摄入过量增加的疾病风险”知晓率(86.0%)最高。而膳食指南推荐的“烹调油推荐摄入量”及“反式脂肪酸摄入量上限”和“烹调油在膳食宝塔中的位置”3个条目的知晓率均在30%以下。所在地、年龄、文化程度、职业以及个人月收入对于烹调油在膳食宝塔中的位置的知晓情况具有显著性影响($P < 0.01$ 、 $P < 0.05$)。

根据表2数据可计算出食用油相关知识总知晓率为50.9%,上海、北京、郑州居民分别为49.6%、48.9%、54.2%。

2.3 食用油营养态度情况(见表3)

由表3可知:愿意少吃油炸食品的人数比例是81.9%;愿意在烹饪时减少用油量的人数比例是56.1%;对“控制摄油量有益健康”和“食用油应常换种类吃”两种说法持认同态度的人数比例分别为89.1%、65.3%。不同职业居民对于食用油相关态度情况具有显著影响($P < 0.05$ 、 $P < 0.1$)。根据表3数据可计算出食用油相关正性态度总持有率为73.1%。

表2 居民食用油相关知识知晓情况

项目	类别	烹调油推荐摄入量(25~30g)	烹调油在膳食宝塔中的位置(最上层)	烹调油提供的营养素(脂肪)	油脂摄入过量增加的疾病风险(肥胖)	最适合凉拌的植物油(橄榄油)	饱和脂肪酸含量最高的油脂(牛油)	吸油率最高的食物(炸面包片)	植物油储存方式(密封)
所在地	上海	47(20.3%)	36(15.5%)	117(50.4%)	197(84.9%)	177(76.3%)	106(45.7%)	125(53.9%)	199(85.8%)
	北京	59(28.4%)	36(17.3%)	114(54.8%)	172(82.7%)	142(68.3%)	77(37.0%)	92(44.2%)	173(83.2%)
	郑州	56(27.3%)	58(28.3%)	124(60.5%)	186(90.7%)	152(74.1%)	86(42.0%)	105(51.2%)	179(87.3%)
年龄	χ^2	4.606	12.584**	4.455	5.945	3.777	3.399	4.286	1.460
	18~25岁	31(21.2%)	28(19.2%)	93(63.7%)	137(93.8%)	95(65.1%)	54(37.0%)	82(56.2%)	123(84.2%)
	26~30岁	41(25.9%)	49(31.0%)	107(67.7%)	139(88.0%)	119(75.3%)	74(46.8%)	81(51.3%)	139(88.0%)
	31~45岁	64(31.2%)	34(16.6%)	105(51.2%)	172(83.9%)	154(75.1%)	93(45.4%)	89(43.4%)	172(83.9%)
	46~59岁	20(26.0%)	15(19.5%)	28(36.4%)	65(84.4%)	59(76.6%)	30(39.0%)	36(46.8%)	67(87.0%)
	60岁以上	6(10.3%)	3(5.2%)	22(37.9%)	41(70.7%)	43(74.1%)	18(31.0%)	34(58.6%)	49(84.5%)
文化程度	χ^2	12.035*	21.489***	33.625***	20.188***	6.107	7.128	7.925	1.565
	初中及以下	10(9.6%)	8(7.7%)	21(20.2%)	64(61.5%)	54(51.9%)	26(25.0%)	42(40.4%)	80(76.9%)
	高中/中专/职高	37(27.8%)	19(14.3%)	54(40.6%)	112(84.2%)	91(68.4%)	52(39.1%)	70(52.6%)	113(85.0%)
	大专及以上	114(28.0%)	103(25.3%)	280(68.8%)	378(92.9%)	326(80.1%)	190(46.7%)	209(51.4%)	358(88.0%)
职业	χ^2	15.659***	19.575***	93.394***	68.117***	35.366***	16.466**	4.506	8.216*
	行政事业单位	37(34.6%)	25(23.4%)	63(58.9%)	95(88.8%)	84(78.5%)	59(55.1%)	52(48.6%)	95(88.8%)
	企业	66(24.7%)	57(21.3%)	170(63.7%)	244(91.4%)	219(82%)	118(44.2%)	141(52.8%)	241(90.3%)
	自由职业者	21(25.3%)	13(15.7%)	33(39.8%)	64(77.1%)	44(53%)	31(37.3%)	38(45.8%)	65(78.3%)
	学生	16(28.1%)	21(36.8%)	46(80.7%)	55(96.5%)	39(68.4%)	26(45.6%)	29(50.9%)	49(86%)
	其他	11(14.5%)	9(11.8%)	20(26.3%)	54(71.1%)	42(55.3%)	16(21.1%)	29(38.2%)	58(76.3%)
	退休	10(18.5%)	6(11.1%)	23(42.6%)	42(77.8%)	43(79.6%)	18(33.3%)	32(59.3%)	43(79.6%)
个人月收入	χ^2	11.240*	19.050**	60.414***	34.970***	43.571***	24.534***	7.644	16.008**
	3000元以下	23(18.1%)	27(21.3%)	65(51.2%)	103(81.1%)	82(64.6%)	50(39.4%)	66(52%)	105(82.7%)
	3001~5000元	39(20.2%)	21(10.9%)	79(40.9%)	159(82.4%)	136(70.5%)	70(36.3%)	97(50.3%)	164(85.0%)
	5001~8000元	49(28.3%)	37(21.4%)	103(59.5%)	154(89.0%)	132(76.3%)	74(42.8%)	86(49.7%)	147(85.0%)
知晓人数		51(33.6%)	45(29.6%)	108(71.1%)	139(91.4%)	121(79.6%)	75(49.3%)	73(48.0%)	135(88.8%)
	χ^2	12.485**	19.010***	33.449***	9.707*	9.537*	3.358	0.443	2.234
知晓率		162	130	355	555	471	269	322	551
		25.1%	20.2%	55.0%	86.0%	73.0%	41.7%	49.9%	85.4%

注:因不同项目内容缺失值不同,不同项目类别总人数略有不同,知晓人数(率)以最大人次计;***、**、*分别表示显著性水平为 $P < 0.01$ 、 $P < 0.05$ 、 $P < 0.1$ 。

表 3 居民食用油相关态度

项目	类别	愿意少吃油炸食品			愿意在烹饪时减少用油量			控制摄油量有益健康			食用油应常换种类吃		
		积极	不确定	消极	积极	不确定	消极	认同	不确定	不认同	认同	不确定	不认同
所在地	上海	181(78.0%)	17(7.3%)	34(14.7%)	140(60.3%)	48(20.7%)	44(19.0%)	199(85.8%)	24(10.3%)	9(3.9%)	168(72.4%)	37(15.9%)	27(11.6%)
	北京	167(80.3%)	17(8.2%)	24(11.5%)	109(52.4%)	66(31.7%)	33(15.9%)	188(90.4%)	11(5.3%)	9(4.3%)	133(63.9%)	50(24.0%)	25(12.0%)
	郑州	180(87.8%)	12(5.9%)	13(6.3%)	113(55.1%)	57(27.8%)	35(17.1%)	188(91.7%)	15(7.3%)	2(1.0%)	120(58.5%)	64(31.2%)	21(10.2%)
	χ^2	9.077			7.140			8.621			14.508**		
年龄	18~25岁	114(78.1%)	14(9.6%)	18(12.3%)	67(45.9%)	46(31.5%)	33(22.6%)	127(87.0%)	16(11%)	3(2.1%)	76(52.1%)	46(31.5%)	24(16.4%)
	26~30岁	132(83.5%)	12(7.6%)	14(8.9%)	71(44.9%)	59(37.3%)	28(17.7%)	146(92.4%)	7(4.4%)	5(3.2%)	89(56.3%)	42(26.6%)	27(17.1%)
	31~45岁	173(84.4%)	13(6.3%)	19(9.3%)	124(60.5%)	51(24.9%)	30(14.6%)	181(88.3%)	16(7.8%)	8(3.9%)	148(72.2%)	45(22%)	12(5.9%)
	46~59岁	63(81.8%)	6(7.8%)	8(10.4%)	56(72.7%)	11(14.3%)	10(13.0%)	68(88.3%)	6(7.8%)	3(3.9%)	60(77.9%)	13(16.9%)	4(5.2%)
	60岁以上	45(77.6%)	1(1.7%)	12(20.7%)	43(74.1%)	4(6.9%)	11(19.0%)	52(89.7%)	5(8.6%)	1(1.7%)	47(81.0%)	5(8.6%)	6(10.3%)
	χ^2	10.894			39.519***			5.977			39.223***		
文化	初中及以下	80(76.9%)	8(7.7%)	16(15.4%)	74(71.2%)	12(11.5%)	18(17.3%)	86(82.7%)	10(9.6%)	8(7.7%)	69(66.3%)	23(22.1%)	12(11.5%)
程度	高中/中专/职高	109(82.0%)	12(9.0%)	12(9.0%)	87(65.4%)	29(21.8%)	17(12.8%)	118(88.7%)	11(8.3%)	4(3.0%)	89(66.9%)	29(21.8%)	15(11.3%)
	大专及以上	339(83.3%)	26(6.4%)	42(10.3%)	200(49.1%)	130(31.9%)	77(18.9%)	371(91.2%)	29(7.1%)	7(1.7%)	262(64.4%)	99(24.3%)	46(11.3%)
	χ^2	3.917			26.360***			11.404*			0.494		
职业	行政事业单位	86(80.4%)	12(11.2%)	9(8.4%)	63(58.9%)	28(26.2%)	16(15.0%)	97(90.7%)	5(4.7%)	5(4.7%)	62(57.9%)	31(29.0%)	14(13.1%)
	企业	230(86.1%)	14(5.2%)	23(8.6%)	136(50.9%)	82(30.7%)	49(18.4%)	250(93.6%)	13(4.9%)	4(1.5%)	183(68.5%)	60(22.5%)	24(9.0%)
	自由职业者	68(81.9%)	6(7.2%)	9(10.8%)	51(61.4%)	18(21.7%)	14(16.9%)	70(84.3%)	12(14.5%)	1(1.2%)	56(67.5%)	16(19.3%)	11(13.3%)
	学生	43(75.4%)	3(5.3%)	11(19.3%)	22(38.6%)	22(38.6%)	13(22.8%)	47(82.5%)	8(14.0%)	2(3.5%)	29(50.9%)	16(28.1%)	12(21.1%)
	其他	56(73.7%)	10(13.2%)	10(13.2%)	46(60.5%)	19(25.0%)	11(14.5%)	62(81.6%)	8(10.5%)	6(7.9%)	43(56.6%)	26(34.2%)	7(9.2%)
	退休	45(83.3%)	1(1.9%)	8(14.8%)	43(79.6%)	2(3.7%)	9(16.7%)	49(90.7%)	4(7.4%)	1(1.9%)	47(87.0%)	2(3.7%)	5(9.3%)
	χ^2	18.336*			28.710**			24.684**			30.473**		
个人月收入	3000元以下	96(75.6%)	9(7.1%)	22(17.3%)	74(58.3%)	31(24.4%)	22(17.3%)	111(87.4%)	11(8.7%)	5(3.9%)	83(65.4%)	25(19.7%)	19(15.0%)
收入	3001~5000元	162(83.9%)	11(5.7%)	20(10.4%)	118(61.1%)	41(21.2%)	34(17.6%)	169(87.6%)	16(8.3%)	8(4.1%)	128(66.3%)	46(23.8%)	19(9.8%)
	5001~8000元	137(79.2%)	19(11.0%)	17(9.8%)	85(49.1%)	57(32.9%)	31(17.9%)	156(90.2%)	10(5.8%)	7(4.0%)	113(65.3%)	41(23.7%)	19(11.0%)
	8001元以上	133(87.5%)	7(4.6%)	12(7.9%)	85(55.9%)	42(27.6%)	25(16.4%)	139(91.4%)	13(8.6%)	0(0.0%)	97(63.8%)	39(25.7%)	16(10.5%)
	χ^2	13.198*			7.596			7.586			3.144		
正性态度持有 人数		528		362	575	421							
正性态度持 有率		81.9%		56.1%	89.1%	65.3%							

注:因不同项目内容缺失值不同,不同项目类别总人数略有不同,正性态度持有率(率)以最大人次计;***、**、* 分别表示显著性水平为 $P < 0.01$ 、 $P < 0.05$ 、 $P < 0.1$ 。

表4 居民食用油相关行为

项目	类别	油炸食品食用频率				是否学过食用油知识		选购时是否关注营养标签		食用油食用习惯	
		≥4次/周	1~3次/周	<1次/周	学过	未学过	关注	不关注	常换种类	只吃1种	
所在地	上海	21(9.1%)	109(47.0%)	102(44.0%)	39(16.9%)	192(83.1%)	105(73.4%)	38(26.6%)	137(80.6%)	33(19.4%)	
	北京	35(16.8%)	102(49.0%)	71(34.1%)	41(19.7%)	167(80.3%)	85(68.5%)	39(31.5%)	115(75.2%)	38(24.8%)	
	郑州	40(19.5%)	121(59.0%)	44(21.5%)	53(25.9%)	152(74.1%)	80(76.9%)	24(23.1%)	114(74.0%)	40(26.0%)	
年龄	χ^2		28.601***			5.499		2.052		2.258	
	18~25岁	38(26.0%)	86(58.9%)	22(15.1%)	28(19.2%)	118(80.8%)	21(77.8%)	6(22.2%)	52(70.3%)	22(29.7%)	
	26~30岁	21(13.3%)	102(64.6%)	35(22.2%)	28(17.7%)	130(82.3%)	57(66.3%)	29(33.7%)	91(72.8%)	34(27.2%)	
	31~45岁	32(15.6%)	105(51.2%)	68(33.2%)	39(19.1%)	165(80.9%)	101(71.6%)	40(28.4%)	122(75.3%)	40(24.7%)	
	46~59岁	2(2.6%)	24(31.2%)	51(66.2%)	19(24.7%)	58(75.3%)	51(82.3%)	11(17.7%)	58(87.9%)	8(12.1%)	
	60岁以上	3(5.2%)	15(25.9%)	40(69.0%)	18(31.0%)	40(69.0%)	39(72.2%)	15(27.8%)	42(85.7%)	7(14.3%)	
文化程度	χ^2		111.530***			5.911		5.079		9.789*	
	初中及以下	9(8.7%)	21(20.2%)	74(71.2%)	17(16.5%)	86(83.5%)	62(78.5%)	17(21.5%)	60(75.9%)	19(24.1%)	
	高中/中专/职高	16(12.0%)	54(40.6%)	63(47.4%)	29(21.8%)	104(78.2%)	69(73.4%)	25(26.6%)	81(77.9%)	23(22.1%)	
	大专及以上	71(17.4%)	257(63.1%)	79(19.4%)	87(21.4%)	320(78.6%)	139(70.6%)	58(29.4%)	225(76.5%)	69(23.5%)	
职业	χ^2		114.447***			1.317		1.806		0.111	
	行政事业单位	18(16.8%)	62(57.9%)	27(25.2%)	23(21.5%)	84(78.5%)	53(86.9%)	8(13.1%)	67(84.8%)	12(15.2%)	
	企业	39(14.6%)	156(58.4%)	72(27.0%)	47(17.6%)	220(82.4%)	105(70.0%)	45(30.0%)	161(77.4%)	47(22.6%)	
	自由职业者	10(12.0%)	37(44.6%)	36(43.4%)	16(19.5%)	66(80.5%)	42(75.0%)	14(25.0%)	41(64.1%)	23(35.9%)	
	学生	11(19.3%)	35(61.4%)	11(19.3%)	15(26.3%)	42(73.7%)	3(100.0%)	0(0.0%)	19(73.1%)	7(26.9%)	
	其他	14(18.4%)	31(40.8%)	31(40.8%)	15(19.7%)	61(80.3%)	32(62.7%)	19(37.3%)	39(70.9%)	16(29.1%)	
个人月收入	退休	4(7.4%)	11(20.4%)	39(72.2%)	17(31.5%)	37(68.5%)	35(71.4%)	14(28.6%)	39(86.7%)	6(13.3%)	
	χ^2		57.945***			6.637		10.651		12.420*	
	3 000元及以下	16(12.6%)	53(41.7%)	58(45.7%)	26(20.6%)	100(79.4%)	41(73.2%)	15(26.8%)	64(59.8%)	19(17.8%)	
	3 001~5 000元	30(15.5%)	81(42.0%)	82(42.5%)	40(20.7%)	153(79.3%)	93(76.2%)	29(23.8%)	116(68.6%)	32(18.9%)	
	5 001~8 000元	24(13.9%)	99(57.2%)	50(28.9%)	32(18.5%)	141(81.5%)	69(69.0%)	31(31.0%)	100(63.7%)	33(21.0%)	
行为持有率	8 001元及以上	26(17.1%)	99(65.1%)	27(17.8%)	35(23.0%)	117(77.0%)	67(72.0%)	26(28.0%)	86(61.0%)	27(19.1%)	
	χ^2		35.970***			1.014		1.485		0.434	
	行为持有率	14.9%	51.5%	33.6%	20.7%	79.3%	72.8%	27.2%	76.7%	23.3%	

注:因不同项目内容缺失值不同,不同项目类别总人数略有不同,行为持有率(%)以最大人数计;***、**、*分别表示显著性水平为 $P < 0.01$ 、 $P < 0.05$ 、 $P < 0.1$ 。

2.4 食用油营养相关行为(见表4)

由表4可知,上海、北京、郑州三地居民油炸食品食用频率均以1~3次/周为主。从年龄分布来看,18~25岁居民油炸食品食用频率最高。所有分组对于居民油炸食品食用频率情况具有显著性影响($P < 0.01$)。此外,约80%的居民未学习过食用油相关知识,多数居民选购食用油时会关注营养标签,且不同地区、年龄、文化程度、职业、收入水平下差异均不显著($P > 0.05$)。

3 讨论

研究显示,膳食中油脂暴露水平与慢性非传染性疾病的发生关系密切^[5]。油脂与健康的关系一直备受关注,油脂摄入过量会增加肥胖、心血管疾病、高血压等疾病的风险^[6]。2018年我国全民健康生活方式日将减油行动作为重要宣传内容。

本次调查显示,城市居民食用油推荐摄入量知晓率为25.1%,高于深圳市高血压患者食用油知识知晓率(16.23%)^[7]。本研究中上海居民食用油知识知晓率为49.6%,高于上海居民食盐知识知晓率(39.52%)^[8]。本研究中三市居民食用油与肥胖关系的平均知晓率为86.0%,高于广州市调查数据(55.61%),而食用油推荐摄入量知晓率(25.1%)则低于广州市使用控油壶的居民(39.44%)^[9]。不同文化程度的居民食用油知识知晓情况具有明显差异,总体来看,受教育程度越高,食用油知识知晓情况越好。因此,有必要通过营养教育来弥补低文化水平居民营养知识的不足,以此促进膳食行为的改善^[10]。

本研究结果显示,城市居民食用油相关正性态度总持有率为73.1%。居民对食用油相关正确行为持有的积极态度和对正确说法持有的认同态度情况较为良好,正性态度持有率均超过50%。其中,愿意在烹饪时减少用油量的居民人数占比最低(56.1%),但不同年龄段居民对这一态度表现出明显差异,愿意在烹饪时减少用油量的老年人数比例最高,这表明老年人因身体疾病或对健康问题有所担忧等原因使其对食物营养的重视程度有所增加。此外,愿意在烹饪时减少用油量的居民人数比例明显少于认同控制摄油量有益身体健康的居民人数比例,分析原因可能是居民在烹饪时由于控油方便性的不足与自身烹调技法的缺陷导致其忽视控油意识并对控油实践的积极性有所降低。

居民食用油相关行为方面,油炸食品食用频率

最高的人群以18~25岁青年为主,原因可能是该群体对食物营养与健康缺乏足够的认识,以致长期以来形成了错误的膳食行为。城市居民食用油购买习惯和使用习惯较好,选购食用油时关注营养标签的居民人数比例与家庭常换食用油种类的人数比例均高于70%。

4 结论

食用油作为生活必需品,居民食用油认知水平与居民健康生活水平密切相关。本研究表明,城市居民食用油相关健康营养知识掌握程度不足,营养态度较为良好,膳食行为有待改善。社会各界应积极探索提升居民食用油认知水平的理论与实践方法,根据人群特点进行合理的营养宣教和科普活动,从油脂健康角度唤醒居民食物营养健康意识,以提高公众营养素养,推进健康中国建设。

参考文献:

- [1] 夏娟,卓勤,何宇纳. 膳食脂肪摄入与慢性病相关性的研究进展[J]. 中国食物与营养,2015,21(11):64-67.
- [2] 中国营养学会. 中国居民膳食指南2016[M]. 北京:人民卫生出版社,2016:3.
- [3] 常继乐,王宇. 中国居民营养与健康状况监测2010—2013年综合报告[M]. 北京:北京大学医学出版社,2016:33.
- [4] 国务院办公厅. 国务院办公厅关于印发中国食物与营养发展纲要(2014—2020年)的通知[EB/OL]. (2014-02-10) [2019-06-27]. http://www.gov.cn/zwggk/2014-02/10/content_2581766.htm.
- [5] 杨月欣,张环美.《中国居民膳食指南(2016)》简介[J]. 营养学报,2016,38(3):209-217.
- [6] 孙长颢. 营养与食品卫生学[M]. 北京:人民卫生出版社,2012:62.
- [7] 卓志鹏,宋金萍,袁雪丽,等. 膳食干预项目对社区高血压患者控油限盐知信行的影响分析[J]. 中华健康管理学杂志,2015(4):276-279.
- [8] 王晓宇,李敏,丁瑾瑜,等. 上海市全民控盐干预效果评价——居民控盐知识和行为变化情况分析[J]. 环境与职业医学,2015,32(1):32-37.
- [9] 梁伯衡,周琴,林国桢,等. 居民限盐控油行为影响因素分析[J]. 中国预防医学杂志,2013,14(3):186-189.
- [10] SHARMA S V, GERNAND A D, DAY R S. Nutrition knowledge predicts eating behavior of all food groups except fruits and vegetables among adults in the Paso del norte region: qué sabrosa vida[J]. J Nutr Educ Behav, 2008, 40(6):361-368.