תוכנית התזונה העירונית - מחקר התערבותי

-מחלקת הבריאות העירונית-

הדס לרר, דיאטנית ראשית וסגנית מנהל מחלקת הבריאות העירונית, **יפית סדרס**, דיאטנית גני יול"א, מחלקת הבריאות העירונית, **הדס גלבוע**, המחלקה לתכנון רב-שנתי (אסטרטגי), עיריית הרצליה

רקע

עד 2015, ארוחת הצהריים בצהרוני הגנים בהרצליה הייתה ללא פיקוח והדרכה מקצועית וכללה מזון דל ומעובד. מאותה שנה ואילך מיושמת תוכנית תזונה עירונית מקיפה הכוללת בקרה החל משלב ייצור המזון ועד להגשתו, חינוך להרגלי תזונה בריאים בתיווך הצוותים החינוכיים ובשיתוף גורמים חוץ ופנים-רשותיים. החל מ- 2022 מוטמעת מערכת ייחודית-ממוחשבת למדידת יעילות תוכנית התזונה. במחקר הנוכחי בחרנו להתמקד **בילדים בגילי טט"ח כמהלך צומח**, המלווה אותם עם כניסתם למסגרת החינוכית ואילך.

מטרת המחקר

בחינת יעילות ההתערבות התזונתית במסגרות חינוכיות בגילים צעירים: **האם חלה מגמת שיפור בהתנהגות האכילה בארוחת הצהריים בעקבות ההתערבות?**

שיטות מחקר

במחקר השתתפו **25 גני טט"ח** עם צהרון (מתוך 43 גנים כאלה), בהם 25 ילדים בממוצע ושתי נשות צוות בכל גן. לאחר השלמת פיילוט, החל מספטמבר 2022, צוות דיאטניות קליניות מבצע בקרה בתחילת/אמצע/סוף השנה תוך שימוש בשאלונים ממוחשבים.

ממצאים עיקריים

עד מחצית השנה, בכל הגנים בהם בוצעה התערבות, ניכר כי צוות קבוע הוא אבן דרך ליישום מיטבי של הנחיות ההתנהלות לכל אורך ארוחת הצהריים, כולל שימוש בכלים שנתנו לשיפור התנהגויות אכילה אצל הילדים. באופן כללי, בגנים עם **צוות קבוע**, המשמש דוגמא אישית ומקדם התנהגויות אכילה בריאות, ניתן לראות **שיעור ההיענות הגבוה ביותר** של הילדים לארוחה (כולל טעימת או אכילת לפחות שלוש מתוך ארבע המנות בתפריט היומי) בהשוואה לגנים בהם הצוות מתחלף. בבחינת הקטגוריות השונות שנבדקו והשפעתן על התנהגויות אכילה בריאות, נראית **מגמת שיפור באכילה** כאשר:

1) **כל המנות החמות היומיות מוגשות בקעריות** מרכזיות לשולחנות הילדים;
2) **הצוות סועד** עם הילדים;
3) **הילדים מעורבים** בעריכת השולחן לארוחה;
4) **מוצעים ומונגשים** באופן עקבי לפחות שלושה סוגי ירקות מגוונים;
5) **הצוות פנוי** לעזור לילדים בהגשת המזון;
6) הצוות **מעודד אכילה עצמאית וטעימת מזון** חדש.

ישנה מגמת **שיפור בהתנהלות העצמאית** של הילדים במהלך הארוחה **ובהיענות לארוחה** בביקורת השנייה.

מסקנות והמלצות

לצוות החינוכי השפעה ישירה על תזונת הילדים: צוות שנענה היטב להתערבות מביא לשיפור בהיענות הילדים לארוחה, בהתנהגויות אכילה מותאמות ובהרחבת המגוון התזונתי. בימים אלה החל סבב איסוף נתוני בקרת סוף שנת תשפ"ג. בסיום הבקרות בגני המדגם, ייערך ניתוח סטטיסטי לבחינת אפקט ההתערבות.

מחקר המשך יכלול גם שאלוני עמדות הצוותים ביחס להתערבות.