

Børns accept af Ny Nordisk Hverdagsmad

Helene Hausner

Ditte Hartvig, Helene Reinbach, Karin Wendin, Wender Bredie

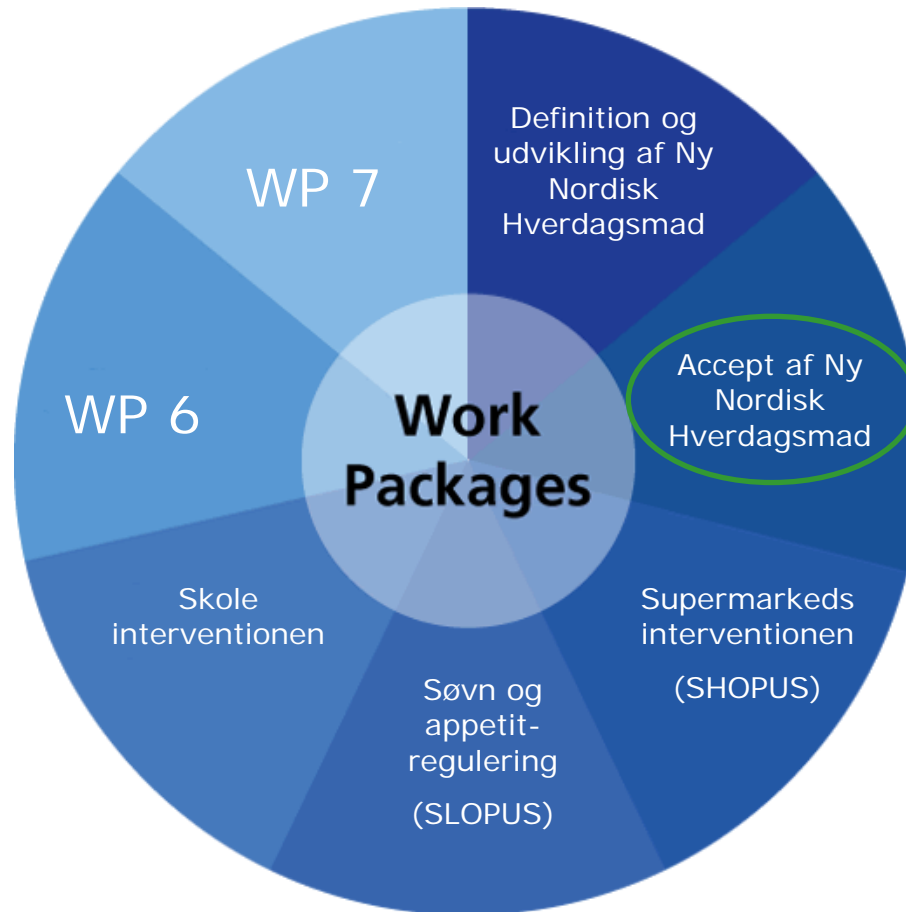
Sensorisk videnskab

KU Life

NORDEA
FONDEN



OPUS er et stort projekt...





NNH i dagligdagen

1. Mere frugt og grønt hver dag - meget mere: bær, kål, rodfrugter, bælgfrugter, kartofler og krydderurter
2. Mere fuldkorn - især havre, rug og byg
3. Mere mad fra havet og søerne - fisk, skaldyr og tang
4. Kød af højere kvalitet, men mindre af det
5. Mere mad fra de vilde landskaber
6. Vælg økologisk hver gang du kan
7. Undgå tilsætningsstoffer i maden
8. Flere måltider tættere på sæsonen
9. Mere hjemmelavet mad
10. Smid mindre ud

Ref: Charlotte Mithril, WP1



Et par definitioner

Kræsenhed

- Afviser at spise kendt mad
- Kræver at barnet har smagt maden før
- Begynder omkring de 10 måneder
- Topper mellem 2 og 5 år – for de fleste børn

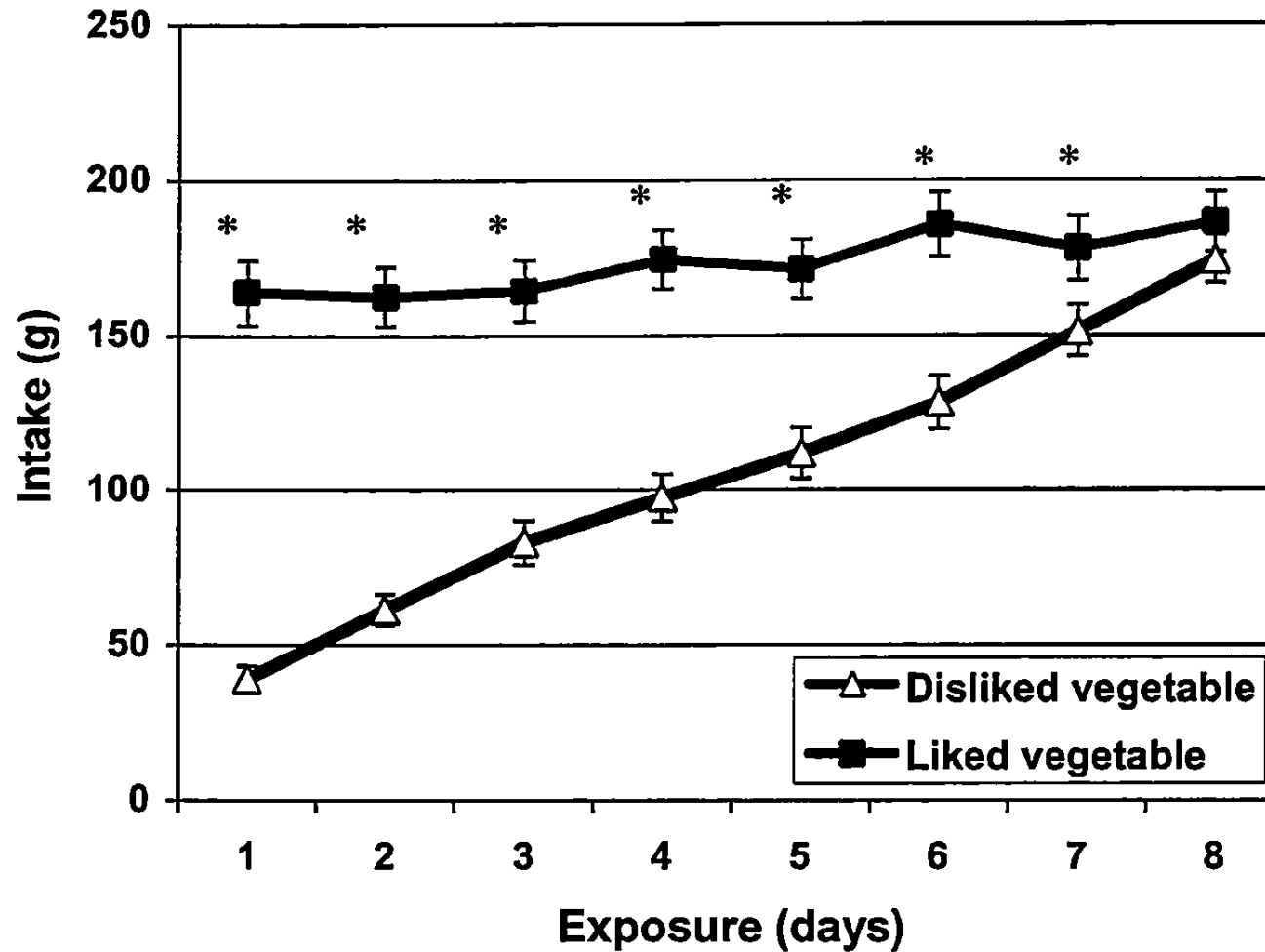
Food neophobia (~ fobi for ny mad)

- Afviser at spise ny/anderledes mad
- Ses hos voksne i varierende grad



5-7 mdr børn:

8-10 præsentationer til mad de ikke bryder sig om



Formål

At undersøge hvordan accept af en *liked* og *disliked* snackbar udvikles i løbet af 9 eksperimenter blandt 9-11 årige børn

Hvor godt synes du bare smager?



Virkelig
dårligt



Dårligt



Lidt
dårligt



Okay



Lidt
godt



Godt



Virkelig
godt



Havtorn/pumpernickel

Score: 3.16 ± 0.13



Kamut/græskar

Score: 5.42 ± 0.09

Forsøgsdesign

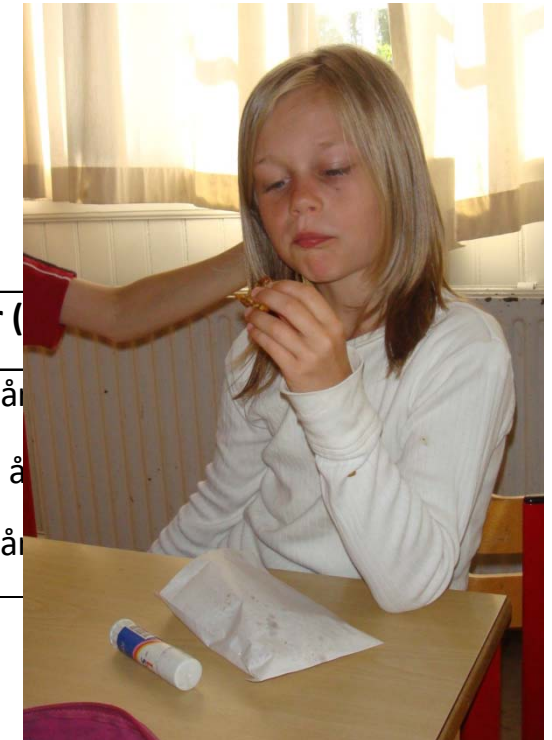


Forsøgsgruppe

Exp Kamut (n=94)

Exp Havtorn (n=110)

Kontrol (n=111)



Præ-test
- Accept af kamut &
havtorn bar

8 eksponeringer
(2-3 /uge)

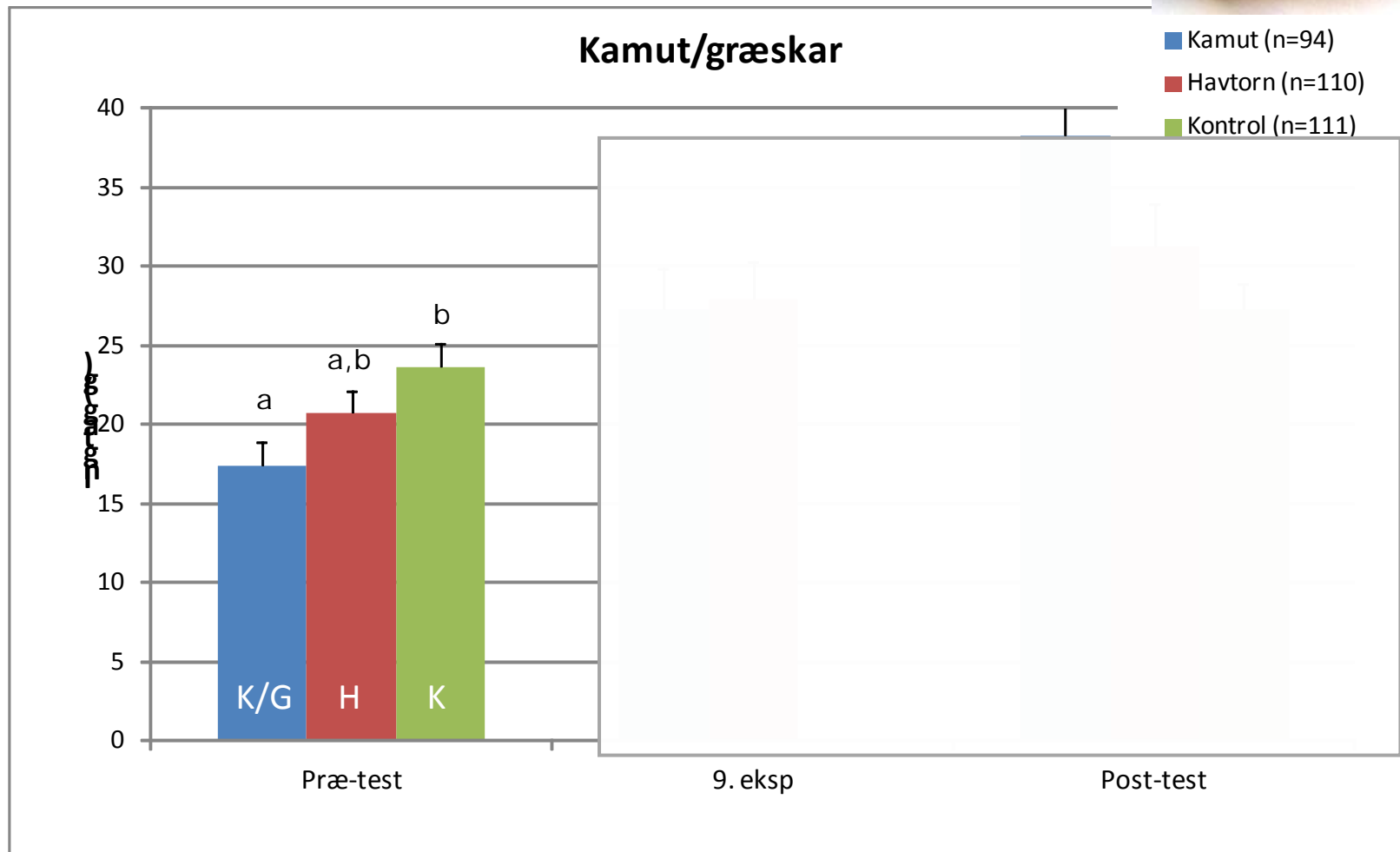
9. eksp
kamut &
havtorn

Post-test
- Accept af kamut &
havtorn bar

↑ ↑
2 uger

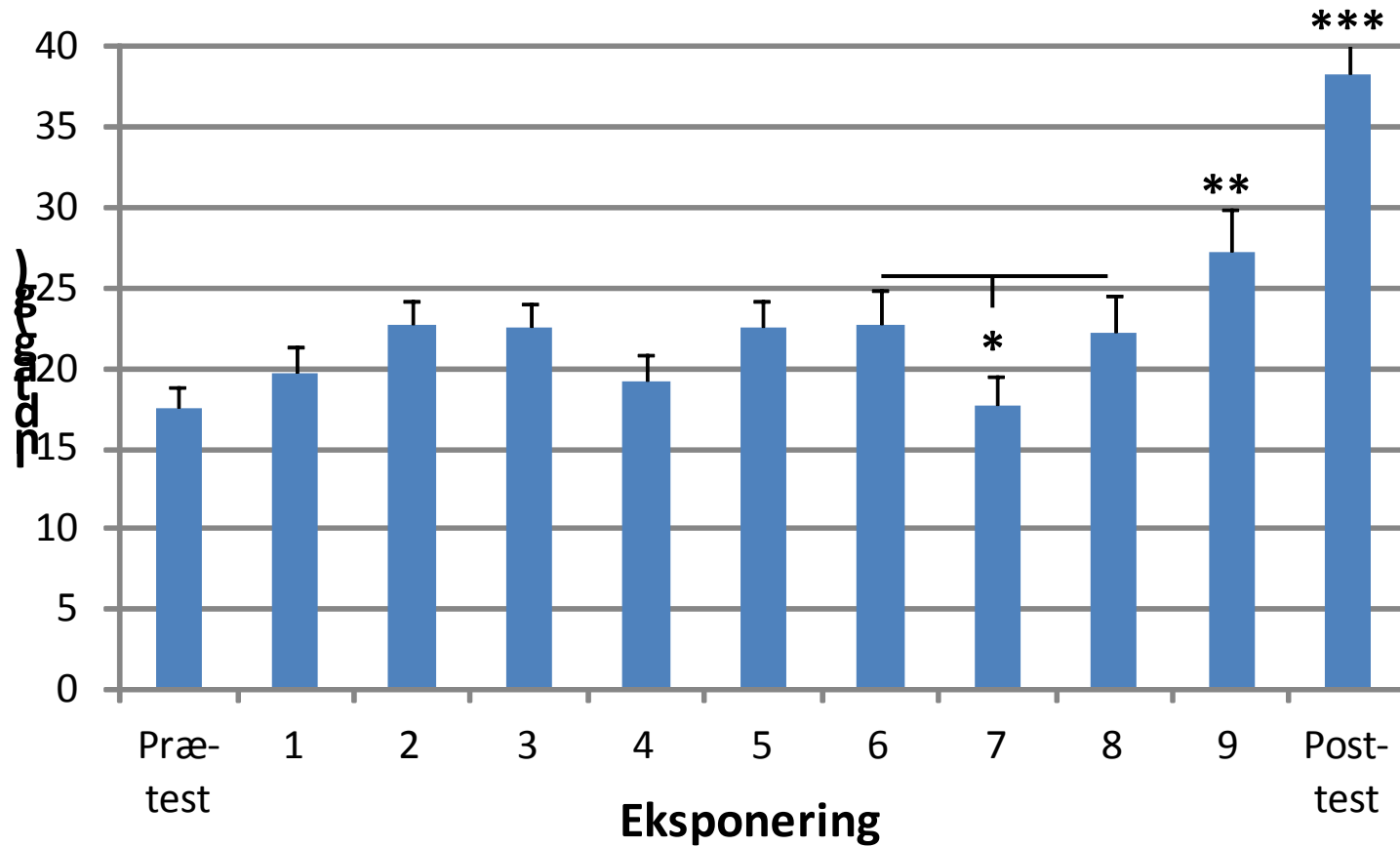
4 uger

↑ ↑
4 uger



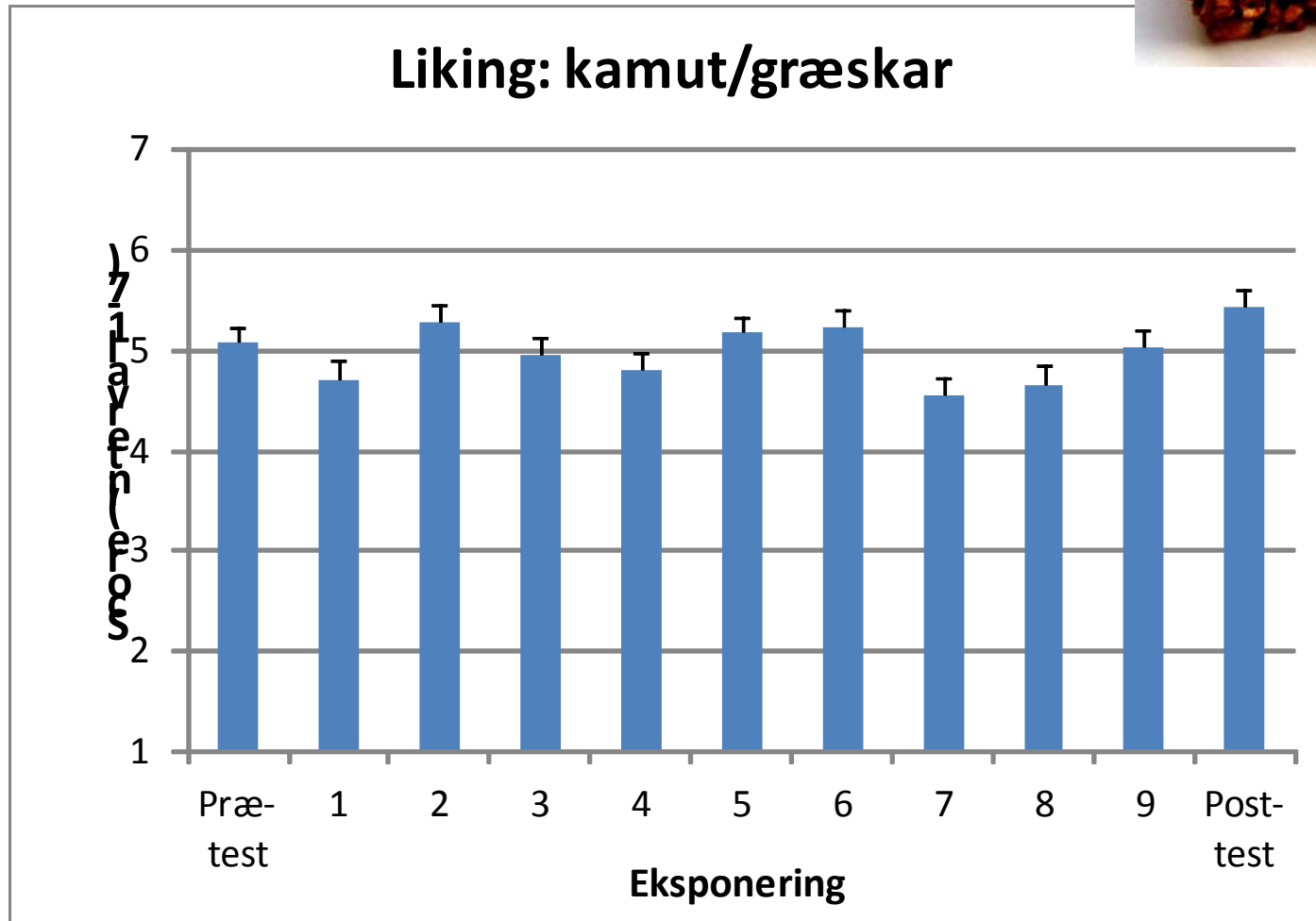


Kamut/græskar



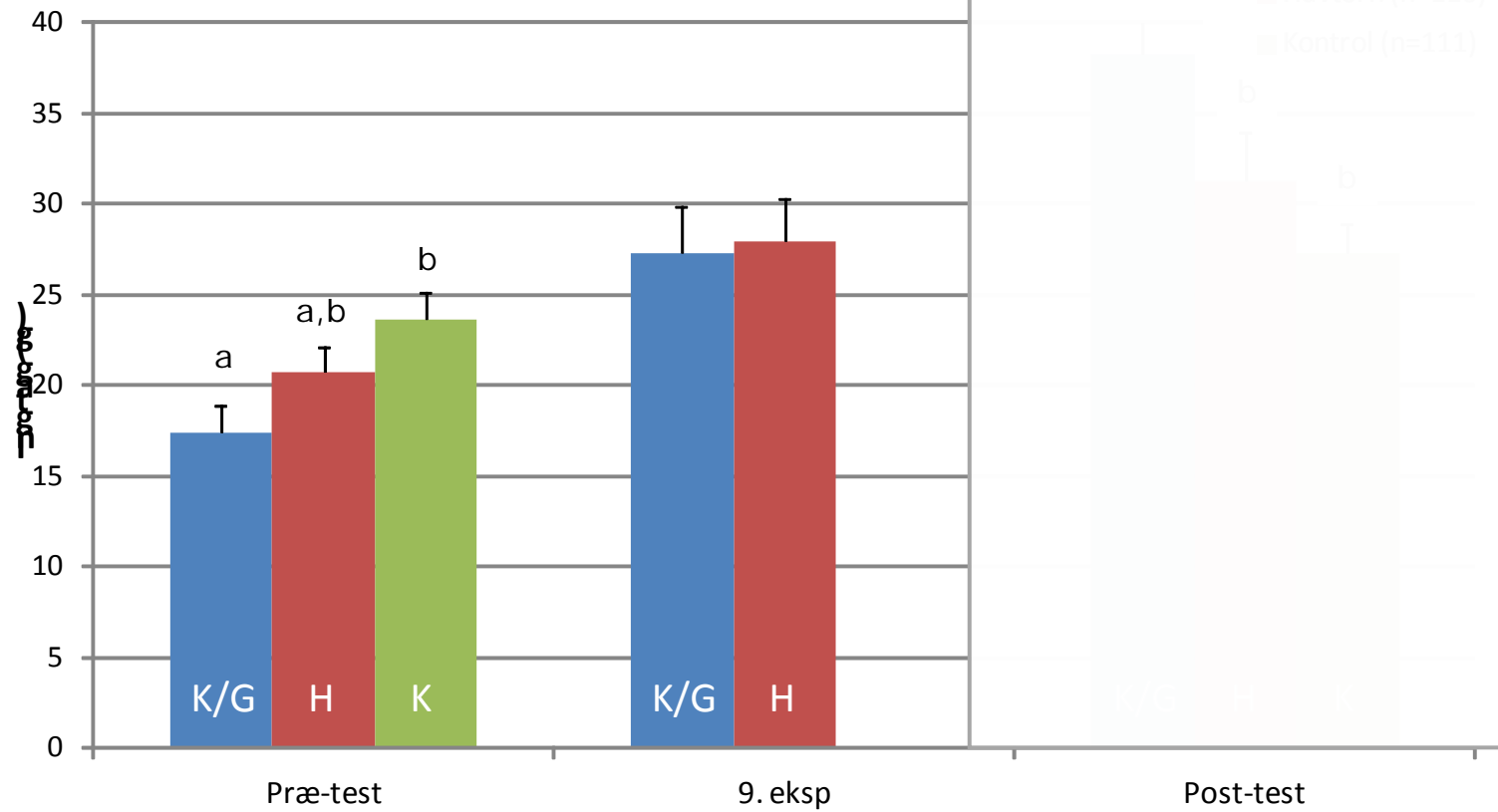


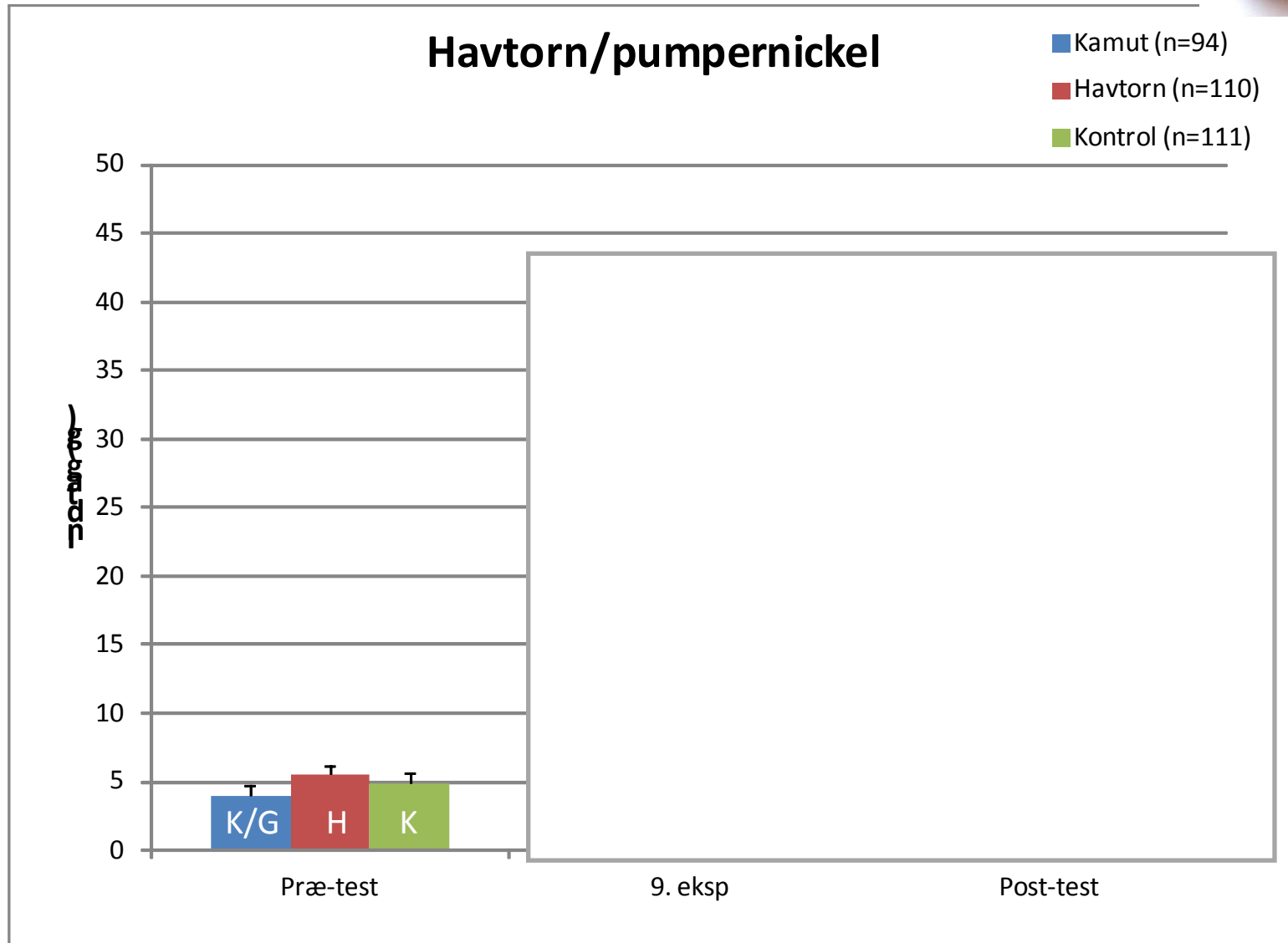
Liking: kamut/græskar



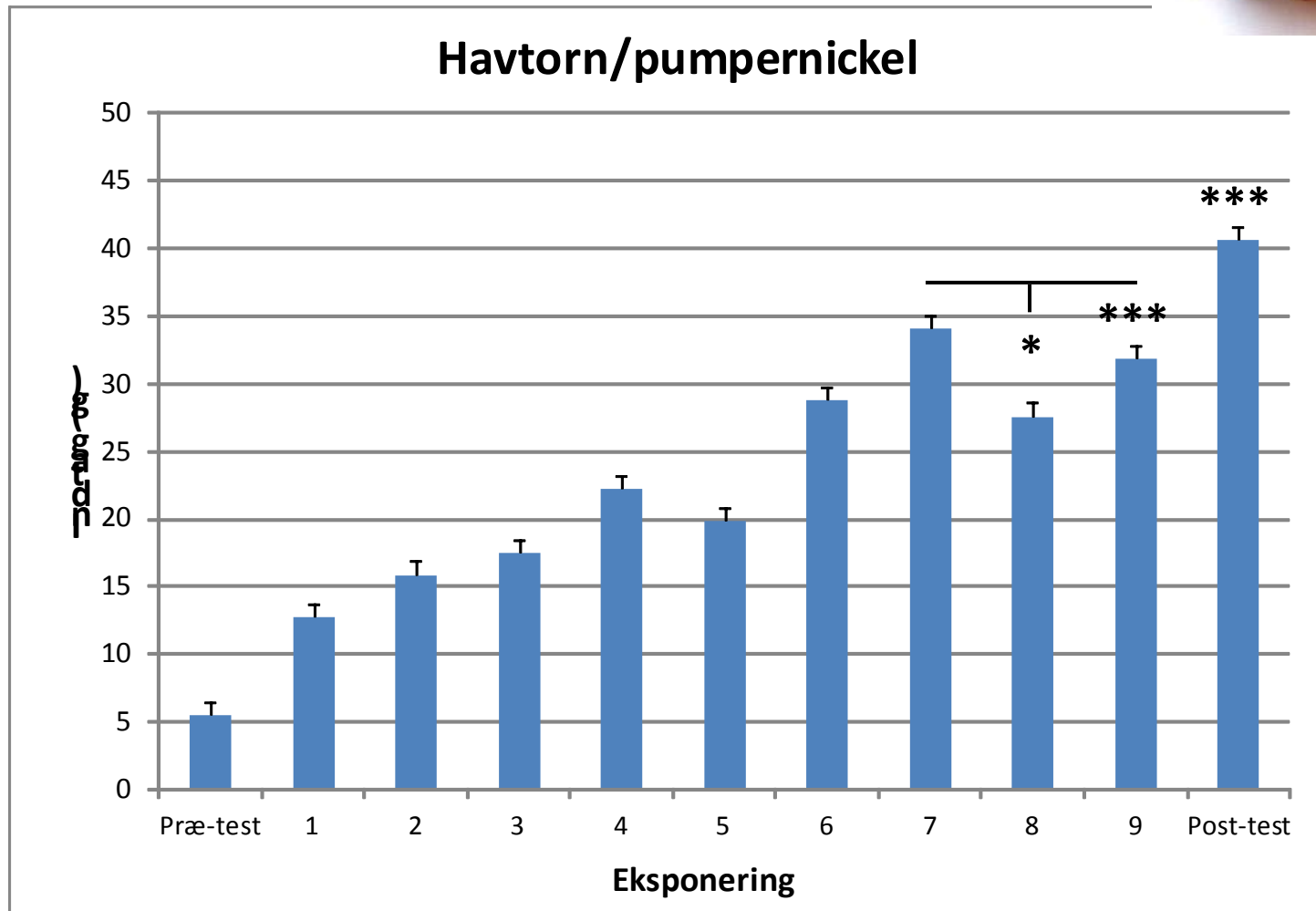


Kamut/græskar



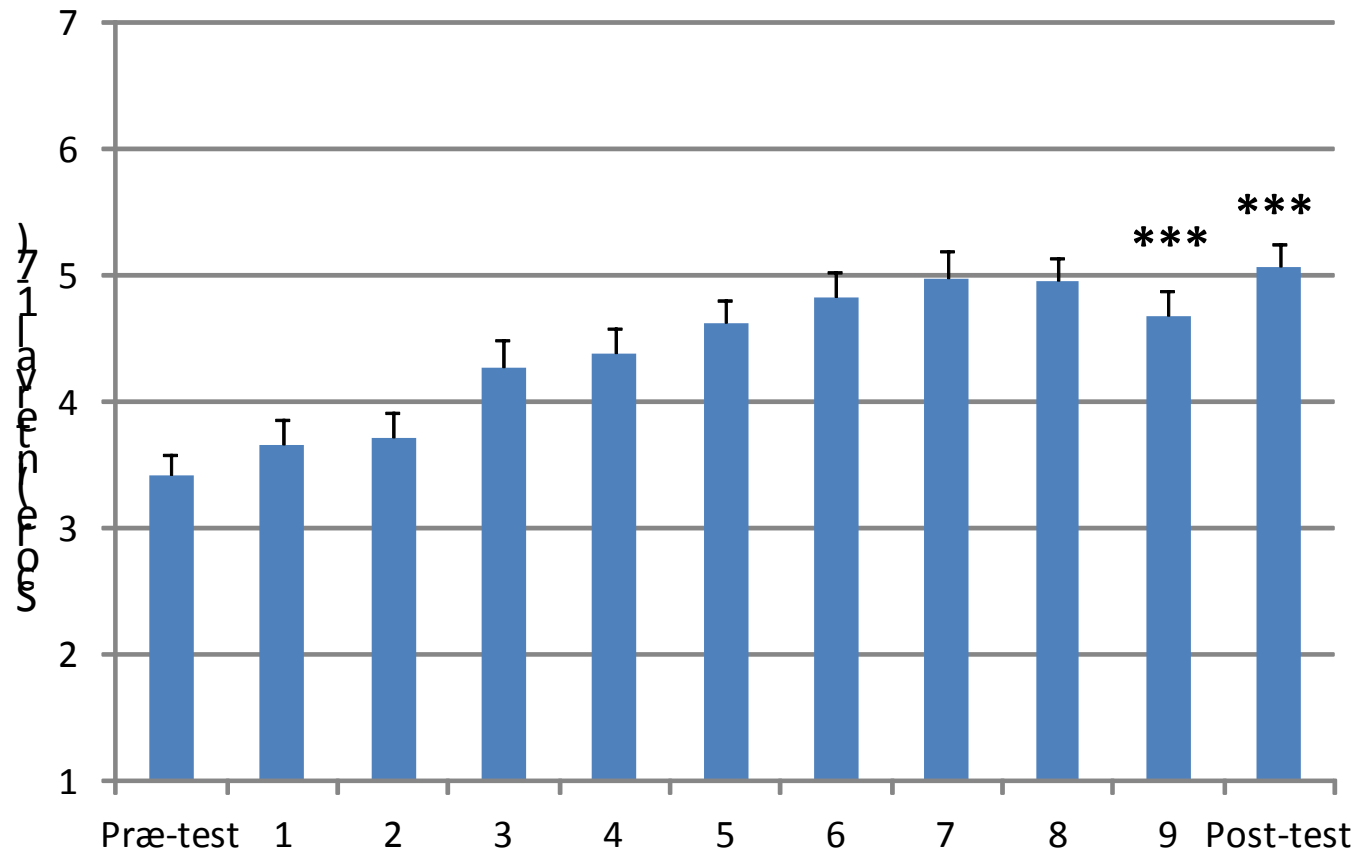


18% 'Non-eaters' (def: indtag < 5g/eksp)





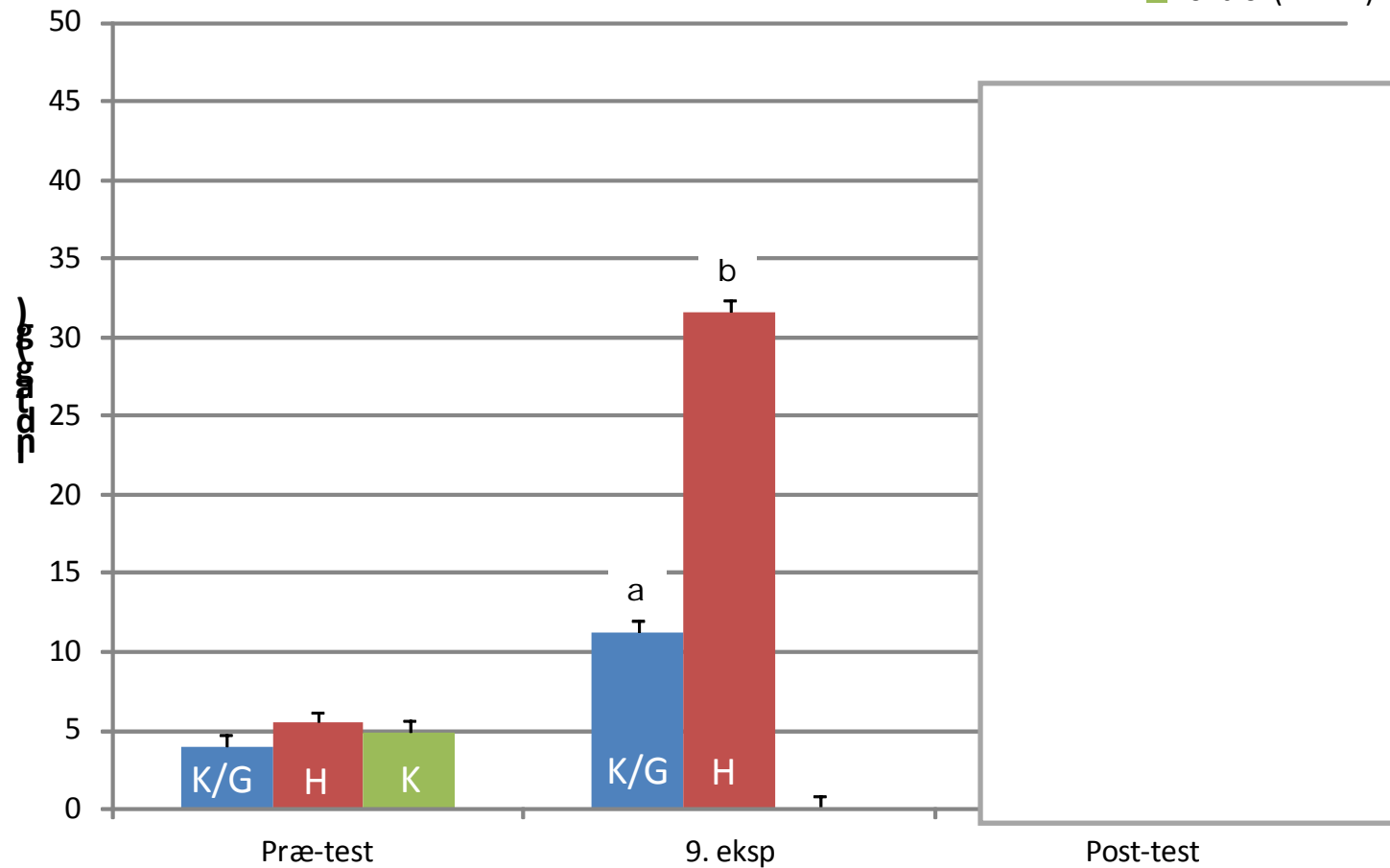
Liking: havtorn/pumpnickel





Havtorn/pumpnickel

- Kamut (n=94)
- Havtorn (n=110)
- Kontrol (n=111)



Sammenfatning

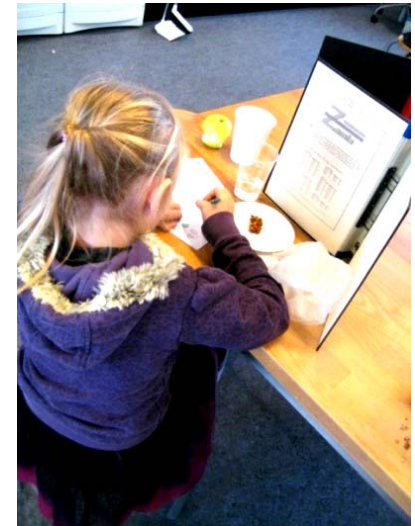
Størstedelen af børn eksponeret til en *disliked* snackbar øger deres accept over 9 eksponeringer

- til samme niveau som en *liked* snackbar

Børn, der eksponeres til en *liked* snackbar, ændrer ikke accept i løbet af 9 eksponeringer

En stor del af børnene ændrede ikke accept over eksponeringerne, især hvis de blev eksponeret for en *disliked* snackbar

→ børn er mere villige til at smage en ny genkendelig fødevarer end en ny anderledes fødevarer



Læs mere om OPUS på: <http://www.foodoflife.dk/Opus.aspx>
Resultaterne publiceres i *Clinical Nutrition* (*in press*)