

Wpływ negatywnego afektu na zachowania żywieniowe: weryfikacja dwóch potencjalnych ścieżek w warunkach laboratoryjnych i ekologicznych

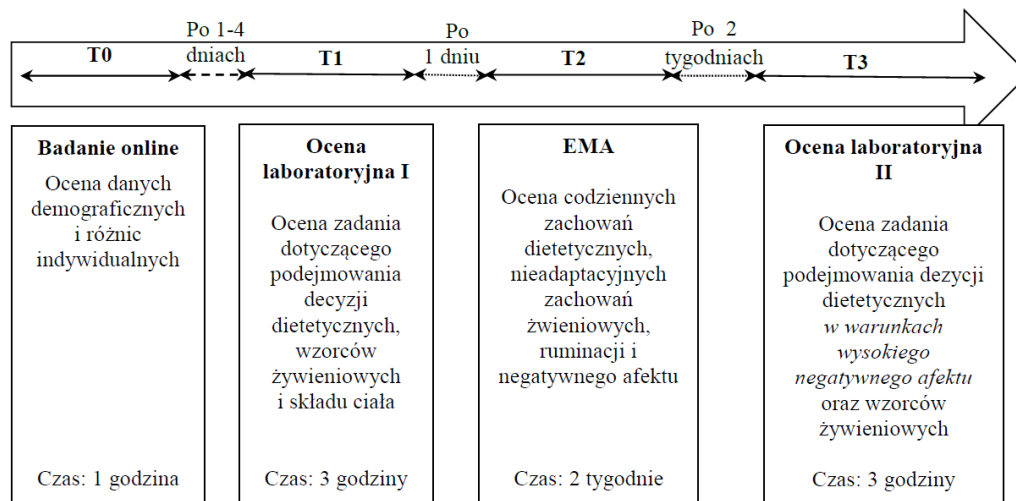
CEL PROJEKTU

Negatywny afekt może wpływać na typowe zachowania żywieniowe na dwa sposoby: (1) negatywny afekt zwiększa pragnienie zjedzenia smacznych pokarmów, które często są niezdrowe i posiadają wysoką gęstości energetyczną (Drewnowski, 2007, 2009), co wskazuje na to, że ludzie stosują jedzenie o wysokiej gęstości kalorycznej jako sposób na zmniejszenie negatywnego afektu i (2) negatywny afekt osłabia kontrolę odgórną nad zachowaniem, często wymaganą w wyborze zdrowej żywności o niskiej gęstości energetycznej (Maier, Makwana i Hare, 2015). W niewielu badaniach próbowano oddzielić te dwie potencjalne ścieżki, a ich poszczególny udział w nieadaptacyjnych zachowaniach żywieniowych pozostaje nieznanym. Proponowane badania mają na celu wyjaśnienie, w jaki sposób negatywny afekt prowadzi do nieadaptacyjnych zachowań żywieniowych oraz ocenę udziału każdej ze ścieżek w występowaniu nieadaptacyjnych zachowań żywieniowych.

BADANIA REALIZOWANE W PROJEKCIE

Projekt badawczy obejmuje wykonanie badań eksperymentalnych w warunkach laboratoryjnych (Ocena laboratoryjna I i II) oraz w warunkach naturalnych, czyli naturalnym otoczeniu osób badanych (EMA) (rysunek 1). Trzysta trzy osoby dorosłe (kobiety i mężczyźni) wezmą udział w proponowanych badaniach.

Rysunek 1. Opis procedury



W badaniach wykorzystamy najnowsze podejścia oparte na wielu metodach (badania kwestionariuszowe, mouse-tracking, metoda intensywnych pomiarów dziennych (EMA), analiza impedancji bioelektrycznej) oraz narzędzie będące złotym standardem szczegółowej analizy składników odżywczych we wszystkich produktach spożywczych i napojach, które dana osoba spożyła w ciągu ostatnich 24 godzin (the Automated Self-Administered 24-Hour Diet Assessment Tool).

PODJĘCIE TEMATYKI BADAWCZEJ

Obecny projekt badawczy zapewni solidne podstawy teoretyczne dotyczące skutków negatywnego afektu na nieadaptacyjne zachowania żywieniowe. Dostarczy zarówno teoretycznych, jak i empirycznych podstaw w obszarze o dużym znaczeniu dla sektora opieki zdrowotnej, co może stanowić solidną podstawę do dalszego rozwoju badań stosowanych w zakresie regulacji afektu i zachowań żywieniowych. Ze względu na fakt, że badania będą prowadzone w Polsce i Stanach Zjednoczonych będzie możliwe również porównanie wpływu negatywnego afektu na zachowania żywieniowe w warunkach laboratoryjnych i ekologicznych w perspektywie międzykulturowej. Chociaż projekt dotyczy badań podstawowych (rozwijanie podstawowej wiedzy teoretycznej), jest niezbędnym krokiem przed opracowaniem interwencji w zakresie poprawy nieadaptacyjnych zachowań żywieniowych poprzez zmniejszenie negatywnego afektu.

Projekt badawczy zostanie zrealizowany we współpracy z uznanym na arenie międzynarodowej ekspertem w dziedzinie regulacji emocji, prof. Jamesem J. Grossem z Uniwersytetu Stanforda (USA). W ramach projektu zostanie powołany nowy zespół badawczy (składający się z członków Interdyscyplinarnego Laboratorium Badań nad Zachowaniami Zdrowotnymi i Procesami Poznawczymi Uniwersytetu SWPS oraz The Stanford Psychophysiology Laboratory), co stworzy możliwość dalszej współpracy międzynarodowej w dziedzinie mającej kluczowe znaczenie dla zdrowia publicznego.