

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVIII KONFERENCIJA



Vilnius, 2026 m. gegužės 8 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė VU MF
mokslo specialistė Urtė ŽAKARYTĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2026

Mokslo komitetas:

dr. Mindaugas Kvietkauskas
doc. dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Lina Malinauskienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylis
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
dr. Laura Lukavičiūtė-Navickienė
asist. dr. Agnė Abraitienė
gyd. rez. Domas Grigoravičius
doc. dr. Indrė Trečiokienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
dokt. Ignas Karnas
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
lekt. gyd. Andrius Apšega
jaun. asist. dr. Andrius Žučenka
jaun. asist. Ieva Kubiliūtė
prof. dr. Pranas Šerpytis

lekt. Artūras Mackevičius
asist. dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirklauskienė
dr. Audra Brazauskaitė
asist. dr. Diana Sukackienė
asist. dr. Žilvinas Chomanskis
prof. dr. Kristina Ryliškienė
asist. dr. Rokas Borusevičius
doc. dr. Saulius Galgauskas
doc. dr. Birutė Brasiūnienė
gyd. rez. Kristina Lialytė
gyd. rez. Viktorija Mickevičiūtė
asist. dr. Dalia Krivaitienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas

prof. dr. (HP) Edvardas Danila
prof. dr. Nomeda Rima Valevičienė
asist. dr. Tomas Aukštikalnis
lekt. Mykolas Udrys
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
vyr. lekt. dr. Andrius Bleizgys
gyd. rez. Dominykas Budrys
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
dokt. gyd. rez. Ugnė Mickevičiūtė
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigita Lesinskienė
asist. dr. Jelena Stanislavovienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Austėja Zubauskaitė
Giedrė Zdanavičiūtė
Arshia Tabassum Abdul Rahman
Ieva Jankūnaitė
Gabija Balčiūnaitė
Gabrielė Gudelytė
Marija Šarnauskaitė
Antanas Simonas Garuolis
Gabrielė Jurytė
Kornelija Klinskaitė
Nursat Gazizov
Sofija Šestak
Mindaugas Smetaninas
Deimantė Šerniūtė
Eva Kriaučiūnaitė
Edas Leščinskis
Agata Bruzgul
Erika Vaitkutė
Ugnė Mickutė

Gabija Mūraitė
Augustė Melaikaitė
Artemij Morozov
Raminta Kastecakaitė
Gustė Šuliauskaitė
Karolina Karneckaitė
Eglė Žulpaitė
Sylvia Rogoža
Gabrielė Jonauskaitė
Agnė Vasiulytė
Rūta Uksaitė
Roman Blinov
Marija Sarafinaitė
Eglė Valčiukaitė
Paulė Kergytė
Milda Černytė
Julija Grigaitytė
Dovydas Stankevičius
Greta Ramonaitė

Silvija Černiauskaitė
Danial Heidar
Edgaras Zaboras
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabija Marčiulaitytė
Achila Kasandra Lunkė
Meda Petrylaitė
Ernestas Gulbickis
Radvilė Kadytė
Julija Šnipaitytė
Smiltė Vaišvilaitė
Evelina Dakševičiūtė
Alicija Šavareikaitė
Elinga Inčirauskaitė
Milda Eleonora Griciūtė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2026

© Vilniaus universitetas, 2026

MITYBOS ĮPROČIAI TARP VILNIAUS UNIVERSITETO STUDENTŲ/-ČIŲ, LYGINANT SVEIKATOS MOKSLŲ IR KITAS STUDIJŲ KRYPTIS

Autorės. Anelė PAULIUKEVIČIŪTĖ, Gabija PAULAUSKAITĖ, II kursas.

Vadovė. Dr. Jelena STANISLAVOVIENĖ, Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų instituto Visuomenės sveikatos katedra.

Tikslas. Įvertinti, kaip Vilniaus universiteto studentų mitybos įpročiai yra susiję su studijų kryptimi ir kitais veiksniais.

Metodai. 2025 m. lapkričio–gruodžio mėn. atliktas paplitimo tyrimas, taikant anoniminę anketinę apklausą internetinėje platformoje „Google Forms“. Tyrime dalyvavo 220 Vilniaus universiteto studentų: 110 studijavo Medicinos fakultete, o likę 110 – kituose fakultetuose. Klausimyną sudarė 24 klausimai, apimančys mitybos žinias ir įpročius, vandens, karštųjų, kofeino turinčių gėrimų bei alkoholio vartojimą, streso įtaką mitybai ir sociodemografinius rodiklius. Duomenys analizuoti taikant aprašomąją analizę ir lyginant rezultatus tarp tiriamųjų grupių.

Rezultatai. Tik 2% studentų savo mitybą vertino kaip sveiką, 22% – pakankamai sveiką, o 74% – vidutinę arba nesveiką. Medicinos fakulteto studentai dažniau savo mitybą vertino kaip subalansuotą (5% ir 2%), tačiau nereguliari mityba būdinga abiem grupėms (41% ir 48%). 94% respondentų pripažino sveikos mitybos teigiamą poveikį darbingumui ir savijautai (54% sutiko, 40% visiškai sutiko), tačiau praktikoje tai neat-sispindi. Pagrindiniai mitybos pasirinkimus lemiantys veiksniai buvo laiko trūkumas ir kaina: medicinos studentams svarbiausias laikas (n=91), kitiems – kaina (n=83). Stresas buvo siejamas su dažnesniu saldumynų (60%), greito maisto (45%) ir kofeino turinčių gėrimų (46%) vartojimu. Medicinos fakulteto studentai dažniau vartojo kofeiną ir energinius gėrimus bei dažniau maitinosi ne namuose, nors geriau gebėjo įvertinti makroelementų suvartojimą.

Išvados. Vilniaus universiteto studentų mitybos įpročiai dažnai neatitinka sveikos mitybos rekomendacijų, nepriklausomai nuo studijų krypties. Nors Medicinos fakulteto studentai pasižymi didesniu mitybos sąmoningumu, jų mitybos elgsena ne visuomet yra palankesnė. Mitybos pasirinkimus labiau yra susijęs su laiko trūkumu, maisto kaina ir patiriamu stresu nei vien mitybos žiniomis.

Raktažodžiai. Studentų mityba; mitybos įpročiai; raštingumas.