

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 Klinkaitė
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

LIETUVOS STUDENTŲ MAITINIMOSI SUTRIKIMŲ RIZIKOS VEIKSNIAI IR JŲ PREVENCIJA

Autorės. Solėja BRAŠKYTĖ, Daiva GRIKŠIENĖ, II kursas.

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

Tikslas. Išanalizuoti maitinimosi sutrikimų problematiką tarp Lietuvos studentų, išryškinant socialinius ir kultūrinius rizikos veiksnius, bei aptarti šių sutrikimų prevencijos galimybes, remiantis naujausiais moksliniais tyrimais.

Metodai. Mokslinės literatūros analizė (Pubmed, Sciencedirect), kiekybinis tyrimas – elektroninė anoniminė anketinė apklausa. (6 uždari ir pusiau atviri klausimai apie maitinimosi sutrikimų rizikos veiksnius bei jų prevenciją).

Rezultatai. Atlikta elektroninė anoniminė apklausa atskleidė, jog Lietuvos studentų mitybos sutrikimų riziką lemia keli tarpusavyje susiję veiksniai. Daugiau nei du trečdaliai respondentų (73,2 %) nurodė, kad pagrindinis veiksnys, darantis įtaką jų mitybos įpročiams, yra stresas ir didelis akademinis krūvis. Beveik pusė apklaustųjų (47,2 %) pažymėjo, kad nežino, kur kreiptis pagalbos kilus su mityba ar emocine savijauta susijusioms problemoms, o 59,7 % teigė, jog laiko stoka yra pagrindinis barjeras sveikai maitintis. Be to, 56,3 % respondentų pabrėžė socialinių tinklų įtaką kūno įvairumui ir valgymo elgesiui, o 42,3 % – finansinius sunkumus, trukdančius pasirinkti sveikesnius produktus. Dauguma studentų (62,5 %) išreiškė poreikį, kad universitetai pasiūlytų daugiau sveiko maisto alternatyvų valgyklose ir organizuotų edukacines veiklas apie sveiką gyvenseną. Šie rezultatai rodo, kad mitybos sutrikimų prevencija tarp Lietuvos studentų turėtų būti grindžiama kompleksiniu požiūriu – derinant mitybos edukaciją, psichologinės sveikatos stiprinimą ir sveikos aplinkos kūrimą akademiniame bendruomenėje.

Išvados. Pagrindiniai mitybos sutrikimų prevencijos principai studentų populiacijoje grindžiami požiūriu, jog būtina derinti mitybos edukaciją, psichologinės sveikatos stiprinimą ir palankios socialinės aplinkos kūrimą. Apklausos rezultatai atskleidė, kad pagrindiniai Lietuvos studentų mitybos sutrikimų rizikos veiksniai yra stresas, akademinis krūvis, socialinių tinklų įtaka bei finansiniai sunkumai. Studentai išreiškė poreikį psichologinės paramos ir sveikos mitybos skatinimo priemonėms aukštosiose mokyklose. Tinkamos prevencinės priemonės yra sveikos gyvensenos ugdymas, anksstyvas rizikos atpažinimas, psichologinės pagalbos prieinamumo didinimas ir stigmos mažinimas universitetinėje bendruomenėje.

Raktažodžiai. Maitinimosi sutrikimai; rizikos veiksniai; prevencija.