



Terveystieteiden tiedekunta
Itä-Suomen yliopisto

Esitarkastajan lausunto TtM Kaisa Kähkösen väitöskirjaksi tarkoittamasta tutkimuksesta ”Kodin ja varhaiskasvatuksen ruokakasvatuksen yhteys lasten kasvisten, marjojen ja hedelmien syömään oppimiseen ja kulutukseen”

Väitöskirjan yleinen luonne

Tarkastettava työ on toteutettu työryhmässä ja koostuu kolmesta osatyöstä sekä luonnosvaiheessa noin 100-sivuisesta yhteenveto-osasta (ilman alkuperäsjulkaisuja). Kaikki osatyöt on julkaistu hyvätasoisissa kansainvälisissä ravitsemusalan lehdissä. Väittelijä on ensimmäinen kirjoittaja kaikissa kolmessa työssä. Osatyöt muodostavat loogisen kokonaisuuden.

Erillisen selvityksen mukaan väittelijän työpanos on ollut keskeinen tässä väitöskirjatutkimuksessa ja sen osatyöissä. Hän on vastannut tutkimuksen suunnittelusta ja aineistojen keräämisestä. Kähkönen on perehtynyt laajasti taustakirjallisuuteen sekä ollut vastuussa soinnista ja raportoinnista. Lisäksi hän on tehnyt suurimman osan tilastollisista analyyseistä.

Aihe ja kysymyksenasettelu

Tutkimuksen aihe on ajankohtainen, ja tieteellisesti sekä terveydenedistämisen näkökulmasta mielenkiintoinen. Tiedetään, että lapsuudessa omaksutut ruokamieltymykset ja -tottumukset voivat säilyä aikuisuuteen. Erilaisilla ruokaympäristöillä on erityinen merkitys lapsille eikä heidän ei voida ajatella olevan täysin vastuussa omista ruokavalinnoistaan. On selvää, että lapsen ruokaympäristöihin kuuluu kodin lisäksi mm. päiväkotia. Kasvisten, marjojen ja hedelmien kulutus on lapsilla huomattavasti ravitsemuksellisesti suositeltavaa vähäisempää. Niiden käytön lisääminen onkin keskeisimpiä kehitystarpeita lasten ruokavaliossa. On selvää, että tämän elintarvikeryhmän syömään oppiminen on tärkeää monipuolisen ja terveystietä edistävän ruokavalion toteutumiseksi jo lapsuudessa. Tältä osin uudelle tiedolle on tarvetta ja tutkimuskysymykset ovat tieteellisesti hyvin relevantteja.

Tämä väitöstutkimus pureutuu kodin ja varhaiskasvatuksen merkitykseen lasten ruokakasvatuksessa. Tutkimuksen tavoitteena oli tutkia 1) lasten kasvis-, marja- ja hedelmämieltymyksiin yhteydessä olevia tekijöitä kotiympäristössä, 2) lasten kasvisten, marjojen ja hedelmien kulutuksen ja kodin ruokakasvatuksen välisiä yhteyksiä, sekä 3) varhaiskasvatuksen henkilöstön päiväkodissa toteuttaman ruokakasvatuksen yhteyttä lasten kasvis-, marja- ja hedelmävalintoihin ja syömiseen.

Kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsaus antaa hyvän taustan tutkimustyön kysymyksenasetteluun. Kirjallisuuskatsaus käsittelee kaikki väitöstutkimuksen osa-alueet kattavasti, mutta pitäytyen tutkimuksen kannalta oleellisissa asioissa. Kirjallisuuskatsauksen taulukot koostavat hyvin aiempien tutkimusten tuloksia ja yhteenveto kirjallisuuskatsauksesta valottaa hyvin tutkimuksen tavoitteita. Väittelijä on käyttänyt riittävän monipuolisesti pääosin tuotettua kirjallisuutta.

Aineisto ja menetelmät

Tutkimuksen aineisto on riittävän laaja vastaamaan asetettuihin kysymyksiin ja se koostui päiväkotien kautta lasten vanhemmilta kerätystä kyselyaineistosta ja päiväkodeissa toteutetusta välipalabuffetista. Tutkimukseen osallistui 18 lapsiryhmää yhdeksästä eri päiväkodista. Päiväkodeista kuusi toteutti ruokakasvatustyötä



aistilähtöisen Sapere-menetelmän avulla. Päiväkodeista osallistui 183 lasta vanhempineen, joista vajaa puolet Sapere-menetelmää hyödyntävistä päiväkodeista. Kyselylomakkeilla selvitettiin lasten ja heidän vanhempiensa kasvis-, marja- ja hedelmämieltymyksiä sekä kulutusta, lasten ja vanhempien ruokaneofobiaa, vanhempien syömisen taitoa, kodin ruokatalouden hoitoon ja ruokaympäristöön liittyviä asioita sekä perheeseen liittyviä sosiodemografisia tekijöitä. Vanhempien kyselyt kohdistettiin erikseen sekä äidille että isälle. Tätä voidaan pitää erityisenä vahvuutena, koska useimmiten kyselyt suunnataan äideille. Päiväkodeissa käytettiin nk. välipalabuffet-menetelmää, jossa tutkimusvälipalalla lapset saivat itse valita ja syödä mieleisensä heille tarjotuista kasvis-, marja- ja hedelmävaihtoehdosta. Kunkin lapsen valitsevat ja syömät kasvikset, marjat ja hedelmät analysoitiin lasten lautasista otetuista valokuvista.

Väitöskirjatyössä käytetyt tutkimusmenetelmät ovat pääosin yleisesti käytössä maailmalla ja mittaukset on tehty varsin huolellisesti. Väittelijä on itse käsittellyt ja muokannut kerättyä dataa. Tiedot on analysoitu asianmukaisilla tilastollisilla menetelmillä ja tulokset on esitetty asiallisesti.

Tutkimustulokset ja niiden esittäminen

Tulokset on esitetty asianmukaisesti ja selkeästi osin osatöiden mukaisessa järjestyksessä. Tulokset on kuvattu varsin tiivistetysti ja tulososan alussa viitataan osatöihin kattavien tulosten tarkastelun suhteen. Tulosten osalta olisi voinut jonkin verran laajentaa, jotta väitöskirjan yhteenveto toimisi selkeämmin omana kokonaisuutenaan, varsinkin kun se on kirjoitettu suomen kielellä. Kussakin osatyössä tulokset on esitetty yksityiskohtaisesti, johdonmukaisesti ja selkeästi. Niiden pohdinta on tieteellisen analyttistä.

Tärkeimpänä havaintona oli se, että sekä kodin että varhaiskasvatuksen ruokakasvatus ovat yhteydessä alle kouluikäisten lasten kasvis-, marja- ja hedelmämieltymyksiin, valintaan ja kulutukseen. Merkitsevää oli se, että kummallakin vanhemmalla erikseen on merkittävä rooli lasten ruokakasvattajina kotiympäristössä. Varsinkin äitien kasvis-, marja- ja hedelmämieltymys oli positiivisesti yhteydessä lasten vastaaviin mieltymyksiin, mutta isillä tämä näkyi vain voimakkaan makuisten kasvien ja marjojen osalta. Hieman yllättävänä voidaan pitää löydöstä, jonka mukaan äitien ja lasten salaatin ja tuoreiden kasvien, kypsennettyjen kasvien sekä marjojen ja hedelmien kulutus olivat positiivisesti yhteydessä toisiinsa, mutta isien ja lasten välillä oli yhteys ainoastaan kypsennettyjen kasvien kulutuksessa. Tämä saattaa kertoa isien kapeammasta kasvien käytöstä. Varhaiskasvatuksen aistilähtöisellä ruokakasvatuksella oli positiivinen yhteys lasten halukkuuteen valita kasviksia, marjoja ja hedelmiä päiväkotiympäristössä. Tärkeää löydös oli se, että tämä yhteys oli voimakkein matalammin koulutettujen äitien lapsilla.

Tämän tutkimuksen perusteella varhaiskasvatuksessa toteutettu ruokakasvatus on toimiva työväline lasten kasvien, marjojen ja hedelmien syömiseen oppimisessa ja ruokaneofobian vähentämisessä, ja sillä voidaan jopa tasoittaa sosioekonomisia eroja ruokakasvatuksessa.

Tarkastelu ja johtopäätökset

Pohdintaosa käsittelee sekä tutkimusmenetelmät että tulokset systemaattisesti. Heti pohdintaosion alkuun väittelijä summaa tutkimuksen tulokset. Pohdintaosa etenee johdonmukaisesti ja selkeästi. Pohdinnassa väittelijä osoittaa osaavansa suhteuttaa omat havaintonsa alan kirjallisuuteen. Väittelijä on käsitellyt hyvin tutkimukseensa liittyvät mahdolliset puutteet. Pohdinta ja väittelijän kanssa käyty keskustelu osoittavat selvästi, että väittelijä osaa suhteuttaa työnsä tulokset olemassa olevaan tutkimustietoon ja osaa arvioida ja tulkita löydöksiään kriittisesti.

Yhteenveto

Tulosten tarkastelussa noudatetaan hyvää käytäntöä, ts. aluksi tuloksia verrataan muihin vastaaviin tutkimuksiin ja pohditaan myös oman tutkimuksen heikkouksia. Johtopäätökset vastaavat tutkimustuloksia ja ovat tieteellisesti perusteltuja. Väittelijä myös viitoittaa uria myöhemmälle tutkimukselle ja pohtii tulosten hyödyntämistä käytännössä.



Kirjoituksen jäsentely ja esitystapa

Väitöskirjan osatöiden tulokset on koottu kattavasti ja riittävässä laajuudessa yhteenveto-osaan. Käsikirjoitus koostuu 1) kirjallisuudesta, 2) tavoitteista ja menetelmistä sekä 4) tuloksista ja 5) pohdinnasta.

Tutkimuksen tausta, tavoitteet ja tulokset on esitetty loogisessa järjestyksessä ja yhteenveto-osassa havainnollistaen taulukoiden ja kuvioiden avulla. Jäsentely on asianmukaista, käsikirjoitus on laajuudeltaan riittävä ja tulososio yksityiskohtainen. Lähdeviitteitä on kohtuullisesti (noin 180) ja viittauskäytäntö on asianmukaista.

Kieli on sujuvaa ja tyyli on sopiva tieteelliseen tekstiin. Esitystapa on selkeä ja riittävän seikkaperäinen, jotta yhteenveto-osasta saa kattavan käsityksen väitöskirjakokonaisuuden tuloksista myös osajulkaisuja erikseen lukematta.

Esitarkastajan yhteenveto

Kaisa Kähkönen tarkastelee kolmesta osatyöstä koostetussa väitöskirjassaan kodin ja varhaisen ruokakasvatuksen yhteyttä lasten kasvisten, marjojen ja hedelmien syömään oppimiseen ja kulutukseen. Väitöstyö täydentää aiempia havaintoja sekä tuo myös uutta tietoa tutkimusalalle. Merkityksellisin tulos painottaa kummankin vanhemman roolia kodin ruokakasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen rooli lasten ruokaneofobian vähentämisessä ruokakasvatuksen keinoin on oleellinen. Tulokset osoittavat, että on tärkeää huomioida lasten eri ruokakasvatustyöympäristöt ja kaikki näissä toimivat aikuiset, kun halutaan lisätä lasten kasvisten, marjojen ja hedelmien syömään oppimista ja kulutusta. Käsikirjoitusvaiheessa olen esittänyt työhön sen asiasisältöön ja selkeyteen liittyviä kommentteja, jotka väittelijä on ottanut huomioon ja toteuttanut. Väittelijä on toimitanut tekemänsä korjaukset kirjallisesti tarkastettavakseni ja olen ne hyväksynyt.

Esitarkastusprosessin aikana tämän tutkimuksen otsikko on täsmentynyt muotoon: ”Varhaisen ruokakasvatuksen yhteys kasvisten, marjojen ja hedelmien syömään oppimiseen ja kulutukseen”. Tämä TtM Kaisa Kähkönen väitöskirjaksi tarkoittama tutkimus täyttää väitöskirjatyölle asetetut vaatimukset ja puollan varauksetta painatusluvan myöntämistä sille.

Turussa 23.2.2022

Hanna Lagström
Ravitsemustieteen dosentti, Turun yliopisto

DOCTORAL DISSERTATION EVALUATION – Summary table to the statement

Name of the doctoral candidate **Kaisa Kähkönen**

SUMMARY TABLE

	1.....	2.....	3.....	4.....	5
A DEFINITION OF THE RESEARCH PROBLEM	☐	☐	☒	☐	☐
B MATERIAL AND METHODS	☐	☐	☐	☒	☐
C DOCTORAL CANDIDATE'S OWN CONTRIBUTION	☐	☐	☐	☐	☒
D RESEARCH RESULTS	☐	☐	☒	☐	☐
E FAMILIARITY WITH THE FIELD OF RESEARCH	☐	☐	☐	☒	☐
F DISCUSSION AND CONCLUSIONS	☐	☐	☒	☐	☐

PROPOSAL OF THE GRADE

Approved with distinction

Approved

Failed

☐
☒
☐

Justifications for the grade of 'Approved with distinction' (or on a separate sheet):

Date

23.2.2022

Signature

Hanna Lagström

Name in block letters

HANNA LAGSTRÖM