

KOKKUVÕTE

Käesolevas magistritöös anti esmalt ülevaade erinevatest uurimismeetoditest, mida toitumisuuringutes kasutatakse. Lisaks toodi välja tähtsamad Eestis toimunud toitumise uuringud nagu näiteks Balti riikide toitumise ja elustiili uuring 1997. aastal (Pomerlau *et al.*, 1999) ja RTU2014 (Nurk *et al.*, 2017a, Nurk *et al.*, 2017b). Märkiti ära ka veel teisigi uuringuid, milles uuriti peale toitumise ka näiteks tervisekäitumist või mõne üksiku toidugrupi mõju tervisele. Peale selle anti ülevaade RTU2014 metoodikast: kui pikk oli uuringu periood, milline oli valim, milliseid uurimismeetodeid rakendati jm. Kuna tagasisidelehtede koostamisel võeti peamiselt aluseks NNR2012 (*Nordic Nutrition Recommendations 2012, 2014*) ning ETLIS (Pitis, *et al.*, 2017) ei olnud veel kinnitatud, siis on eraldi välja toodud võrdlused nii nende kui ka ETTS (Vaask, *et al.*, 2006) vahel.

Magistritöö eesmärgiks oli koostada tagasisidelehe põhjad RTU2014 osalenutele, millega anti neile ülevaade nende 24-tunni intervjuu või toidupäeviku põhjal saadud tulemuste võrdlusel NNR2012 (*Nordic Nutrition Recommendations 2012, 2014*) soovitustega ning üldist teavet toitumise kohta.

Kokku koostati 20 erinevat tagasisidelehe põhja – erinevad tagasisidelehed naistele, meestele, imikutele, lastele, eakatele ning rasedatele ja imetavatele emadele. Lisaks jagati nad veel erinevatesse vanuselitesse gruppidesse lähtudes toitumissoovituste ealistest iseärasustest. Lisaks koostati küsimustik, et analüüsida sellisel kujul tagasiside vajalikkust. Küsimustik saadeti 1460-le RTU2014-uuringus osalenule, kellest 265 vastasid küsimustikule täis mahus ning neid kasutati ka analüüsimiseks.

Magistritöö üheks tulemiks on 20 erinevat tagasisidelehe põhja ning teiseks nende kohta küsitud tagasisideküsimustike tulemuste analüüs. Kõige olulisem nendest arvamustest on see, et uuringus osalejad soovivad tagasisidet saada konkreetselt enda kohta ning TAI peaks kaaluma ka järgnevate uuringute puhul selle andmist. Antud hetkel täitsid tagasisidelehed oma eesmärgi.