

EGÉSZSÉGTUDATOS TÁPLÁLKOZÁS HATÁSA AZ EGÉSZSÉGÉRTÉKELÉSRE ÉS AZ UTAZÁSI DÖNTÉSRE

THE INFLUENCE OF HEALTH-CONSCIOUS NUTRITION ON HEALTH ASSESSMENT AND TRAVEL DECISION

Dr. Savella Orsolya^{1*}, Dr. Dudás Péter²

¹Turizmus – Vendéglátás Tanszék, Vidékfejlesztés, Regionális Gazdaságtan és Turizmusmenedzsment Intézet, Debreceni Egyetem Szolnok Campus, GTK, Magyarország

²Gazdasági- és Pénzügyi matematika Tanszék, Statisztikai és Módszertani Intézet, Debreceni Egyetem, Szolnok Campus, GTK, Magyarország
<https://doi.org/10.47833/2022.2.ECO.004>

Kulcsszavak:

egészség,
egészségmagatartás,
fizikai aktivitás,
táplálkozás,
egészségturizmus

Keywords:

health,
health behavior,
physical activity,
nutrition,
health tourism

Cikktörténet:

Beérkezett: 2022.szeptember 10.
Módosítva: 2022.szeptember 25.
Elfogadva: 2022.október 10.

Összefoglalás

Az egészséges életvitel rendszert és folyamatos tudatosságot feltételez annak követőitől. Egészségesen élni azt jelenti, hogy az értékrendszer, ami meghatározza mindennapi cselekedeteinket, segít a szűkebb és tágabb környezethez való alkalmazkodásban. Az egészséges élet helyes szemléletmóddal és megfelelő magatartási szokásokkal párosulva alakítja az általános egészségi állapotot, valamint az életminőséget. Az egészségmagatartási minták, egymással összefüggésben (fizikai aktivitás, táplálkozás) jelennek meg az egészség megőrzése vagy fejlesztése céljából, a szabadidős tevékenységek pedig a fentebb említett egészségtényezőknek meghatározó részét képezik. De vajon befolyásoló hatással bírnak-e utazási céljaink kiválasztásában? Tanulmányunkban a kutatási kérdésekre kapott válaszok alapján azt is feltártuk, hogy Jász-Nagykun-Szolnok Megyében milyen lehetőségek állnak rendelkezésre az ideutazók számára.

Abstract

Healthy way of life requires a system and continuous awareness from its followers. Living healthy means that the value system that determines our daily actions helps us adapt to a narrower and wider environment. Healthy living, coupled with the right attitude and appropriate behaviours, shapes overall health as well as quality of life. Patterns of health behaviours appear in relation to each other (physical activity, nutrition) in order to maintain or improve health, and leisure activities are a significant part of the health factors mentioned above. But do they have an influence on the choice of our travel destinations? In our study, based on the answers to the research questions, we also explored the opportunities available to visitors in Jász-Nagykun-Szolnok County

¹ <https://orcid.org/0000-0002-7682-1716>, *E-mail: savella.orsolya@econ.unideb.hu

² <https://orcid.org/0000-0002-6251-5128>

1. Bevezetés

Az egészség, mindennapi életünk alapvető feltétele. Összetevői között genetikai adottságok, az életvitel, társas környezet és az egészségügyi ellátás szerepelnek [1]. Tágabb megközelítésben az egészségre ható tényezőket politika, társadalom, közösségi cselekedetek, valamint az egyén képességeihez és készségeihez mért egészségmagatartása jelenti, ahol az egyén belső és tágabb környezete állandó kölcsönhatásban áll [2]. Az egészségnek egy másik dinamikus felfogásában reagálási készséget, alkalmazkodást jelent, ami annak optimális állapotában valószínűsíthető [3]. Az egészség védelme köré szervezett tevékenységeink szocializációs folyamataink során kialakult értékeket képviselve határozzák meg preferenciáinkat és magatartásbeli sajátosságainkat. Az egészség a magatartásunkban annál nagyobb jelentőséggel bír, minél nagyobb értéket képvisel [4] a kialakult értékrendszerünkben. Az egészségmagatartás megnyilvánulását a belső értékeinken túl külső hatások is befolyásolják, melyben az egyéni makro- és mikrokörnyezet [5] serkentő vagy akadályozó szerepet tölthet be.

A civilizációs (magas vérnyomás, magas koleszterinszint, elhízás, mentális kórképek) és gyakran azok szövődményeiként kialakuló betegségek (szív- és érrendszeri betegségek, 2-es típusú cukorbetegség, anyagcsere-zavarok, mozgásszervi elváltozások) megjelenése és egyre csak fokozódó jelenléte vonatkozásában az egészség megőrzése és fejlesztése az egyéni érdekeltségen túl gazdasági és társadalmi szempontból is lényeges. Az egészséges életmód két legfontosabb eleme, mint a rendszeres fizikai aktivitás és tudatos táplálkozás nem csak egy általános értelemben vett jóléthez, de számos krónikus megbetegedés [6] kialakulási esélyének csökkentéséhez is hozzájárulhat.

Ebben az egészségturizmus, mint az egészségi állapot javítását célzó ágazat hangsúlyos terület, ahol a fogyasztók relaxációs, rekreációs vagy rehabilitációs [7] céllal utaznak. Az egészségturizmus irányzatai többféleképpen jelennek meg a szakirodalomban. A wellness és gyógyturisztikai irányzat azonban, mindegyik megközelítésben, vagy egyéb irányzatokkal [7; 8; 9; 10; 11], vagy együtt [12; 13; 14; 15] kerül meghatározásra. A tanulmány az utóbbi két területre (wellness és gyógyturizmus) fókuszál, hisz annak célcsoportjai külön – külön és egymással átfedésben is vizsgálhatóak. Egyrészt a természetes gyógytényezők, mint a gyógyvíz, gyógybarlang, iszap és klíma [16] „használói” meglévő kórképek gyógyítását, azzal együtt járó panaszok csökkentését célozzák [17; 18], ám mára a folyamatosan változó trendek hatására a kereslet, a gyógytényezőket megelőző szándékkal igénybevevő önfinanszírozó réteggel is kibővült [19]. Másrészt a gyógytényezők és orvosi állapotfelmérések versenyképességnövelő megjelenése [14] a wellness turizmusban, ugyancsak a két irányzat „fogyasztóinak” összetettségét mutatja, melyben azokat betegség hiányában prevenció [20] céllal veszi igénybe. Így mind a gyógyturizmus, mind a wellness turizmus kínálata alkalmas olyan szolgáltatásokat nyújtani a vendégek számára, melyek akár az otthoni környezetben jelen lévő egészségre irányuló életmódtényezők további gyakorlására adnak lehetőséget.

Az egészség megőrzésére, fejlesztésére, valamint visszaállítására irányuló igények kielégítése a szektor kiemelt feladata, melyben a testi és lelki értelemben vett holisztikus egészségképhez [21] a kínálat bővítése is elengedhetetlen. A rohamos tempóban változó trendekhez a szolgáltatások alakítása is szükségszerű, hiszen az egészségtudatos turista esetében nem csak az egészség az érték, hanem a desztináció is, ahol ez a tudatosság mélyíthető [22]. Mert aki a mindennapjaiban e szerint éli az életét, valószínűleg szabadidős tevékenységeit is e köré szervezi.

Jelen kutatásban arra kerestük a választ, hogy akiknek az életmódját rendszeres fizikai aktivitás és egészséges táplálkozás jellemzi, úticéljaik kiválasztásában befolyásolja-e őket. A válaszok alakulásának függvényében pedig azt is feltártuk, hogy akik fentebbi tevékenységeiket utazásaik során is fenntartani kívánják, Jász-Nagykun-Szolnok megyében milyen lehetőségek állnak rendelkezésükre.

2. Módszer

A téma elméleti megalapozása szekunder információkkal, a kutatási adatgyűjtés primer, általunk összeállított kérdőívvel történt. A kérdőív kérdéseinek összeállításánál törekedtünk arra,

hogyan kérdések megválaszolására, az adatok közötti összefüggések feltárására alkalmasak legyenek. A kutatási kérdések fizikai aktivitás formájára, gyakoriságára, motivációjára, az egészséges táplálkozás minőségi és mennyiségi jellemzőire, általános egészségi állapot megítélésére, valamint ezek utazási döntéseikben való befolyásoló hatására irányultak. A kérdőív egy metrikus változó (egészségértékelés) kivételével nominális változókat tartalmaz, amely az alkalmazható módszerek lehetőségét is meghatározza. A szociodemográfiai kérdések a válaszadó nemét és életkorát tárták fel.

A statisztikai módszerek közül a nominális skálán mért változók esetén a Khi-négyzet statisztikán alapuló mutatók alkalmazhatók, illetve a korrigált standardizált eltérés, amely a keresztábrán belüli szignifikáns relációkat mutatja. A korrigált standardizált eltérés a megfigyelt és a függetlenség feltételezésével számított érték különbségének standard hibával korrigált mutatója, amelynek ha értéke legalább 2, az adott cellában szignifikáns összefüggés van a cellához tartozó ismérvváltozatok között [24].

A nominális változók és a metrikus változó közötti kapcsolat ellenőrzése variancia elemzéssel történt. A szociodemográfiai kérdések a válaszadó nemét és életkorát tárták fel. A kérdőívek feldolgozása az SPSS 28. verziójával történt

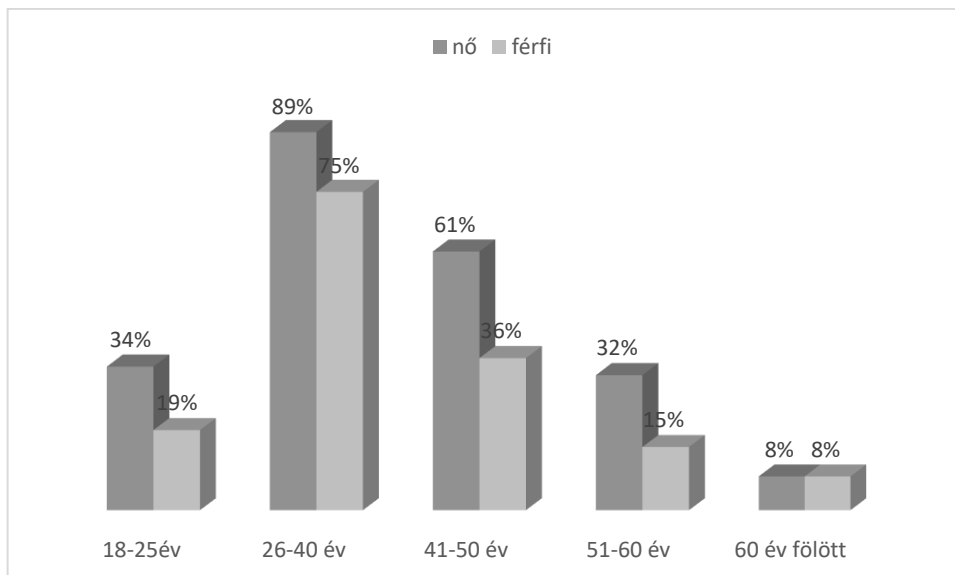
3. Eredmények

3.1. Minta összetétele

Az adatgyűjtésben a Debreceni Egyetem, Szolnok Campusának levelezős hallgatói közreműködtek. Segítségükkel a lekérdezett minta nagysága 377 fő. A kérdőívek adatainak rögzítése, ellenőrzése után a következő mintával dolgoztunk (1. ábra).

A megfelelő módszerek alkalmazása esetén elvárható, hogy hibás következtetés viszonylag ritkán forduljon elő. Megjegyzendő, hogy a statisztikai hiba nem jelent szükségképpen valamilyen tévedést, figyelmetlenséget, mivel a teljeskörű adatfelvétel is tartalmazhat hibákat.

A minta nem reprezentatív, ugyanakkor teljesíti a normális eloszlás feltételeit, így a vizsgálatokhoz, értékelésekhez a megfelelő matematikai, statisztikai módszerek alkalmazhatók.



1 ábra: minta összetétele (%)

3.2. Táplálkozás hatása az egészségértékelésre

A megkérdezettek egészségüket 1-10 közötti skálán értékelték. Ez eltér az általában használt kevesebb és páratlan számú skálától, ugyanakkor az újdonságát az adja, hogy véleményünk szerint gondolkodásra „késztette” a válaszadókat, egyrészt a hossza miatt, és a páros számokat tekintve is, mivel az átlagtól valamelyik irányba mindenképpen el kellett térni.

A skálával kapcsolatban az is megjegyzendő, hogy a mért adatok nem szükségszerűen jelentenek egyenlő távolságú fokozatokat. Ugyanakkor, elfogadható az a feltételezés, hogy a megkérdezettek a fokozatok különbségeit egyenlőnek képzelik, és így lehetséges számolási műveleteket végezni [23]. A tudatos táplálkozás elemei hatnak az egészség értékelésére. A csoportátlagok elkülönülnek egymástól így az egészségtudatos táplálkozás megjelenési formája hat az egészség értékelésének alakulására. Ez a megfigyelt mintában azt jelenti, hogy a négy elem alapján három szignifikánsan ($p < 0,05$) elkülöníthető csoport létezik: a mindennapos tudatosság; a táplálék összetételére figyelés, és a nem tudatos táplálkozás csoportjai. Az egészségértékelések ennek megfelelően csökkenő értékeket mutatnak (1.táblázat).

1. táblázat: Egészségtudatos táplálkozás megjelenési formái

Csoport	Megjelenési forma	N	Csoportátlag
1.	A hétköznapokon mindig tudatosan táplálkozok. Gyakoriságára és összetételére egyaránt figyelek.	76	7,72
	A hétköznapokon a napi étkezések gyakoriságára figyelek.	90	7,73
2.	A hétköznapokon a táplálékok összetételére figyelek.	86	7,30
3.	Nem táplálkozok tudatosan.	125	6,51
	Összesen	377	7,23

Az egészségtudatos táplálkozás célja és az egészségértékelés között hasonló a helyzet. Igaz, hogy a megkérdezettek 30%-a nem válaszolt a tudatos táplálkozás céljára, valószínűleg többségében azok, akik nem táplálkoznak tudatosan (számuk 125 fő – lsd. fentebb 1. táblázat). Esetükben mégis elkülönül három csoport. Egészségértékelésük csökkenő sorrendben: a betegségmegelőzés célú válaszadók csoportja, a testsúlycsökkentés-allergének elkerülése célú összevont csoport, és a nem tudatosan táplálkozók csoportja, akik célt nem jelöltek, és alacsonyabbra értékelték egészségüket az előző csoportoknál. Az egyéb célt a megkérdezettek közel 5%-a jelölte meg, ez alapján és értékelésük nagysága miatt sem jelentenek külön csoportot (2. táblázat).

2. táblázat: Egészségtudatos táplálkozás megjelenési formái

Csoport	Táplálkozás célja	N	Csoportátlag
1.	Betegségmegelőzés	113	7,64
2.	Testsúlycsökkentés	95	7,29
	Allergének elkerülése	32	7,31
3.	Nem válaszolt	116	6,71
	Egyéb	21	7,48
	Összesen	377	7,23

3.3. Tudatos táplálkozás megnyilvánulási formái és célja

Az egészségtudatos táplálkozás megnyilvánulási formái és az életkor összefüggéseit vizsgálva, az életkor általában nem mutat jelentős értékelhető kapcsolatot a tudatos táplálkozással ($p>0,05$). Ugyanakkor a már említett korrigált standardizált eltéréssel két kategóriában kimutatható a szignifikáns kapcsolat. A 26-40 év közöttiek jobban figyelnek a napi étkezések számára, míg az 51 és 60 év közöttiek a táplálék összetételére fordítanak figyelmet.

Az egészségtudatos táplálkozás céljának és az életkor kapcsolata esetén az előzőhöz hasonlóan a 26-40 év, valamint az 51-60 év közöttiek esetén mutatható meg, de itt már szignifikáns eredménnyel. Az előbbieket testsúlycsökkentés, az utóbbi csoport betegségmegelőzés céljával étkezik tudatosan.

A két eredmény együttes formában is értékelhető. Míg a fiatalabb korosztály mind a napjainkat átható 'testkép-trendek', mind a túlfogyasztás eredményeképpen megjelenő többlet testsúly csökkentésére törekszik (remélhetőleg megelőzés céljából is), addig az idősödő csoport már az életkorral együtt járó, az egészségi állapotban bekövetkező kóros elváltozások megelőzésére fektet nagyobb hangsúlyt.

Összességében szignifikáns kapcsolat van a két változó között ($p<0,05$), így összefüggés tapasztalható a tudatos táplálkozás megnyilvánulása és céljai (a betegségmegelőzés, allergének elkerülése, testsúlycsökkentés) között, amelynek az erőssége is mérhető. A Cramer V mutató értéke 0,542, ami közepes erősségű kapcsolatot jelent. A 3 sz. táblázatban az eredeti keresztátlából csak azok a kiemelt cellák kerültek közlésre, ahol a két változó között cellaszinten is szignifikáns kapcsolat van, tehát ahol a korrigált standardizált eltérés értéke legalább 2. Ezek a keresztátlán belüli szignifikáns relációk. A vizsgált minta 80%-át szignifikáns kapcsolat jellemzi, tehát érdemes a csoportokkal foglalkozni.

3. táblázat: Egészségtudatos táplálkozás megnyilvánulásának és céljának összefüggése

	nem választott (%)		betegség-megelőzés (%)		testsúly-csökkentés (%)		allergének elkerülése (%)	
	T*	V*	T	V	T	V	T	V
napi étkezések tudatos gyakorisága és összetétele					7,2	5,1	4,0	1,7
napi étkezések tudatos gyakorisága			11,9	7,2	8,0	6,0		
napi étkezések tudatos összetétele			10,9	6,8	8,2	5,8		
tudatosság hiánya	30,0	10,5						

*T=tényleges, *V=várható

Az új táplálkozási irányokra való nyitottság és az életkor összefüggése szintén nem ad szignifikáns ($p>0,05$) eredményt, csak a fiatalok (18-25 év között) csoportjában van kimutatható kapcsolat az újabb táplálkozási irányok felé.

A tudatos táplálkozás életkorra, megnyilvánulási formáira és céljára vonatkozóan nem minden összefüggés esetén hozott szignifikáns eredményt, de ahol ezek az eredmények kapcsolatot mutattak, a tudatosság célirányos megnyilvánulásának hatását keltették bennünk.

3.4. Tudatos táplálkozás hatása utazással kapcsolatos tényezőkre

Az adatbázis eredményeinek további vizsgálata során arra voltunk kíváncsiak, hogy a hétköznapi életben egészségtudatosságot mutató válaszadókat ezek a tényezők az utazási

döntéseikben mennyire befolyásolják. Az étkezések gyakoriságára és összetételére egyaránt figyelő csoportot mind az eltérő táplálkozási szokások, és annak a szabadidős tevékenységekkel való együttes kínálata is befolyásolja úticéljaik kiválasztásában. Akiknek a hétköznapokban az étkezések száma hangsúlyos, az eltérő táplálkozási szokások mellett a szabadidős tevékenységek választéka is meghatározó. Akiket ebben a kérdéskörben nem befolyásolt a kínálat, azok csoportja táplálkozás terén sem mutat tudatosságot. A cellánkénti kapcsolatokat mutatja a 4. táblázat. Azok a cellák jelöltek, ahol az ismérvváltozatok között szignifikáns a kapcsolat.

4. táblázat: Tudatos táplálkozás utazási döntést befolyásoló hatása

	eltérő táplálkozási szokások	eltérő táplálkozási szokások és szabadidős tevékenységek	nem befolyásol
napi étkezések gyakorisága és összetétele	*	*	
étkezések száma		*	
tudatosság hiánya			*

A tudatos táplálkozás nem csak az utazási döntést befolyásoló tényezőket alakítja, de hatással van az utazás során gyakorolt tevékenységekre is. Minél tudatosabban táplálkozóknak jelölték magukat a megkérdezettek, annál jobban elvárják, hogy ezt utazásaik során is gyakorolhassák. Ugyanakkor megjelenik az új irányzatok iránti nyitottság, és a tudatosságon túlmutató élményszerzés fontossága is. Az egészséges étkezés utazás során való fenntartása főként azok számára volt fontos, akik annak mind gyakoriságára vagy még azon túl összetételére is hangsúlyt fektettek. Új irányzatokra való nyitottság csak abban a csoportban jelent meg, ahol az étkezések száma és tartalma is jelentőségteljes. A tudatosság hiánya utazás során is inkább a pihenésre irányul. Ebben az esetben is a cellánkénti kapcsolatokat mutatja az 5. táblázat, szintén a cella jelölése mutatja az ismérvváltozatok között szignifikáns a kapcsolatot

5. Egészségtudatos táplálkozás megnyilvánulásának és az utazás során gyakorolt tevékenységek összefüggése

	tudatosság fenntartása utazás alatt	tudatosság fenntartása, nyitottság új irányzatokra	tudatosságon túlmutató élményszerzés	tudatosság hiánya, főként pihenés
napi étkezések gyakorisága és összetétele	*	*		
étkezések száma			*	
táplálék összetétele	*			

3.5. Lehetőségek az egészségtudatos táplálkozás gyakorlására Jász-Nagykun-Szolnok megyében

Az eredmények alakulása alapján felmerült bennünk, hogy megnézzük, Jász-Nagykun-Szolnok megye egészségtudatos táplálkozás területén lehetőséget kínál-e annak gyakorlására, új irányzatok kipróbálására az ideutazni kívánók számára.

Noha a kutatás fő célja, átfogóan bemutatni az egészségtudatos életmódtényezők (fizikai aktivitás, táplálkozás) hatását az utazási szokásokra, utazási döntésre, és még ha jelen tanulmányban csak a táplálkozásra korlátoztuk az eredmények bemutatását, elsősorban azokat a szálláshely szolgáltatókat tanulmányoztuk, melyek mind a fizikai aktivitás, mind a táplálkozás terén is komplex kínálatot tudnak az utazók számára nyújtani. A vizsgálatba azok a szállodák kerültek be, amelyek a szálláson kívül, étkezés, fürdő, wellness, spa, és/vagy gyógyszolgáltatásokat, valamint beltéri és/vagy kültéri sportolási lehetőségeket kínálnak a vendégek számára. A szállodák honlapja alapján informálódtunk, és az előbb felsorolt kínálatnak megfelelően 8 szálláshely került elemzésre, melyek közül az alábbi 4 ad lehetőséget arra, hogy a hétköznapokban fenntartott tudatos táplálkozási szokásokat az utazás ideje alatt is gyakorolhassák a turisták Jász-Nagykun-Szolnok megyében. A táblázatban felsorolt szállodák a hagyományos és tájjellegű ételeik mellett választékként feltüntették az átlagostól olyan eltérő táplálkozási lehetőségeket, mint az allergének jelkóddal való ellátását az étlapban, speciális étrend lehetőségét, saját ökológiai gazdaságban termesztett alapanyag felhasználását, valamint modern konyhatechnológiai eljárásokat, amelyek a tápanyagok frissességét és tápanyagtartalmát igyekeznek a lehető legmagasabb szinten megtartani (6. táblázat).

6. Táblázat: Egészségtudatos táplálkozás lehetőségei Jász-Nagykun-Szolnok Megye szálláshelyein

	Tudatos táplálkozás lehetősége				
	hagyományos, tájjellegű ételek	allergének feltüntetése az étlapon	speciális étrend figyelembe vétele	ökológiai gazdaságból származó alapanyagok	modern konyhatechnológia
Garden Hotel Wellness és Konferencia**** Szolnok [25]	*	*			*
Tisza Balneum Termál Hotel**** Tiszafüred [26]	*	*	*		
Hercegasszony Birtok, Mezőtúr [27]	*			*	*
Martfű Termál Spa*** Martfű [28]	*		*		

A szállodák honlapja alapján összeségében elmondható, hogy egyes esetekben egyáltalán nem, vagy nem egyértelmű tájékoztatást kaptunk. Az 'étterem' vagy 'gasztronómia' menüpontok alatt gyakran néhány mondatban összefoglalva olvastunk releváns leírást a konyha működéséről és

kínálatáról. Előfordult, hogy ugyan szerepelt a hagyományos ételek mellett 'nemzetközi' vagy 'modern' jelző is, azok jelentéstartalmára azonban nem tért ki a honlap erre vonatkozó része, így azok a fenti táblázatba nem is kerültek bele. Sajnos szubjektív véleményünk még az is, hogy a honlapok a részletes leírás mellett, az ételek esztétikus bemutatására sem fordítanak nagy hangsúlyt.

4. Következtetések

Az egészséges életvitel rendszert és folyamatos tudatosságot feltételez annak követőitől. Egészségesen élni azt jelenti, hogy az értékrendszer, ami meghatározza mindennapi cselekedeteinket, segít a szűkebb és tágabb környezethez való alkalmazkodásban. Az egészséges élet helyes szemléletmóddal és megfelelő magatartási szokásokkal párosulva alakítja az általános egészségi állapotot, valamint az életminőséget. Az egészségmagatartási minták, egymással összefüggésben (fizikai aktivitás, táplálkozás) jelennek meg az egészség megőrzése vagy fejlesztése céljából, a szabadidős tevékenységek pedig a fentebb említett egészségtényezőknek meghatározó részét képezik. Az egészségtudatos életmód kialakítása és gyakorlása nem csak belső értékrendszer, hanem segítő vagy akadályozó külső tényezők hatása függvényében nyilvánul meg. Az egészség megőrzése, a betegségek kialakulási esélyének csökkentése egyéni, tágabb értelemben pedig társadalmi és gazdasági szinten is hasznos. Ebben a témakörben az egészségturizmus úgy járulhat hozzá ahhoz a fentebb említett, ebben az esetben segítő külső befolyásoló közeghez, hogy sajátos eszközeit (szolgáltatások, programok) aszerint alakítja, hogy abban az egyén a hétköznapokon végzett tevékenységeit tovább gyakorolhatja.

Jelen kutatás korlátozottan, csak az egészséges táplálkozás befolyásoló hatását mutatja be. Az eredmények alátámasztották a tudatos táplálkozás megnyilvánulásának és céljának egészségértékelésre gyakorolt pozitív hatását. Azok, akik a tudatosság összetettebb formáját jelölték válaszul, egészségi állapotukat is magasabb helyen jelölték a skálán. Célját illetően a betegségmegelőzés szándékával tudatosan táplálkozóknak jelölték a legmagasabb értéket egészségi állapotuk szubjektív megítélésénél. A bevezetésben megfogalmazott kérdéseinkre is választ kaptunk. A megkérdezetteket a táplálkozással kapcsolatos beállítódásuk befolyásolja az utazási cél kiválasztásában (5. táblázat), és akik táplálkozás terén tudatosságot mutattak, igénylik annak utazás során való fenntartását, valamint egyes esetekben új irányzatok felé is nyitottak. A vizsgálati eredmények arra is rávilágítottak, hogy erre Jász-Nagykun-Szolnok megyében a honlapok alapján való tájékozódás alapján csekély lehetőségük van. Pedig a szálláshelyszolgáltatók versenyképességét véleményünk szerint növelné, ha a táplálkozás terén megjelenő új trendek, vagy a manapság sajnos egyre nagyobb méreteket öltő ételallergia miatt a megszokottól eltérő étkezésre kényszerülő vendégek számára is kedvező ajánlatot állítanának össze.

Kiugrást jelenthet a megye turizmusa számára a 3,5 hektáron épülő, kapuit 2024-ben megnyitni tervező Riverstone hotel és wellness fürdő****[30;31], ami megújuló energiaforrások felhasználása mellett a szolgáltatásait a „holisztikus” szemlelet alapján alakítja ki. Bízunk abban, hogy igazodva a változó igényekhez ez úgy jelenik majd meg a kínálatban, hogy mind a vendégek aktív vagy passzív kikapcsolódásuk, mind az ide utazó sportolók itt tartózkodásuk alatt is folytathatják tudatos étrendjüket.

Irodalomjegyzék

- [1] Kósa K. (2006): Lehetőségek a jó egészségi állapot megőrzésére. A megelőzés és az egészségfejlesztés. In: Barabás K.(szerk): Egészségfejlesztés – Alapismeretek pedagógusok számára, Medicina Könyvkiadó, Budapest, p.45-49. ISBN: 9632260341
- [2] Gritz A.né (2007): Az egészségfejlesztés kompetenciái a 21. században, Egészségfejlesztés, 48. 3. pp.12-14.
- [3] Fritz P. (2009): A sport mint életmód, In: Szatmári Zoltán (szerk.): Sport, életmód, egészség, Akadémia Kiadó, Budapest, 849-857. ISBN: 9789630586535

- [4] Meleg CS. (2002): Iskolai egészségnevelés: a feladat újrafogalmazása, Magyar Pedagógia, 102. 1. 11-29.
- [5] Forray J. (2002): A magánélet és az egészség kultúrája, Dialóg Campus Kiadó, Budapest-Pécs, 17. ISBN: 0609002850295
- [6] Panyor Á. (2019): A táplálkozás és civilizációs betegségek kapcsolata, Jelenkori társadalmi és gazdasági folyamatok, XIV. 2. pp. 99–107
- [7] Müller, H., Kaufmann, E. L. (2000) Wellness Tourism: Market Analysis of a Special Health Tourism Segment and Implications of the Hotel Industry. Journal of Vacation Marketing, 1. pp. 5–17
- [8] Országos Egészségturizmus Fejlesztési Stratégia (2007), Az önkormányzati és területfejlesztési minisztérium turisztikai szakállamtitkársága megbízásából <http://2010-2014.kormany.hu/download/b/8e/20000/Egeszsegturizmusstrategia.pdf#!DocumentBrowse> [letöltve:2016.11.09.]
- [9] Málóvics J., Málóvics É. (2009): Szervezeti kultúra és kompetenciák az egészséguturizmusban: elméleti modellek és empirikus kutatási lehetőségek In.: Hentesi E. Majó Z. – Lukovics M. (szerk.): A szolgáltatások világa, JATEPress, Szeged, pp.108-126.
- [10] Kincses Gy., Borbás I., Mihalicza P., Varga E., Udvardy E. (2009): A gyógyturizmus tendenciái a világban. Egészségügyi Gazdasági Szemle, 5. pp.33-37.
- [11] Printz-Markó E. – Albert Tóth A. (2018): Az egészséguturizmus fogalomrendszerének modellezése kiválasztott nyugat-dunántúli fürdőtelepülések mintáján keresztül, Polgári Szemle, 14.(1-3) pp. 205–220., DOI: 10.24307/psz.2018.0816
- [12] Smith M., Puczkó L. (2008): Egészségturizmus: gyógyászat, wellness, holisztika. Akadémia Kiadó, Budapest, 24.
- [13] Péntes E., Priszinger K. (2009): Az egészséguturizmus hazai marketingtevékenységének bemutatása honlap-elemzés alapján – A gyógyvizek szerepe, A Miskolci Egyetem Közleménye, A sorozat, Bányászat, 77. 197-200.
- [14] Molnár Cs. (2011): Az egészséguturizikai fejlesztések hatásai, különös tekintettel Kelet-Magyarországra, Doktori (PhD) Értekezés, Széchenyi István Egyetem, Regionális és Gazdaságtudományi Doktori Iskola, Győr
- [15] Árpási Z. (2014): Wellness turisztikai szolgáltatások fejlesztésének lehetőségei a Dél-Alföldi régióban, Doktori értekezés, Szent István Egyetem Gödöllő Gazdaság- és Társadalomtudományi kar, Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola, Gödöllő, 11-39.
- [16] Hojocska Á.E., Szabó Z. (2021): Investigating natural treatment factors and inequalities of medicinal water institutions in the aspect of tourism in Hungary, GeoJournal of Tourism and Geosites, XIV. 36. pp. 555-562 DOI: 10.30892/gtg.362spl01-683
- [17] Sörös A. (2009): Az egészséguturizmussal összefüggő életminőség egyes elemeinek vizsgálata Hajdú-Bihar megyében, Economica, A Szolnoki Főiskola Tudományos Közleményei Különszám, pp.78-89.
- [18] Doba Sz., Zsigmond E. (2013): Gyógy? Wellness? Spa? – Terminológiai útvesztő az egészséguturizmusban, Ekonomické štúdie - teória a prax. International Research Institute, Komárno, pp.466- 474.
- [19] Hustiné dr. Béres K. (2011): Fürdők és az egészséguturizmus közgazdaságtana, Szent István Egyetem, Széchenyi Terv, Nemzeti Fejlesztési Ügynökség, Budapest p.31
- [20] Amberg N. (2021): A gyógyfürdőkre és balneo kozmetikumokra irányuló vásárlói és fogyasztói magatartás kvalitatív vizsgálata a Közép-magyarországi régióban saját modell fejlesztésén keresztül, Régió kutatás Szemle, VI.évf, 2.sz. pp.118-130. DOI:10.30716/RSZ/21/2/12
- [21] Dini, M., Pancarelli, T. (2022): Wellness tourism and the components of its offer system: a holistic perspective, Tourism Review, 77. 2. pp.394-412. DOI:10.1108/TR-08-2020-0373
- [22] Mátó Veronika (2019): Pedagógiai módszerek a korszerű egészségnevelés szolgálatában. In: Az egészség az életünk tartópillére: Egészségtanácsadási kézikönyv. Szegedi Egyetemi Kiadó, Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó, Szeged, pp. 133-137. ISBN 9786155946066
- [23] Sajtos L., Mitev A. (2007): SPSS kutatási és adatelemzési kézikönyv, Alinea Kiadó, Budapest, pp.139-151
- [24] Borgotta, E.F., Bohrnstedt, G.W. (1980): *Level of measurement – once over again*. Sociological Methods and Research, 9.2. pp. 147-160.
- [25] Garden Hotel**** Wellnes és Konferencia, <http://www.gardenhotel.hu/a-hotelrol/etterem.html> 2022. 05. 08.
- [26] Hercegasszony Birtok Wellness & Garden <https://hercegasszony.hu/irene-bisztró> 2022.05.08.
- [27] Martfű Termál Spa, <https://martfuspa.hu/hu/etlap> 2022. 05.08.
- [28] Tisza Balneum Termál Hotel, <https://balneum.hu/hotel/etterem/> 2022. 05. 08.
- [29] Négycsillagos szálloda alapkövét tették le Szolnokon http://turizmusonline.hu/tt_szalloda/cikk/negycsillagos_szalloda_alapkovet_tettek_le_szolnokon 2022. 05. 08.
- [30] 155 szobás, négycsillagos "zöld" hotel épül Szolnokon: <https://turizmus.com/szallashely-vendeglatas/155-szobas-negycsillagos-zold-hotel-epul-szolnokon-1179887> 2022. 05. 08.