

БАД - за и против

Петюшик Полина Анатольевна, Мисун Кристина Олеговна

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

*Научный(-е) руководитель(-и) – кандидат медицинских наук, доцент **Копать Тереза Тадеушевна**, Белорусский государственный медицинский университет, Минск*

Введение

Здоровье человека во многом определяется степенью обеспеченности организма энергией и целым рядом питательных веществ. Особенно это актуально для лиц молодого возраста, питание которых зачастую не восполняет их потребность в витаминах и микроэлементах. Традиционно считается, что одним из способов решения проблемы несбалансированности питания является дополнительное употребление биологически активных добавок.

Цель исследования

Изучить отношение потребителей молодого возраста к БАД к пище и их способности оказывать эффект на организм.

Материалы и методы

Проведено анкетирование группы людей в возрасте от 18 до 24 лет. Анкета содержит в себе 15 вопросов, касающихся различных сторон потребления биологически активных добавок, а так же оценку их эффективности и появления побочных эффектов.

Результаты

Всего в исследовании приняли участие 135 респондентов в возрастной категории от 18 до 24 лет. Анализу подверглись только те анкеты, в которых было указано, что потребитель знаком с понятием БАД (118 респондентов). Из респондентов, положительно ответивших на вопрос о применении БАД, 59% составляют девушки. Положительное отношение к БАД высказало только 33,3% молодых людей, отрицательное – 8,3%, остальные затруднились ответить. Частота приобретения БАД невысока – только 1,7% опрошенных приобретают их постоянно, 55,9% - редко или при необходимости, а 42,4% вообще никогда этого не делали. Основная цель приобретения – общее укрепление здоровья (40%). Положительный эффект от применения БАД отметили у себя 26,3% юношей и девушек, 16,1% оценили их как неэффективные.

Выводы

1. Среди молодежи отмечается низкий процент отрицательного отношения к БАД.
 2. Подавляющее большинство респондентов, потребляющих БАД – девушки, в основном с целью общего укрепления здоровья.
 3. Юноши приобретают БАД достаточно редко. Чаще всего в качестве дополнительного источника витаминов и микроэлементов.
- 