

Тимашков С. И., Лойко Д. В.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ КУРСАНТОВ-МЕДИКОВ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Дорошевич В. И.

Кафедра военной эпидемиологии и военной гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Фактическое питание оказывает непосредственное влияние на формирование здоровья человека, состояние его функциональных и адаптационных возможностей. Имеется много публикаций результатов исследования фактического питания детей и подростков, студентов различных высших учебных заведений, в том числе медицинских. Изучалось и оценивалось состояние питания курсантов военной академии, что же касается курсантов-медиков, то среди них таких исследований не проводилось.

Цель: гигиеническая оценка состояния фактического питания курсантов военно-медицинского факультета.

Материалы и методы. Объектом исследования являлись курсанты военно-медицинского факультета, питающиеся в столовой общепита. Фактическое питание изучалось и оценивалось по меню столовой, для определения используемых продуктов при приготовлении готовых блюд руководствовались «Сборником рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания всех форм собственности» (Минск, 1999 г.). Определения основных макро- и микронутриентов в рационах питания использовался расчетный метод по таблицам химического состава с учетом потерь при кулинарной обработке. Энергетические затраты курсантов определялись хронометражно-расчетным методом.

Результаты и их обсуждение. Питание курсантов организовано в студенческой столовой общепита, 3-х разовое, без учета нормы общевоинского пайка, по которой должны питаться курсанты. В выходные дни (суббота и воскресенье) организовано 2-х разовое питание (обед совмещен с ужином). Анализ планируемых готовых блюд по меню показал, что курсанты не получают творог и творожные изделия, не выдается ежедневно молоко (только 3 раза в неделю) и рыба (1 раз в неделю). В рацион питания планировалось недостаточное количество картофеля, капусты и твердого сыра.

По химическому составу пищевой рацион характеризовался повышенным содержанием жиров, имело место неоптимальное соотношение по абсолютному количеству белков, жиров и углеводов (соотношение 1:1,4:3,3). Отмечалось недостаточное количество белков, углеводов, кальция и магния. Ниже физиологических потребностей содержалось в рационе витаминов: А (на 42 %), В₂ (на 43 %), РР (на 19 %) и С (на 47 %).

Среднесуточная энергетическая ценность потребляемого рациона составляла от 3150 до 3300 ккал, при этом энергетические затраты курсантов колебались от 3450 до 3650 ккал в сутки. Установлен энергетический дисбаланс, свидетельствующий о превышении расходной части энергии над энергией, поступающей с фактическим рационом питания.

Выводы. Фактическое питание курсантов организовано не в соответствии с утвержденной продовольственной нормой, что не позволяет разнообразить ассортимент планируемых готовых блюд. Среднесуточный рацион питания не обеспечивает энергетическую и нутриентную адекватность организма.