

Якунина М. А.

ОЦЕНКА МОТИВАЦИИ ГРАЖДАН К ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ, КАК ЭЛЕМЕНТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Абумуслимова Е. А.

*Кафедра общественного здоровья, экономики и управления здравоохранением
ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И. И. Мечникова Минздрава России, г. Санкт-Петербург*

Актуальность. На протяжении последних десятилетий происходит увеличение значимости хронических неинфекционных заболеваний как основной причины смертности и инвалидизации населения. Основной целью федерального проекта «Укрепление общественного здоровья», входящего в национальный проект «Демография», является мотивирование граждан Российской Федерации к ведению здорового образа жизни, что позволит, в том числе, предупредить возникновение и распространенность заболеваний, обусловленных неполноценным и несбалансированным питанием.

Цель: оценить уровень мотивации населения к организации здорового питания, как элемента здорового образа жизни.

Материалы и методы. Было проведено медико-социологическое исследование согласно специально разработанным программам сбора данных. Математические закономерности выявлялись с помощью адекватных параметрических статистических методов с оценкой достоверности полученных результатов с использованием программы Microsoft Office Excel 2007.

Результаты и их обсуждение. Медико-социологическое исследование, проведенное среди 158 жителей нескольких субъектов РФ показало, что большинство граждан (62,7%) интересуется информацией о ведении здорового образа жизни. В то же время вообще не интересуются подобной информацией - 20,2% опрошенных. Около 17% респондентов уверены, что знают все необходимое о принципах здорового образа жизни. При ответе на вопрос придерживаются ли они принципов здорового питания, только 18,7% граждан ответили утвердительно и почти четверть (23,9%) дали отрицательный ответ, половина респондентов (44,5%) лишь иногда соблюдают правильный режим питания. Полученные данные свидетельствуют, что 12,9% респондентов не знакомы с принципами здорового питания. Проведенное исследование показало, что ежедневное употребление свежих фруктов и овощей характерно только для 58,2% граждан, остальные употребляют фрукты и овощи не чаще 1-3 раз в неделю. Полученные данные свидетельствуют о довольно благоприятной ситуации с потреблением мяса и мясных продуктов населением: более половины респондентов (55,7%) потребляют мясо ежедневно и более трети (36,1%) несколько раз в неделю. Практически такое же соотношение в группах было определено при оценке потребления молока и молочных продуктов (46,8% и 36,1% соответственно). На вопрос о регулярности употребления рыбы 39,2% граждан указали на регулярное наличие этих продуктов в их рационе (1-3 раза в неделю), но практически такая же доля респондентов (38,0%) отметила употребление не чаще 1-2 раз в месяц. Результаты опроса свидетельствуют, что доля респондентов, не добавляющих сахар в чай или кофе, составила почти половину (43,1%). При этом доля женщин, добавляющих 2-3 ложки сахара в напиток, составила 24,7%, а мужчин – 66,2%. Значительная доля респондентов (39,9%) указала, что практически не употребляют в пищу фаст-фуд.

Выводы. Таким образом, изучение уровня мотивации населения к ведению здорового образа жизни, выявило средний уровень заинтересованности граждан (62,7%). Принципов здорового питания придерживаются лишь 18,7% граждан, менее половины делают это нерегулярно. Полученные данные свидетельствуют о довольно регулярном потреблении гражданами мяса и мясных продуктов, молочных продуктов. Анализ употребления рыбы и рыбных продуктов свидетельствует о практически равных долях, употребляющих этот продукт регулярно и крайне редко. Также установлено, что мужчины в большей степени склонны к употреблению «простых» углеводов.