

Гигиеническая оценка продуктов, содержащих гидрогенизированные жиры

Лой Юлия Валерьевна

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Научный(-е) руководитель(-и) – кандидат биологических наук, доцент Замбржицкий Олег Николаевич, Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Введение

Транс-жиры (гидрогенизированные жиры) - разновидность ненасыщенных жиров, у которых углеводородные заместители в молекуле располагаются по разные стороны двойной связи «углерод-углерод». Они активно применяются в изготовлении продуктов для улучшения вкуса и товарного вида, позволяют увеличить сроки хранения.

Цель исследования

Провести анализ содержания продуктов в рационе питания студентов с повышенным содержанием трансизомеров жирных кислот.

Материалы и методы

Фактическое питание студентов, набор продуктов и блюд столовых, кафе и буфетов университета исследовали с помощью разработанных нами анкет. Для статистической обработки данных использовали пакет программ Microsoft Office Excel.

Результаты

Установлены факторы риска здоровья, связанные с потреблением продуктов с повышенным содержанием гидрогенизированных жиров, в том числе и в местах общественного питания. Студенты старших курсов более осведомлены о вреде транс-жиров и их влиянии на здоровье людей в связи с преподаванием предмета диетология.

Выводы

1 В местах общественного питания необходимо расширить ассортимент продукции за счет овощных, молочных блюд и продуктов. 2 На лекциях и практических занятиях по общей гигиене необходимо давать дополнительную информации о вреде транс-жиров в питании.