

Белковая и витаминная обеспеченность военнослужащих срочной службы

Адашкевич Александр Григорьевич

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Научный(-е) руководитель(-и) Белоногов Игорь Анатольевич, Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Введение

Питание играет важную роль в обеспечении оптимального роста и развития организма, его трудоспособности, адаптации к различным факторам окружающей среды. Фактическое питание молодых людей 18–25-летнего возраста в нашей республике изучалось в средних специальных и высших учебных учреждениях. В меньшей степени изучено фактическое питание военнослужащих срочной службы, их белковая и витаминная обеспеченность.

Цель исследования

Гигиенический анализ и оценка белковой и витаминной обеспеченности военнослужащих срочной службы.

Материалы и методы

Объектом исследования явились военнослужащие различного срока службы, по нормам общевоинского пайка. Белковую и витаминную обеспеченность оценивали по анализу раскладок продуктов с использованием таблиц химического состава, а также по экскреции общего азота, креатинина и витаминов с мочой. Креатинино-ростовой индекс рассчитывался путем отношения фактической экскреции креатинина с мочой (мг/сутки) к биохимической константе креатинина у человека такого же роста, выраженного в процентах.

Результаты

Полученные результаты исследования свидетельствуют о том, что фактическое потребление белков военнослужащими составляет в среднем 110 г/сутки, на долю белков животного происхождения приходится 38 %. В среднем на 1 кг массы тела военнослужащего потребляется 1,68 г белка в сутки, что указывает на достаточное его количество. По результатам креатинино-ростового индекса среди лиц с оптимальным статусом питания у 70 % обследованных развитие мускулатуры соответствовало стандартным значениям. У военнослужащих с повышенным и избыточным статусом питания таковых зарегистрировано лишь в 25 % случаев. В потребляемой военнослужащими пище витамина А содержится всего 0,32 мг. В основном обеспечение организма военнослужащих данным витамином обеспечивается за счёт β -каротина (3,4 мг). В рационе военнослужащих меньше рекомендуемых норм таких витаминов как рибофлавин (на 16,8 %), ниацин (на 17,6 %). Экскреция же с мочой витаминов в целом характеризуют адекватность их рекомендуемым нормам потребления. Тем не менее, отношение аскорбиновой кислоты к общему азоту является не оптимальным.

Выводы

1. Уровень среднесуточного потребления военнослужащими белков и витаминов в целом соответствует физиологическим потребностям организма. 2. Имеет место несколько сниженный уровень (на 17%) обеспеченности белками животного происхождения, которые являются более сбалансированными по аминокислотному составу.