

Химический состав и энергетическая ценность рационов детей дошкольного возраста с ожирением

Мишукова Татьяна Александровна

Пермский государственный медицинский университет, Пермь

Научный(-е) руководитель(-и) – кандидат медицинских наук, доцент Лир Дарья Николаевна, Мишукова Татьяна, Пермский государственный медицинский университет, Пермь

Введение

В настоящее время ожирение относится к числу самых распространенных хронических заболеваний. По данным отечественных исследователей, распространенность ожирения у детей 5-7 лет составляет 13%. При наличии генетической предрасположенности к ожирению одним из эпигенетических факторов является характер фактического питания.

Цель исследования

Дать гигиеническую оценку химического состава и энергетической ценности рационов детей дошкольного возраста с ожирением.

Материалы и методы

Объектом исследования явились дети дошкольного возраста с диагнозом первичное экзогенное (алиментарное) ожирение, которые проходили амбулаторное лечение в поликлиниках г. Перми. В наблюдение включены дети в возрасте 5-7 лет ($n=40$, в т.ч. 24 мальчика), проживающие в г. Перми не менее 3-х лет. Изучение индивидуального фактического питания производили методом частотного анализа с использованием компьютерной программы «Анализ состояния питания человека». Оценка выполнена согласно действующим рекомендациям. Результаты представлены как среднее арифметическое и ошибка среднего ($M \pm m$).

Результаты

В ходе исследования было установлено, что у детей с ожирением среднесуточная энергетическая ценность рационов составила $2769,3 \pm 60,9$ ккал, что на 54% выше норм физиологической потребности (НФП). Содержание основных пищевых веществ также превышает возрастные нормы: белков – на 61% ($87,1 \pm 1,9$ г), жиров – на 59% ($95,2 \pm 2,7$ г) углеводов – на 50% ($391,2 \pm 12,5$ г). В структуре общих жиров выявлен значительный избыток насыщенных жирных кислот, содержание которых в 2,5 раза ($49,7 \pm 2,9$ г) превышает НФП, что приводит к увеличению атерогенных липопротеидов крови. В структуре общих углеводов моно- и дисахара в 4,3 раза ($195,3 \pm 10,4$ г) выше рекомендуемых значений. При этом уровень потребления пищевых волокон, роль которых известна в выведении избыточного количества жирных кислот, низкий (10,8 г при норме 20 г). Основной вклад в суточную калорийность вносят углеводы (56,5%), а также жиры (30,9%) и белки (12,6%), что является оптимальным для здоровых детей, но не рекомендуемым с учетом имеющегося заболевания. Более того, оценка соотношения макронутриентов также свидетельствует об избытке углеводного компонента (1:1,1:4,5), доля которых должна быть снижена.

Выводы

Химический состав и энергетическая ценность рационов детей дошкольного возраста с ожирением значительно превышают НФП. Выявлен избыток энергии на 54% за счет всех макронутриентов, значение которых превышено в среднем на 57% при дефиците пищевых волокон.