

Белько А.А., Анслан А.А.

ИЗУЧЕНИЕ КОНСЕРВАНТОВ КАК ФАКТОРА РИСКА ЗДОРОВЬЮ СТУДЕНТОВ

Научный руководитель: ст. преп. Сергеева Ю.А.

Кафедра радиационной медицины и экологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В связи с быстрым ритмом жизни человек стремится экономить свое время, в том числе время, затраченное на приготовление и употребление пищи. В продуктовых магазинах трудно найти изделия, на упаковках которых не встречался бы знак «Е», обозначающих наличие в продукте той или иной пищевой добавки. Применение таких пищевых добавок, как консерванты (промаркированы с E200 по E299), необходимо в промышленности для затруднения жизнедеятельности микроорганизмов в продуктах, что удлиняет сохранение их качества, но с другой стороны канцерогенный эффект от них давно научно доказан.

Цель: выявить степень осведомлённости студентов о влиянии консервантов на состояние здоровья; изучить отношение студентов к употреблению в пищу продуктов с консервантами в составе; сделать вывод о целесообразности применения таких пищевых добавок, как консерванты, в пищевой промышленности и о возможности их негативного воздействия на здоровье человека.

Материалы и методы. Обращение к литературным источникам позволило структурировать общие сведения о пищевых добавках и консервантов и произвести анализ их влияния на организм человека. Социологические и статистические методы были использованы для того, чтобы оценить интерес людей к нашей теме и получить фактическую информацию об осведомленности студентов о влиянии пищевых добавок на состояние здоровья и об их отношении к употреблению продуктов питания, содержащих в составе различные пищевые добавки.

Результаты и их обсуждение. В нашем опросе приняли участие 75 студентов в возрасте от 17 до 23 лет, среди которых 60% - в возрасте 19 лет. Студентам было предложено провести самооценку своих знаний: 88% ответили, что знают, что такое консерванты; 56% - знают, как консерванты влияют на здоровье человека. Было выявлено, что 66,7% респондентов активно обращают внимание на состав покупаемой ими продукции, что свидетельствует об их заинтересованности в качестве употребляемых продуктов и наличии в них пищевых добавок. Студентов попросили оценить, насколько часто те питаются в ресторанах быстрого питания: 42,7% прибегают к употреблению фастфуда реже одного раза в месяц; 44% - несколько раз в месяц. Также была проведена оценка такого параметра как частота употребления в пищу чипсов, сухариков, лапши быстрого приготовления и т.п.: 38,7% обращаются к такой еде реже одного раза в месяц; 44% - несколько раз в месяц. Судя по результатам опроса, только 10,7% опрошенных употребляют горячие блюда 3 раза в день; 45,3% - 2 раза в день; 26,7% - 1 раз в день; 17,3% питаются горячими блюдами не каждый день. Что касается состояния здоровья опрошенных, 58,7% респондентов отметили наличие у них проблем с пищеварением, состоянием кожных покровов; у 10% также наблюдаются пищевые аллергические реакции.

Выводы: подводя итог, использование и употребление консервантов в современной пищевой промышленности практически неизбежны в повседневной жизни студента. Поэтому очень важно повышать уровень знаний и общей осведомленности о вероятности нежелательных последствий для организма.

Согласно результатам проведенного опроса, подавляющее большинство (88%) респондентов имеют представление о понятии консервантов, однако не все они (а лишь 56%) обладают качественными знаниями о воздействии употребления консервантов на здоровье человека. Выявлено, что отношение студентов к консервантам различается: 49,3% студентов, прошедших опрос, считают, что их употребление представляет реальную угрозу состоянию их здоровья; 50,7% - находят консерванты безвредными.