

*Прокопчик Е.А., Малостева Е.В.*

## **РОЛЬ ПЕРЕРАБОТАННОГО МЯСА В РАЦИОНЕ ЧЕЛОВЕКА**

*Научный руководитель: ассист. Полещук А.Ю.*

*Кафедра общей гигиены*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Мясо занимает в рационе человека важную роль как источник животного белка, микроэлементов (витамины группы В, железо, цинк). За последние 5 лет потребление мяса и мясопродуктов на душу населения в Беларуси возросло на 10.5%, на мясо крупного рогатого скота приходится 26.5% структуры производства мяса. Такие способы промышленной переработки мяса как копчение, сыровяление, маринование, соление и др. используются для продления сроков хранения и усиления вкуса, а в сочетании с относительно невысокой стоимостью положительно влияют на спрос таких мясных продуктов среди населения страны.

**Цель:** определить роль переработанного мяса в рационе человека.

**Материалы и методы.** Для получения информации о роли переработанного мяса в рационе человека была разработана анкета, которая включала вопросы о содержании в ежедневном рационе питания мясных продуктов, в частности мяса с промышленной переработкой. Также определена частота встречаемости тех или иных мясных продуктов в рационе. Для анкетирования была создана Google Форма. В анкетировании приняли участие 159 респондентов (107 девушек и 52 юноши) в возрасте старше 17 лет. Результаты анкетирования были подвергнуты статистической обработке с определением относительных показателей.

**Результаты и их обсуждение.** На основании полученных данных установлено, что 63.5% (101 человек) опрошенных чаще употребляют мясо с промышленной переработкой, нежели без таковой. Ежедневно колбасу употребляют 11.3% (18 человек), 1-3 раза в неделю – 5% (8 человек), 1-3 раза в месяц – 42.8% (68 человек), 1-3 раза в год – 3.8% (6 человек), никогда – 5.7% (9 человек). Сосиски ежедневно употребляет 2.5% (4 человека), 1-3 раза в неделю – 27% (43 человек), 1-3 раза в месяц – 54.7% (87 человек), 1-3 раза в год – 12.6% (20 человек), никогда – 3.1% (5 человек). Ветчину ежедневно употребляет 3.1% (5 человек), 1-3 раза в неделю 18.2% (29 человек), 1-3 раза в месяц – 56.6% (90 человек), 1-3 раза в год – 17% (27 человек), никогда – 5% (8 человек). Бекон ежедневно не употреблял никто из опрошенных, 1-3 раза в неделю – 4.4% (7 человек), 1-3 раза в месяц – 23.3% (37 человек), 1-3 раза в год – 34.6% (55 человек), никогда – 37,7% (60 человек). Копченое мясо ежедневно не потреблял никто из опрошенных, 1-3 раза в неделю – 11.3% (18 человек), 1-3 раза в месяц – 38.4% (61 человек), 1-3 раза в год – 36.6% (58 человек), никогда – 13.8% (22 человека).

**Выводы:** результаты проведенного анкетирования свидетельствует о преобладании мяса с промышленной переработкой над мясом без таковой в рационе питания человека.

В рационах отмечается широкое разнообразие промышленно переработанных мясных продуктов.