

Валаханович Т. Н., Болдина Н. А.

АНАЛИЗ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Белорусский государственный медицинский университет

Среди множества факторов, имеющих особое значение для гармоничного роста, оптимального физического и нервно-психического развития детей, обеспечения должной устойчивости к действию неблагоприятных факторов окружающей среды важнейшая роль принадлежит адекватному, рациональному питанию.

Характер питания в раннем детстве накладывает отпечаток на дальнейшее развитие и состояние здоровья человека, т. к. именно в этом возрасте формируется определенный стереотип пищевого поведения, закладываются типологические особенности метаболизма взрослого [1].

Правильно организованное, рациональное питание с учетом возрастных особенностей растущего организма является залогом здоровья взрослого человека. Даже незначительный дисбаланс фактического питания может сопровождаться формированием функциональных отклонений, преморбидных и патологических состояний. Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно-приспособительных механизмов детского организма, предрасполагает к развитию аллергических реакций, росту болезней системы пищеварения, может стать причиной нарушений обмена веществ и развития сопутствующих патологий [2]. В дошкольном возрасте это может проявляться торможением роста и развития ребенка, частыми простудными и инфекционными заболеваниями.

Полноценное питание предусматривает регулярное поступление в организм необходимых ему макро- и микронутриентов в достаточных количествах и в оптимальных соотношениях. Именно сбалансированное, полноценное питание лежит в основе гармоничного роста, оптимального физического и нервно-психического развития детей, должной устойчивости к действию неблагоприятных факторов окружающей среды [3].

Целью работы явилась оценка состояния здоровья дошкольников в связи с характером их питания

Материалом исследования послужили бухгалтерские накопительные ведомости на протяжении календарного 2010 года 10 учреждений дошкольного образования пяти районов г. Минска.

Задачи исследования предусматривали анализ годовой динамики нутриентной обеспеченности рациона питания и оценку его адекватности фи-

зиологическим потребностям детей, определение уровня физического развития и оценку состояния здоровья детей в связи с характером их питания.

Объект исследования: 234 воспитанника дошкольных учреждений в возрасте 4–6 лет, из которых 52 % мальчики и 48 % — девочки.

Проводились антропометрические измерения с дальнейшим определением уровня физического развития (индекс массы тела), выкопировка данных о заболеваемости из первичной медицинской документации с последующей оценкой состояния здоровья (анализ общей заболеваемости и ее структуры по нозоформам, определение уровня неспецифической резистентности, распределение детей на группы здоровья). Диагностика признаков недостаточности питания осуществлялась путем анкетирования родителей обследуемых детей. Гигиеническая оценка фактического питания дошкольников проводилась путем анализа бухгалтерских накопительных ведомостей за календарный 2010 год.

Результаты исследований. Преобладающее большинство обследованных дошкольников (71 %) имеет II группу здоровья (рис. 1). Дети с хроническими заболеваниями в стадии компенсации (III группа здоровья), а также абсолютно здоровые составили примерно равнозначные по количеству группы.

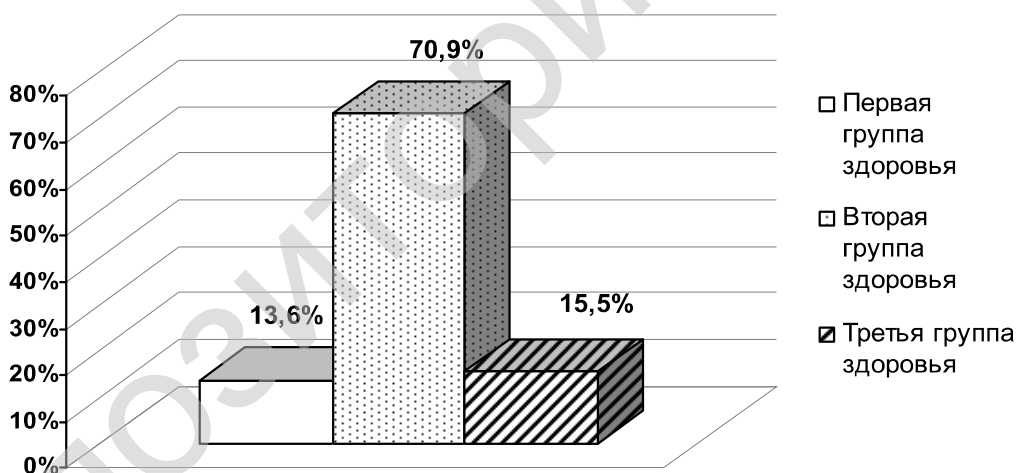


Рис. 1. Структура распределения дошкольников по группам здоровья

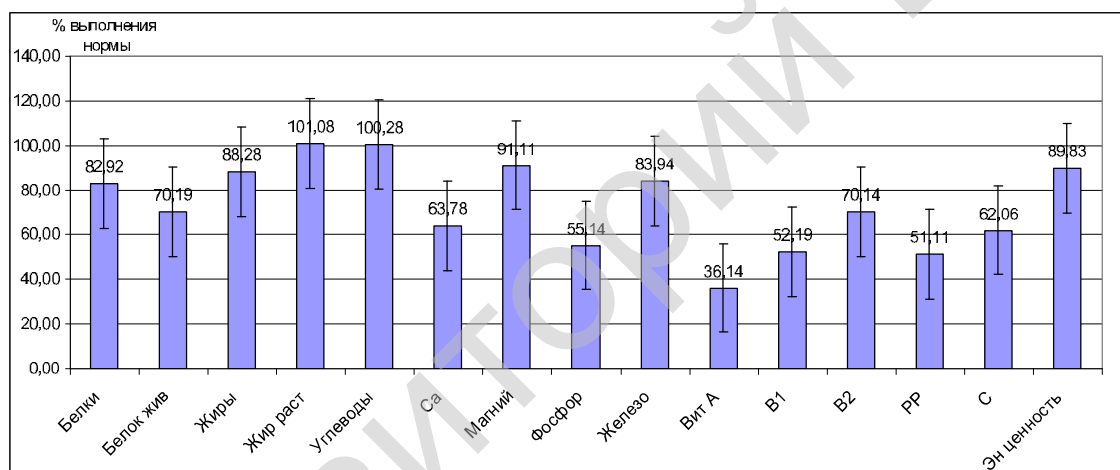
При анализе острой заболеваемости выявлено, что основной вклад (74,9 %) в формирование острой годовой заболеваемости дошкольников вносят острые респираторно-вирусные инфекции.

В структуре хронической патологии 4–6-летних детей лидирующие позиции занимают болезни органов дыхания (28,7 %) и опорно-двигательного аппарата (24,9 %). Заболевания органов пищеварения составили 11,4 %, системы кровообращения — 10,8 %, кожи — 6,8 %. В ходе иссле-

дования было установлено, что у многих детей, несмотря на достаточно ранний возраст, имеется полиорганная патология.

Уровень физического развития представляет собой важнейший индивидуально-ориентированный критерий оценки реакции организма на изменения характеристик окружающей среды, является чрезвычайно чувствительным индикатором социального благополучия детского и подросткового населения, адекватно отображает особенности образа жизни, в т. ч. и характера предшествующего питания. Оценка физического развития проводилась по значению индекса массы тела. Полученные данные позволяют отметить, что около 61 % обследованных дошкольников имеют среднее гармоничное физическое развитие. У 8 % детей выявлена избыточная масса тела и, как следствие, дисгармоничный уровень физического развития. Около трети обследованных респондентов характеризуется дисгармоничностью физического развития за счет дефицита массы тела.

Для выявления основных тенденций поступления макро- и микронутриентов с пищей проанализированы бухгалтерские накопительные ведо-



мости учреждений дошкольного образования пяти районов города Минска в период за календарный 2010 г.

В результате проведенного анализа за указанный период было выявлено недостаточное несбалансированное по основным питательным веществам фактическое питание детей организованных коллективов.

При анализе среднегодовой нутриентной, минеральной, витаминной и энергетической обеспеченности суточных рационов питания дошкольников г. Минска выявлено преимущественно их недостаточное поступление (рис. 2). Так, в рационах питания дошкольников на протяжении календарного года среднесуточное содержание белков составляло 82 %, жиров — 89 % от должного уровня. Наряду с этим регистрировалось несколько избыточное потребление углеводов.

Рис. 2. Физиологическая полноценность среднесуточного рациона питания дошкольников на протяжении 2010 года

Выявлено невыполнение физиологических норм питания по большинству основных, необходимых растущему организму, минеральных веществ и витаминов. Приближение к оптимальному уровню потребления достигается только по магнию.

Наименьшее среднегодовое поступление с продуктами питания в исследуемых учреждениях дошкольного образования отмечено по витамину А. Его содержание составило менее $\frac{1}{2}$ от рекомендуемой физиологической величины (36 %). Отмечается выраженный недостаток в рационах питания дошкольников содержания фосфора (55 %), витамина В₁ (52 %), витамина РР (51 %), кальция (64 %) и витамина С (62 %).

Таким образом, статус питания у преобладающего большинства обследованного контингента детей (абсолютно здоровые дети, имеющие I группу здоровья, составили лишь 13 %) характеризуется как недостаточный и представлен всеми его формами: неполноценный, преморбидный и морбидный, что подтверждается наличием более чем у 30 % обследованных дисгармоничного физического развития за счет дефицита массы тела, морфофункциональных отклонений различной степени выраженности и сниженной неспецифической резистентности организма. У 15 % детей регистрируется хроническая патология, лидирующие позиции в структуре которой занимают заболевания органов дыхания и опорно-двигательного аппарата.

Имеющаяся картина состояния здоровья и физического развития дошкольников в значительной степени обусловлена недостаточным неполноценным предшествующим питанием с нарушением баланса основных питательных веществ в сторону снижения поступления белкового компонента и увеличения углеводистого, дефицитом необходимых для растущего организма минеральных веществ и витаминов, особенно фосфора, кальция, витаминов А, РР, В₁, С.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Гузик, Е. О.* К вопросу оценки фактического питания дошкольников г. Минска / Е. О. Гузик, В. И. Жихарь, Е. В. Федоренко // Совершенствование осуществления государственного санитарного надзора в Республике Беларусь. Минск, 2007. С. 142–147.
2. *Давыдок, А. М.* Гигиенические и социально-биологические факторы формирования здоровья детей организованного контингента / А. М. Давыдок, А. А. Крюкова, Л. В. Матусевич // Здоровье и окружающая среда : сб. науч. тр. / Респ. науч.-практ. центр гигиены ; под ред. С. М. Соколова, В. Г. Цыганкова. Минск : Технопринт, 2001. С. 49–53.
3. *Эрднеева, С. М.* Гигиеническая оценка питания детей младшего школьного возраста в семье / С. М. Эрднеева // Образование и воспитание детей и подростков : гигиенические проблемы. М., 2002. С. 417–419.