

Маликова З. И.

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ К СУПЕРФУДАМ

Научный руководитель ассист. Карбанович Е. В.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. По данным Всемирной организации здравоохранения, состояние здоровья человека на 60 % зависит от качества съедаемой пищи. Употребляя продукты, сбалансированные по содержанию нутриентов, человек повышает качество жизни. Одним из таких нутриентов могут быть суперфуды – дешевы, но столь полезны.

Цель: изучить отношение студентов различных медицинских университетов республики о суперфудам.

Материалы и методы. Объём исследования – 254 студента 2 курса Минского, Витебского, Гродненского медицинских университетов: лечебный факультет (ЛФ) – 34 %, медико-профилактический (МПФ) – 33 %, педиатрический (ПФ) – 17 %, стоматологический (СФ) – 16 %. Применялись социологический (опрос) и статистический методы. Анкета была самостоятельно разработана на основе информации из сети Интернет и проведена в Google-форме. Статистический анализ проводился с помощью параметрических методов.

Результаты и их обсуждение. В результате анкетирования установлено, что осведомленность о понятии «суперфуд» среди респондентов всех факультетов низкая: всего 23 % студентов лечебного, 27 % студентов медико-профилактического, 35 % студентов педиатрического и 19 % стоматологического факультетов знают, что такое суперфуды (после данного вопроса, в анкете было дано разъяснение о понятии суперфуда).

Из предложенных вариантов суперфудов наиболее знакомы студентам были такие продукты как семена чиа (77 % – респондентов отнесли их к суперфудам), ягоды физалиса (58 %) и спирулина (54 %).

Вопрос о возможном лидерстве ягод Годжи по содержанию витамина С стал одним из затруднительных: 50 % респондентов стоматологического, 40 % студентов педиатрического и 27 % студентов лечебного факультетов ответили «да» (у студентов ЛФ и ПФ занятие по витаминам на кафедре общей гигиены уже пройдена), значительно меньше согласились с данным утверждением студенты медико-профилактического факультета – 24 %.

На вопрос «Могут ли люди употреблять суперфуды без специальной подготовки организма?» получены следующие результаты: почти все студенты лечебного факультета 99 % ответили «да, если отсутствует аллергия»; 1 % – «да, если нет проблем с желудочно-кишечным трактом». 86 % студентов МПФ – «да, если отсутствует аллергия»; 12 % – «нет, специальная подготовка не требуется», 2 % – затруднились ответить. 91 % студентов педиатрического факультета – «да, если отсутствует аллергия», 9 % – «нет, специальная подготовка не требуется». 90 % студентов стоматологического факультета – «да, если отсутствует аллергия»; 10 % – «нет».

Включают в свой рацион суперпродукты 35 % студентов лечебного факультета, 31 % респондентов медико-профилактического факультета и 32 % студента педиатрического факультета.

Выводы. По результатам анкетирования установлено: четверть студентов знает о суперфудам и такая же часть слышала о них, остальная половина не владеет информацией о данном понятии. Респонденты называют суперфуды, которые являются экзотическими, но мало знают о суперпродуктах, характерных для нашей широты. Только 6 % респондентов знают, что ягоды шиповника являются лидером по содержанию витамина С. После прохождения анкеты около трети респондентов задумались о включении в свой рацион суперфудов.