

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ НА ЭТАПЕ ПОЛУЧЕНИЯ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Захаренкова К.А.,¹ Тапешкина Н.В.²

¹ *ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет»
Минздрава России,
Россия, г. Кемерово*

² *Новокузнецкий государственный институт усовершенствования врачей
– филиал ФГБОУ ДПО «Российская медицинская академия непрерывного
профессионального образования» Минздрава России
Россия, г. Новокузнецк*

В данной статье проведен анализ основных тенденций в организации питания школьников на основании систематического обзора отечественных и зарубежных трудов ученых. Цель исследования: определить масштабность и проработанность вопроса питания школьников. В результате выявлено, что неполноценное питание является глобальной проблемой, которая касается многих детей во всем мире. Современные исследования по этой проблеме фиксируются лишь на отдельных аспектах и не предоставляют полной картины. Вследствие чего существует необходимость в проведении дополнительных исследований и разработки новых стратегий по организации питания детей и их гигиенического воспитания в этой сфере.

Ключевые слова: организация питания; дети; школьная среда; детское население; состояние здоровья.

CURRENT TRENDS IN THE ORGANIZATION OF CHILDREN'S NUTRITION AT THE STAGE OF OBTAINING BASIC GENERAL EDUCATION

Zakharenkova K.A.,¹ Tapeshekina N.V.²

¹ *Kemerovo State Medical University Ministry of Health of Russia
Kemerovo, Russia*

² *Novokuznetsk State Institute of Advanced Medical Training – branch of the Russian
Medical Academy of Continuing Professional Education of the Ministry of Health of
the Russian Federation,
Novokuznetsk, Russia*

This article analyzes the main trends in the organization of nutrition for schoolchildren based on a systematic review of domestic and foreign works of scientists. The purpose of the study: to determine the scale and elaboration of the issue of nutrition for schoolchildren. As a result, it was revealed that malnutrition is a global

problem that affects many children around the world. Modern research on this problem focuses only on certain aspects and does not provide a complete picture. As a result, there is a need for additional research and the development of new strategies for the organization of nutrition of children and their hygienic education in this area.

Key words: *catering; children; school environment; children's population; health status.*

Интерес к здоровью детей и подростков во всем мире не перестает расти. Это обусловлено неоднозначностью показателей состояния здоровья детского населения. Такие показатели как физическое развитие, уровень и структура заболеваемости всегда нестабильны. По данным Федеральной службы государственной статистики (Росстат) общая численность детей в Российской Федерации на начало 2023 г. превысила 30 миллионов, это более 20% от общей численности населения [1]. Благополучие, всестороннее развитие и здоровье детского населения – одна из ключевых задач, стоящих перед государством. В рамках «Десятилетия детства» (Указ Президента РФ от 29 мая 2017 года №240) в январе 2021 г. утвержден план основных мероприятий на период до 2027 г. (от 23.01.2021г. №122-р), целями которого стали укрепление и охрана здоровья детей, повышение качества и доступности медицинской помощи и создание благоприятных условий для гармоничного развития детей [2].

Опираясь на данные ВОЗ численность детей и подростков в мире превышает один миллиард, что составляет более одной шестой (18%) населения планеты. Многие из них посещают школы, где проводят значительную часть своего времени. С одной стороны, школьная среда характеризуется высокими умственными и физическими нагрузками детей, освоением сложной учебной программы, действием многокомпонентных факторов на фоне бурного роста и непрерывного развития детского организма. С другой же стороны школа создает уникальную возможность для применения здоровьесберегающих технологий, для формирования основ здорового образа жизни, что в дальнейшем способствует укреплению их здоровья. Школы играют важную роль в обеспечении безопасной среды, которая обеспечивает основу для роста, обучения и становления детей здоровыми и образованными гражданами.

Одним из значимых факторов, создающий условия для хорошей работоспособности, сохранения здоровья, укрепления иммунитета и функционирования всех систем организма, является фактор питания. Основные проблемы, связанные с несбалансированным, недостаточным или же чрезмерным питанием представлены:

– задержкой роста, которая в перспективе отразится на таких индикаторах как продолжительность жизни, заболеваемость, выживаемость и т.д.

– недостатком микроэлементов, который влечет за собой нарушение иммунной системы, частые и затяжные инфекционные и неинфекционные заболевания, а также задержки в физическом и психическом развитии.

– избыточным весом и ожирением, что является факторами риска развития онкологических, сердечно-сосудистых заболеваний, диабета и нарушения опорно-двигательной системы [3]. Вместе эти проблемы оказывают негативное влияние на состоянии здоровья и качестве жизни подрастающего поколения, которые стоит рассматривать в глобальном масштабе как факторы социально-экономического развития государства.

В связи с вышеизложенным возникла необходимость определить современные тенденции в организации питания школьников, связанные с рациональным подходом к питанию детей, основанным на принципах здорового образа жизни; четким режимом питания; адекватной энергетической ценностью рациона, соответствующей возрасту, полу, физической и интеллектуальной активности ребенка; сбалансированностью и гармоничностью состава рациона по пищевым компонентам; разнообразием продуктов питания; обеспечением высоких органолептических и эстетических качеств блюд.

Систематический обзор основан на поиске литературы в справочных базах данных eLibrary, академия Google, PubMed, за период 2019-2024 гг. а также анализе нормативных документов РФ, регламентирующих вопросы питания обучающихся в общеобразовательных организациях.

Результаты исследования показали, что вопросы организации питания в общеобразовательных учреждениях регулируются следующими федеральными нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 02.01.2000 №29-ФЗ (ред. от 13.07.2020) «О качестве и безопасности пищевых продуктов»;
- Федеральный закон от 30 марта 1999 г. №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- СанПиН 2.3-2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения»;
- МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций».

Организация сбалансированного, здорового питания обучающихся в процессе обучения их в школе является одним из ключевых факторов в обеспечении охраны здоровья детей [4,5,6]. Нормативные документы определяют основные положения по организации здорового питания обучающихся общеобразовательных организаций, а также предлагают базовые меню для разработки региональных рационов питания для детей и подростков [8]. В меню горячего питания для обучающихся необходимо учитывать содержание основных пищевых веществ, калорийность, рекомендуемые массы порций блюд в соответствии с возрастными особенностями [7].

Несмотря на достаточную конкретность и структурированность вопросов связанных с питанием школьников в нормативных документах, в научных работах современных ученых этот вопрос остается актуальным.

В литературе описана взаимосвязь между отклонениями в физическом развитии и недостаточной организацией питания. Мониторинг состояния здоровья школьников выявил, что в структуре хронических заболеваний лидирующие позиции занимают болезни костно-мышечной системы, органов пищеварения и заболевания органов зрения. Как показывает вышеуказанное исследование, низкий уровень организации питания школьников приводит к нутритивным дефицитам пищевых рационов детей, что в дальнейшем является причиной снижения общего количества здоровых детей [9].

Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» определяет основные требования к обеспечению качества и безопасности пищевых продуктов. Пищевые продукты должны быть качественными, безопасными и соответствовать требованиям на всех этап обращения пищевых продуктов [5]. В ходе проведения гигиенической оценки организации питания школьников в образовательных организациях РФ, на фоне положительных тенденций в системе школьного питания выявлены нарушения требования законодательства РФ в отношении поставщиков пищевых продуктов. Несоответствия связаны с качеством продукции из-за несоблюдения условий, сроков хранения, а также транспортировки пищевых продуктов [10]. Наблюдениями обоснована необходимость проведения гигиенического воспитания детей и подростков по вопросам питания, а также вовлечения в этот процесс родителей и учителей. Гигиеническая оценка показала, что внутришкольная среда включая организацию питания сформирована так, чтобы минимизировать неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся. Вместе с тем, влияние внешних факторов не является оптимальным, что доказано на примере организации питания школьников в домашних условиях. Уровень знаний по этому вопросу у школьников и их родителей оценивается как недостаточный [11]. В работах зарубежных ученых вопросы организации питания рассматриваются кратко и почти не затрагиваются. В статье С.В. Вроттсли с соавторами рассматриваются данные о состоянии питания детей и подростков школьного возраста (5-19 лет) в семи глобальных регионах мира. Авторы статьи предлагают организовать срочное согласование подходов к оценке состояния питания, поскольку, по их мнению, питание детей и подростков характеризуется отсутствием стандартизации [12]. Иностранные исследования посвящены изучению специфических аспектов, связанных с проблемой избыточного веса или недостатка питания у детей школьного возраста. Некоторые результаты исследований указывают на возможность долгосрочных и потенциально необратимых последствий когнитивных нарушений из-за недоедания. Обращается внимание на недостаточность и ограниченность данных исследований [13]. Необходимо углубленное изучение воздействия детского недоедания на развитие мозга и когнитивные изменения в

течении жизни, чтобы разрабатывать эффективные стратегии поддержки и помощи детям, сталкивающимся с проблемами питания.

Многие исследователи отмечают, что ожирение приобретает масштабы глобальной эпидемии, так как число детей, в возрасте 6-18 лет, страдающих ожирением, стремительно возрастает и в развивающихся, и в развитых странах. При этом подчеркивается необходимость проведения общешкольных мероприятий для устранения факторов риска, способствующих избыточному весу и ожирению среди школьников [14]. Отечественными учеными также рассматривается проблема распространённости избыточной массы тела среди подрастающего поколения [15]. К факторам, способствующим развитию избыточной массы тела и ожирения у школьников, относят несбалансированное питание, а также недостаточное гигиеническое просвещение.

Выводы. В данной работе была рассмотрена проблема организации питания детей на этапе получения основного общего образования и проанализирована текущая ситуация с точки зрения имеющихся знаний. На основе представленных данных можно сделать следующие выводы.

В Российской Федерации питанию в образовательных учреждениях отводится ключевая роль, что способствует положительным изменениям и тенденциям в этой области. Однако некоторые аспекты остаются недостаточно или вовсе непроработанными и нуждаются в дополнительном изучении. Существует дефицит научных исследований анализирующих эффективность профилактических программ за прошедший период.

Также открытым остается вопрос о влиянии внешних факторов и гигиенического просвещения подрастающего поколения. Осведомленность в вопросах питания, здорового образа жизни детей, подростков и родителей можно охарактеризовать как фрагментарный. Период получения основного общего образования – это идеальное время для санитарного просвещения детей, включая вопросы здорового образа жизни и профилактики заболеваний. Все вышесказанное подтверждает необходимость организации дополнительных исследований, направленных на разработку новых стратегий для повышения осведомленности детей о правильном питании и внедрении принципов здорового питания в широких масштабах.

Список литературы

1. Демографический ежегодник России. 2023: Стат.сб./ Росстат. – М., 2023. – 256 с.
2. Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 г.: распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р / Гарант: офиц. сайт. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400150053/?ysclid=lwc9s883hm563658179>. – Дата обращения: 17.05.2024.
3. Питание для каждого ребенка: стратегия ЮНИСЕФ по питанию на 2020–2030 гг. ЮНИСЕФ, ЮНИСЕФ, Нью-Йорк.

4. Закон об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ / КонсультантПлюс: офиц. сайт. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/?ysclid=lwcasi99uh959518572. – Дата обращения: 17.05.2024.
5. О качестве и безопасности пищевых продуктов: Федеральный закон от 2 января 2000г. №29-ФЗ (ред. от 13.07.2020) / Гарант: офиц. сайт. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/12117866/?ysclid=lwcagfs096359087753>. – Дата обращения: 17.05.2024.
6. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения: Федеральный закон от 30 марта 1999 г. №52-ФЗ / Гарант: офиц. сайт. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/12115118/?ysclid=lwcak3om3k213602056>. – Дата обращения: 17.05.2024.
7. Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения: СанПиН 2.3-2.4.3590-20 / Гарант: офиц. сайт. Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74791586/?ysclid=lwcamc9xkg435378943>. – Дата обращения: 17.05.2024.
8. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций: методические рекомендации (МР 2.4.0179-20) / Гарант: офиц. сайт. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/74238456/?ysclid=lwcaoyrtog745971119>. – Дата обращения: 17.05.2024.
9. Шульдайс, В. А. Многоликость проблем школьной медицины: состояние здоровья и организация питания школьников / В.А. Шульдайс [и др.] // Медицинский совет. – 2022. – Т. 16. – №. 19. – С. 167-173.
10. Попова, А.Ю. Гигиеническая оценка организации питания школьников в общеобразовательных организациях Российской Федерации / А.Ю. Попова [и др.] //Здоровье населения и среда обитания. – 2022. – Т. 30. – №. 2. – С. 7-12.
11. Милушкина, О. Ю. Риск от влияния факторов внутришкольной среды и внешкольных факторов на здоровье школьников / О.Ю. Милушкина [и др.] // Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2023. – №. 1. – С. 46-62.
12. Wrottesley, S.V. Nutritional status of school-age children and adolescents in low-and middle-income countries across seven global regions: a synthesis of scoping reviews / S.V. Wrottesley [et al.] //Public health nutrition. – 2023. – Т. 26. – №. 1. – С. 63-95.
13. Galler, J. R.. Neurodevelopmental effects of childhood malnutrition: A neuroimaging perspective / J. R. Galler [et al.] // Neuroimage. – 2021. – Т. 231. – С. 117828.
14. Mohd Saat, N. Z. Risk Factors of Overweight and Obesity Among School Children Aged 6 to 18 Years: A Scoping Review / N.Z. Mohd Saat [et al.] //Nutrition and Dietary Supplements. – 2023. – С. 63-76.
15. Козлов, А. И. Избыточная масса тела и ожирение у школьников Пермского края / А.И. Козлов // Вестник Московского университета. Серия 23. Антропология. – 2022. – №. 4. – С. 62-70.