

Кривда А. В.

СТЕРЕОТИПЫ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ КАК ФАКТОР РИСКА НЕИНФЕКЦИОННОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ

Научный руководитель канд. мед. наук Солтан М. М.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Питание занимает особое место в жизни человека, являясь единственным из многочисленных природных факторов внешней среды, который в организме превращается во внутренний фактор – энергию физиологических функций и структуры тела. Питание формирует определенный метаболический фон, который либо способствует сохранению здоровья, либо провоцирует возникновение нарушений в состоянии здоровья. Чем моложе организм, тем интенсивнее в нем протекают процессы роста и развития и более выражена потребность в необходимых питательных веществах, в особенности их незаменимых (эссенциальных) компонентах.

Цель: изучить пищевые предпочтения и их влияние на состояние физического развития у школьников с учетом гендерных различий и обосновать пути оптимизации питания детей школьного возраста.

Материал и методы. Стереотипы пищевого поведения и состояние здоровья были изучены у 413 школьников г. Минска в возрасте 10-17 лет. Изучение пищевого поведения проводилось анкетно-опросным методом. Состояние здоровья оценивалось по данным морфофункционального статуса (длина и масса тела). Среди обследованных было 216 девочек (52,3%) и 197 мальчиков (47,7%). Статистическая обработка полученных данных проводилась с использованием пакета статистических программ MS Excel.

Результаты. Для большинства современных школьников характерна «углеводная модель питания». Мальчики достоверно чаще (от $p \leq 0,05$ до $p \leq 0,001$ в зависимости от категории обследованных), чем девочки предпочитают выпечные изделия, вторые блюда и напитки. Среди обследованных школьников около 1/3 имеет избыточную массу тела. Количество мальчиков с избыточной массой тела практически во всех возрастных группах, за исключением 7-8 классов, превышает количество девочек. Среди подростков актуальной является и проблема дефицита массы тела, который чаще встречается у девочек. Количество девочек с дефицитом массы тела достигает максимума в 11-м классе – 57,14%.

Выводы:

1. Одним из направлений первичной профилактики неинфекционной патологии является оптимизация питания детей школьного возраста с учетом гендерных различий стереотипов пищевого поведения.

2. Для коррекции рационов питания необходимо использовать наиболее часто употребляемые продукты, обогащая их дефицитными нутриентами.

3. Совершенствование организации школьного питания требует активизации гигиенического воспитания и обучения среди работников пищеблока, школьников, их родителей с учетом возраста и пола учащихся.