

АНАЛИЗ ПРИВЫЧНОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 7–9 ЛЕТ

Бондаренко А. А., Маханькова Е. А.

Научный руководитель: старший преподаватель Малолетникова Ирина Михайловна
Кафедра педиатрии
Гомельский государственный медицинский университет

Контактная информация: Маханькова Елизавета Александровна — студентка 5 курса, лечебный факультет,
Малолетникова Ирина Михайловна — старший преподаватель. E-mail: elizaveta1146@gmail.com, irina16-16@mail.ru

Ключевые слова: питание детей, сбалансированный рацион питания.

Актуальность исследования: правильные пищевые привычки и сбалансированный рацион в дальнейшем помогают подрастающему организму сформироваться и поддерживать здоровье. Однако на сегодняшний день растет потребление высококалорийных продуктов среди детей. Таким образом, представленное исследование демонстрирует актуальность проблемы привычного рациона питания у детей [1, 2].

Цель исследования: проанализировать режим и рацион питания детей младшего школьного возраста.

Материалы и методы исследования: проведено анкетирование 110 учащихся начальной школы (2-х, 3-х классов) и 110 родителей этих учащихся в государственном учреждении образования «Средняя школа №8 г. Гомеля», на тему «Правильное питание — залог здоровья и долголетия». Анкеты состояли из 30 вопросов одинаковых для детей и родителей. Было получено устное согласие родителей. Анкетированные отвечали самостоятельно и не видели результаты друг друга.

Полученные данные обработаны статистически с использованием пакета «Statistica 6.0». Статистически значимыми считали результаты, когда $p \leq 0,05$.

Результаты: возраст детей составил 8 (7; 9) лет. Соотношение между мальчиками и девочками составило 53,6% (59/110) и 46,4% (51/110).

Выявлено, что у детей выраженный дефицит массы тела (ИМТ ≤ 16) или недостаточная масса тела (ИМТ 16–18,5) встречались чаще в 26,4 раза, чем нормальный вес (ИМТ 18,5–24,9) (OR=26,43; 95% CI 12,8924–54,2134; $p < 0,0001$).

При анализе ответов на вопрос: для учащихся «Как часто вы кушаете сладости?», для родителей «Как часто ваш ребенок кушает сладости?» первый вариант ответа («каждый день») у родителей встречался в 1,3 раза чаще, чем у детей (OR=1,33; 95% CI 0,2548–0,6371; $p = 0,041$), однако второй вариант ответа («раз в неделю»), в 1,5 раза чаще встречался у детей, чем у родителей (OR=1,51; 95% CI 0,1559–0,6421; $p = 0,0037$).

На вопрос «Как часто вы употребляете отварные овощи?», «Как часто ваш ребенок употребляет отварные овощи?» первый вариант ответа («ежедневно») у родителей встречался в 1,2 раза чаще, чем у детей (OR=1,2; 95% CI 0,2548–0,5171; $p = 0,036$).

При анализе ответов на вопрос: для учащихся «Вам нравится то, что вы кушаете?», для родителей «Вам нравится питание вашего ребенка?» первый вариант ответа («да») у детей встречался в 1,6 раза чаще, чем у родителей (OR=1,64; 95% CI 0,3249–0,7569; $p = 0,035$).

На вопрос «Считаете ли вы сладости вредным продуктом?» первый вариант ответа («да») у родителей встречался в 1,2 раза чаще, чем у детей (OR=1,22; 95% CI 0,1589–0,6325; $p = 0,027$).

Выводы: на 67,0% дети и взрослые ответили на вопросы одинаково, однако на 33,0% дети и взрослые ответили по-разному.

Дети 73,0% процентов удовлетворены своим питанием. Однако 82,0% родителей не были удовлетворены, как питаются их дети.

Выявлено, что у детей выраженный дефицит массы тела или недостаточная масса тела встречались чаще в 26,4 раза, чем нормальный вес.

На примере вопросов о частоте употребления сладостей и овощей понятна актуальность темы питания детей и перевес в пользу первого.

Литература

1. Батулин, А.К. Питание подростков: современные взгляды и практические рекомендации — М., 2006 г. — 54 с.
2. Гляделова, Н.П. Витаминная недостаточность: нужна ли коррекция? / Н.П. Гляделова // Современная педиатрия — 2017. №5 (85). — С. 33.