

ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ФАКТОРОВ НА ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ

© Акимова Ангелина Игоревна

Научный руководитель: к.м.н. доцент Колтунцева И.В., к.м.н. доцент Сахно Л.В.
Кафедра педиатрии им. акад. А.Ф. Тура
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Акимова Ангелина Игоревна — студентка 6 курса, педиатрический факультет.
E-mail: pinkibaby@rambler.ru

Ключевые слова: питание, подростки, климатические зоны, спорт, семья, просветительская работа, гаджеты.

Актуальность исследования: пищевое поведение детей определяется воспитанием в семье и окружающей средой [1,2]. Образовательная среда, сверстники, активное использование гаджетов также влияют на образ жизни, поэтому исследование проблем пищевого поведения и причин нерационального питания актуально в настоящее время [3, 4, 5].

Цель исследования: оценить влияние различных факторов на особенности пищевого поведения подростков.

Материалы и методы: автором составлена анкета в Google Forms, содержащая 40 вопросов, и информированное согласие для проведения анонимного опроса в оздоровительных лагерях летом 2021 года. Заполнили анкеты 125 детей 15–17 лет (52 мальчика, 73 девочки). Статистическая обработка данных в Microsoft Excel.

Результаты:

Дети разделены на группы:

- 1) проживающие в: 1 климатической зоне (КЗ) (24)-Южный; 2 КЗ (80)-Северо-Западный, Центральный; 3 КЗ (21)-Уральский, Приволжский округа;
- 2) спортсмены (97)/не спортсмены (28);
- 3) полная семья (85)/иная (40);
- 4) использование гаджетов менее 4 часов в день (72)/более (53);
- 5) занятия по ЗОЖ (93)/отсутствие (32).

1 КЗ ест овощи 52% (12), фрукты 86% (20); 2 КЗ — рыбу 63% (50), кисломолочные продукты (КП) 33% (26). 3 КЗ — молоко 62% (13), выпечку 81% (17), несладкие напитки 52% (11) и энергетические напитки (ЭН) 29% (6).

Спортсмены выбирают рыбу 63% (59), овощи 46% (43). Не спортсмены — энергетические батончики (ЭБ) 36% (12), сладкие напитки 91% (29) и ЭН 36% (12).

В полных семьях — мясо 83% (71), рыбу 62% (53), КП 30% (25), фрукты 86% (73). В иных — чипсы 66% (26), ЭБ 84% (21) и ЭН 81% (32).

Изучающие ЗОЖ — мясо 85% (79), рыбу 61% (57), несладкие напитки 47% (44). Не изучающие ЗОЖ — чипсы 40% (13), ЭБ 20% (6) и ЭН 23% (7).

Активно использующие гаджеты — чипсы 43% (23), ЭБ 17% (9), ЭН 23% (12).

Выводы: пищевое поведение подростков зависит от региона проживания, что вероятно связано с климатом, традициями и экономической доступностью.

Наиболее рациональное питание, с соблюдением принципов ЗОЖ, по данным нашего исследования, реализуется подростками: в полных семьях; активно занимающихся спортом; при нормированном использовании гаджетов; посещающих просветительские занятия по ЗОЖ, что необходимо учитывать педиатрам при наблюдении и проведении санитарно-просветительской работы в семьях и образовательных учреждениях.

Литература

1. Дробышева, В. Р. Особенности композиционного состава тела у подростков с избыточной массой тела и ожирением / В. Р. Дробышева, Р. Е. Токмачев, Е. С. Овсянников // Forcipe. — 2021. — Т. 4. — № S1. — С. 53. — EDN SHDWUZ.
2. В.Г.Пузырев, М.О.Ревнова, Е.В.Щерба и др. Гигиена детей школьного возраста. (Учебное пособие для студентов педиатрического факультета; под ред. В.Г.Пузырева, М.О.Ревновой). Спб: СПбГПМУ, 2021–136с.

3. Колтунцева И.В., Баирова С.В., Сахно Л.В. Ожирение у детей. Как избежать избыточных проблем Children's medicine of the North-West 2021/ Т. 9 № 3 p90–91
4. Карпова Г.В., Студянникова М.А. Общие принципы функционального питания и методов исследования свойств сырья продуктов питания: учебное пособие в 2 ч. / Оренбургский гос. ун-т. — Оренбург: ОГУ, 2012. — Ч.1. — 226 с.
5. Предикторы развития функциональных расстройств органов пищеварения у детей / М. О. Ревнова, Т. В. Мишкина, Е. В. Сергейчук, Ю. А. Шатрова // Forcipe. — 2019. — Т. 2. — № 2. — С. 19–23. — EDN CPLMRR.