

ОТКЛОНЕНИЕ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ОГРАНИЧЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ И СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

© Москвина А.Р., Минеева В.М.

Научный руководитель: к.м.н., доцент Завьялова А.Н.

Кафедра общей медицинской практики

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Москвина Анастасия Руслановна- студентка 2 курса Педиатрического факультета.

E-mail: moskvinaanastasia7@gmail.com

Ключевые слова: школьники, студенты, пищевое поведение, физическая активность, гиподинамия.

Актуальность исследования: на пищевое поведение и физическую активность современных подростков, а также на психологическое состояние, отношение к себе и окружающему миру повлияла изоляция во время пандемии Коронавируса, сама болезнь и её последствия.

Цель исследования: выявить признаки ограничительного, эмоциогенного и экстернального пищевого поведения (ПП), оценить уровень ФА студентов.

Материалы и методы: проанкетированы 78 учеников старшей школы от 15 до 17 лет, Ж 63, М 15 человек, что соответствует гендерному составу школы — группа I и 144 студента от 17 до 23 лет, Ж 127, М 17 человек, что соответствует гендерному составу СПбГПМУ — группа II. Используются опросники: EAT-26, DEBQ, ФА, IPAQ, ОДА-23+

Результаты: 1) EAT-26 самый распространенный скрининг расстройств ПП. Высокий балл означает высокую вероятность анорексии, булимии, выявляет «группу риска». 18% школьников и 15% студентов от всей выборки вошли в шкалу булимии и пищевой озабоченности.

2) ПП, лежащие в основе теста DEBQ: ограничительное — преднамеренные действия, нацеленные на изменение или поддержание желаемого веса путём установления пищевых самоограничений; эмоциогенное — характеризуется тягой к еде из-за переживания сильных эмоций, скуки; экстернальное, при котором приёмы пищи осуществляются не из-за реального ощущения голода, а по причине зрительных, обонятельных, тактильных контактов с вкусной едой. Опросник DEBQ шкалы ограничительного, эмоциогенного, экстернального ПП сгенерировал коэффициенты 2,6; 2,3; 3,2 соответственно. У обеих групп показатели повышены. Колебания уровня ограничительного ПП в пределах 1–5; эмоциогенного — от 1–5 и неэффективного ограничительного — 1,6–5. Некоторые анкетированные имеют отклонения сразу по нескольким шкалам.

3) Опросник ФА в зависимости от мотивации группы I: 67% исследуемых пытаются или уже занимаются интенсивной или умеренной ФА, но не регулярно; 19% физически активны; 14% — физически неактивны. Опросник ФА в зависимости от мотивации группы II: 73% исследуемых пытаются или занимаются интенсивной или умеренной ФА, но не регулярно; 22% активны; 5% — неактивны.

4) Опросник для определения ФА (IPAQ) хорош в эпидемиологических исследованиях для выявления лиц с гиподинамией, о чем говорит сумма менее 21 балла. В выборке измерена частота ФА за 7 дней и время, затраченное на ФА умеренной, высокой интенсивности и по 5 разделам: работа, передвижение, работа по дому, на досуге и сидя. 51% опрошиваемых студентов страдают гиподинамией, соответственно у 49% людей она отсутствует. У школьников не страдающих гиподинамией показатель выше и составляет 77%, а отсутствует у 23%

5) Опросник ОДА-23+ для разделения людей на группы по степени интенсивности ФА. В исследуемой выборке процент студентов распределился следующим образом: 0%-очень низкий уровень ФА, 29,9% — низкий, 63,9% — умеренный, 5,5% — высокий и 0,7% — очень высокий. Процент же учащихся школы распределился так: 0% — очень низкий уровень ФА, низкий и очень высокий. 81% — умеренный, 19% — высокий.

Выводы: низкий процент анкетированных, склонных к ОРПП, а также незначительное отклонение коэффициента ограничительного ПП от референтного значения свидетельствует о редкости случаев когнитивных искажений. Несоответствие норме более выражено при рассмотрении величин шкал эмоциогенного и экстернального ПП, что указывает на абнормальность поведенческой и эмоциональной сфер. Общая физическая активность обеих групп умеренная, соотношение по признаку гиподинамии практически 1/1.

Литература

1. Новикова В.П., Гуров М.М. Мультидисциплинарные т проблемы ожирения у детей// Санкт-Петербург; Спец. **Литература**. 2019. С.582.
2. Москвина А.Р., Пашкова Е.П. Физическая активность и психоэмоциональные отклонения пищевого поведения студентов СПбГПМУ в период дистанционного обучения. В сборнике: Актуальные вопросы студенческой медицинской науки и образования. Сборник научных трудов по материалам VII Всероссийской с международным участием студенческой научно-образовательной конференции. Рязань, 2021. С.134–135.
3. Zavyalova A.N., Moskvina A.R., Pashkova E.P., Slobodchikova M.P. Eating habits and physical activity of the medical students during the COVID-19 pandemic. Clinical Nutrition ESPEN. 2021. T. 46. С. S626-S627.