

УДК 613.2

***СОЦИАЛЬНЫЕ УГРОЗЫ НЕРАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА.***

Ахунзанова Г.Р.

обучающийся на 4 курсе педиатрического факультета

ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Галиуллина Э.И.

обучающийся на 4 курсе педиатрического факультета

ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А.

*доктор медицинских наук, доцент кафедры общественного здоровья и
здравоохранения*

ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Аннотация

В статье рассматриваются социальные угрозы, возникающие вследствие нерационального питания детей старшего возраста. Актуальность проблемы полноценного питания детей в семье обусловлена неудовлетворительным материальным положением семьи. Низкие доходы населения создают предпосылки для обострения проблемы бедности, особенно для семей, воспитывающих несколько детей, которое может привести к психическим и физическим заболеваниям. Это является серьезной проблемой общественного здравоохранения. В данной статье проведен анализ рационального питания школьников, обучающихся в Удмуртской республике, г.Ижевск. В процессе исследования проведено анонимное анкетирование на базе с 9 по 11 класс, Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

которое проводилось в течение одной рабочей недели. Участие в нем приняли 102 школьника в возрасте 16-18 лет. По результатам анкетирования выяснилось, что питание детей сильно влияет на их здоровье.

Ключевые слова: школьники, подростки, рациональное питание, социальные угрозы, здоровье, анкетирование

***SOCIAL THREATS OF IRRATIONAL NUTRITION OF OLDER
CHILDREN***

Akhunzanova G.R.

Student

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Galiullina E.I.

Student

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.

*Doctor of Medical Sciences, Associate Professor of the Department of Public Health
and Public Health*

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Abstract

The article discusses the social threats arising from irrational nutrition among older children. The relevance of the issue of proper nutrition for children within families is linked to the unsatisfactory material conditions of these families. Low income levels create a breeding ground for exacerbating poverty, especially in families raising multiple children, which can lead to mental and physical health issues. This poses a serious public health concern. In this article, an analysis of the rational nutrition of school students in the Udmurt Republic, specifically in the city of Izhevsk, is conducted. The research involved anonymous surveys conducted among students in grades 9 to 11 over the course of one working week. A total of 102 students aged 16 to 18 participated in the survey. The results indicated that children's nutrition significantly impacts their health.

Keywords: schoolchildren, teenagers, rational nutrition, social threats, health, questionnaire

Актуальность

В современных условиях в России наблюдается устойчивая негативная тенденция ухудшения здоровья детей и подростков. Наблюдаемое снижение здоровья среди детей затрагивает все возрастные группы и в будущем негативно скажется на качестве трудовых ресурсов и воспроизводстве будущих поколений. Здоровое рациональное питание играет в жизни современного подростка очень важную роль. Оно не только обеспечивает рост и нормальное развитие растущего организма, но и способствует физической, умственной активности и поддержанию иммунной системы [4].

Цель исследования: провести анализ проблемы питания детей в современных российских семьях в зависимости от их материального положения

Материалы и методы: проведен социальный опрос по авторской анкете

среди 101 школьника 9-11 класса, от 16 до 18 лет, проживающих на территории Удмуртской Республики. Анкета, состоящая из 13 вопросов, была составлена в электронном формате с помощью сервиса Google Forms (Гугл-формы). Для разработки диаграмм применялся системный и аналитический методы. Данные обрабатывались посредством описательной статистики на базе пакета анализа MS Excel.

Результаты исследования и их обсуждение:

По возрастной структуре основную долю опрошенных составили лица 18 лет (50,5%), 16 лет (31,0%) и 17 лет (18,5%). По классу обучения участники опроса разделились следующим образом: 11 класс- (52,0%), 10класс (11,0%), 9 класс (37,0%). Среди опрошенных преобладали респонденты женского пола (73,3 %), доля мужчин составила (26,7%).

Качественное и полноценное питание тесным образом связано с проблемой низкого и неудовлетворительного материального положения современной семьи, шире – с низким уровнем и качеством жизни населения [1]. Для улучшения ситуации с питанием школьников необходим комплексный подход, включающий как образовательные инициативы, так и поддержку со стороны общества и государства.

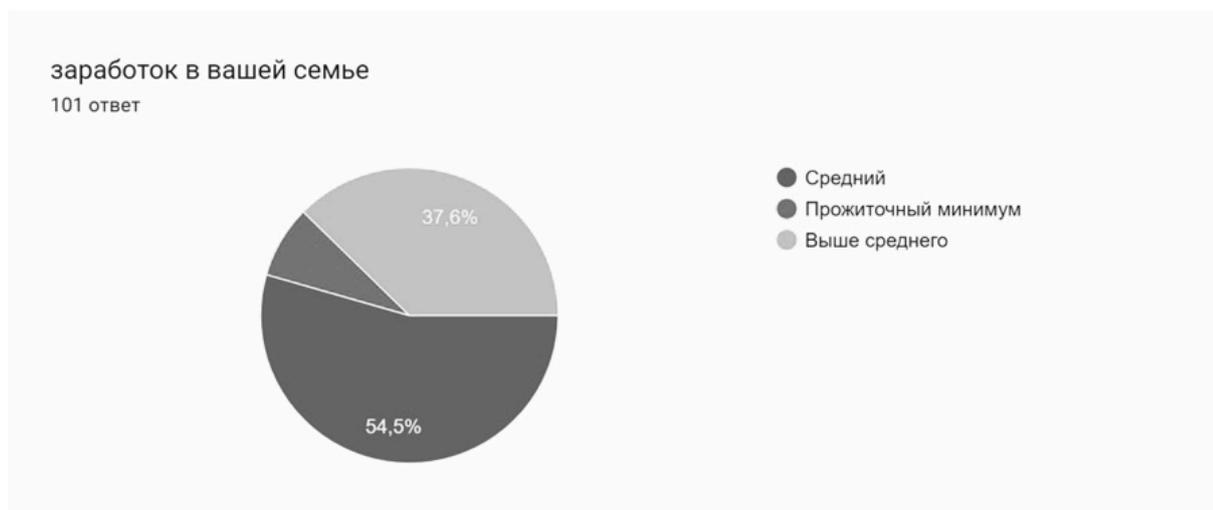


Рис.1 - Доходы вашего семейного бюджета. Прим. Авторская разработка

В семьях с одним-двумя детьми треть доходов тратится на продукты питания, в многодетных семьях – почти половина дохода, что указывает на низкий материальный достаток семей этого типа. В этом случае уместно говорить о социальном расслоении населения России по типу питания, то есть, несмотря на значительное увеличение расходов этих семей на продукты питания, отмечается сниженное потребление именно полезной, качественной пищи. Соответственно, чем ниже уровень жизни людей, тем меньше они тратят на поддержание здоровья детей, их образование и отдых [1]. Сбалансированность пищевого рациона влияет на умственную и физическую активность, а также на состояние нервной системы [5].

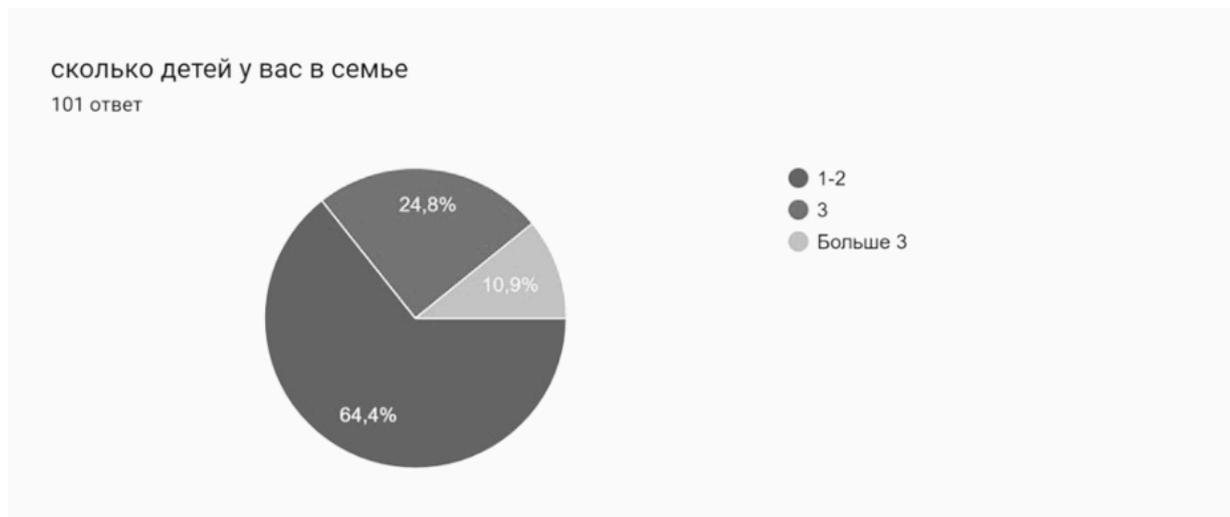


Рис.2 - Количество детей в вашей семье. Прим. Авторская разработка

Пища - источник энергии и строительных материалов, которые необходимы для нормального функционирования организма [2]. Давно известно, что состояние здоровья во многом зависит от той пищи, которую мы употребляем, придерживаемся ли основ рационального, сбалансированного, адекватного, экологически чистого питания [3]. В анкете имеют двух работающих родителей 70,3 % участвующих (рис.3).

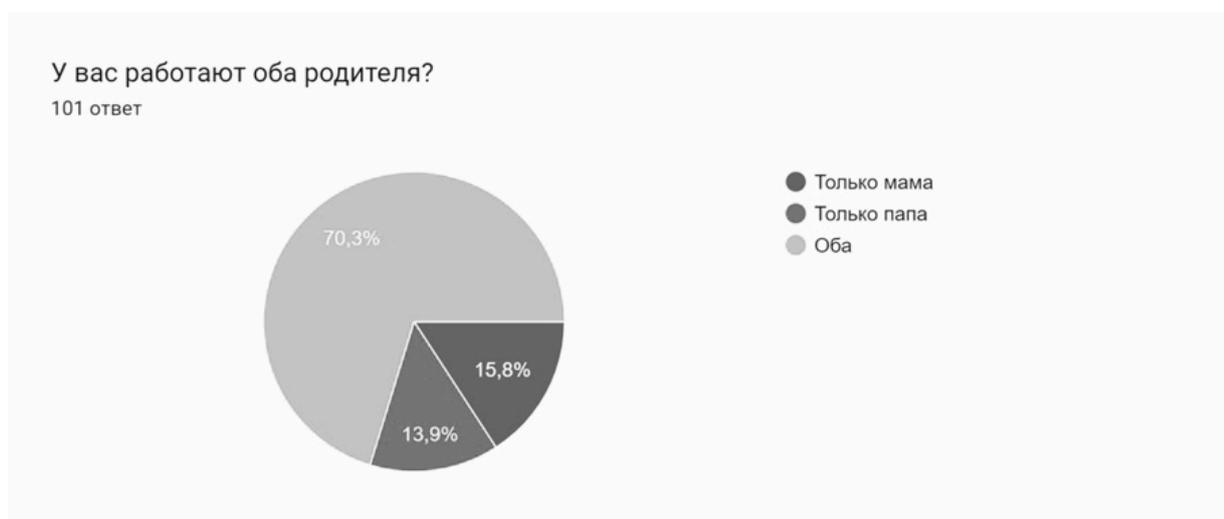


Рис.3 – В вашей семье трудящиеся. Прим. Авторская разработка

В таких ситуациях у родителей может не быть достаточного времени для

приготовления здоровой пищи, что приводит к выбору менее полезных, но более быстрых и удобных вариантов. Это может негативно отразиться на здоровье детей и их успеваемости в школе. Поэтому крайне важно находить решения для обеспечения сбалансированного питания.

Вывод:

Один из ключевых показателей социально-экономического развития общества - питание детей, которое напрямую влияет на их здоровье. Данные показывают, что качественное питание может снизить риск заболеваний среди детей, что делает его важной задачей государственной политики в России. Социально-экономические факторы, такие как уровень жизни, влияют на качество питания как детей, так и взрослых. В условиях постоянного роста цен на продукты доступность качественного питания становится критически важной, особенно для семей с несколькими детьми. Наблюдается тенденция увеличения доли расходов многодетных семей на продукты питания, что приводит к сокращению средств на здоровье и образование. При этом качество питания в семьях с большим количеством детей заметно ухудшается.

Рекомендации:

Проблема нерационального питания детей старшего возраста представляет собой серьезную социальную угрозу. Неправильное питание может привести к различным заболеваниям, включая ожирение и расстройства пищевого поведения, а также негативно сказаться на психологическом состоянии подростков. Для решения данной проблемы важно внедрять образовательные программы, направленные на формирование здоровых пищевых привычек, а также оказывать поддержку родителям в вопросах питания. Создание благоприятной среды в школах, где доступна качественная и здоровая пища, также играет ключевую роль. Совместные усилия родителей, педагогов и медицинских работников помогут обеспечить здоровье и

благополучие наших детей.

Библиографический список:

1. Садыков Р. М., Мигунова Ю. В. Социальные угрозы неполноценного питания детей в семье // Науки о здоровье. 2016.
2. Коренчук Е.А., Цындрина А.В. Основы рационального питания // Проблемы науки. 2023.
3. Федоровская Н.И. Рациональное питание — основа здорового образа жизни детей и подростков // Амурский научный вестник. 2017. № 4.
4. Толмачёв Д.А., Бессолова Е.А., Красноперова Е.А., Оценка питания и физического развития подростков// MEDICUS. - 2023 -№3(51). - С. 32-34
5. Толмачев Д.А., Пантюхина Я.С., Тимофеева Е.М. Анализ питания и образа жизни школьников 9-11 классов // Синергия наук. 2017. № 18. – С. 1141-1146. – URL: <http://synergy-journal.ru/archive/article1503>.

Оригинальность 75%