

УДК 613.22

## ***ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И ЭКОНОМИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПИЩЕВЫХ ПРИВЫЧЕК У ДЕТЕЙ***

***Зеленковская Е.Е.***

*младший научный сотрудник,*

*Федеральное бюджетное учреждение науки «Уфимский научно-исследовательский институт медицины труда и экологии человека»,*

*Уфа, Россия*

***Усманова Э.Н.***

*младший научный сотрудник,*

*Федеральное бюджетное учреждение науки «Уфимский научно-исследовательский институт медицины труда и экологии человека»,*

*Уфа, Россия*

***Аухадиева Э.А.***

*младший научный сотрудник,*

*Федеральное бюджетное учреждение науки «Уфимский научно-исследовательский институт медицины труда и экологии человека»,*

*Уфа, Россия*

***Курилов М.В.***

*младший научный сотрудник,*

*Федеральное бюджетное учреждение науки «Уфимский научно-исследовательский институт медицины труда и экологии человека»,*

*Уфа, Россия*

**Аннотация:** В данной статье рассматриваются социальные и экономические факторы, оказывающие влияние на формирование нездоровых пищевых привычек у детей. Условия жизни, доступ к качественным продуктам питания и социальные нормы способствуют развитию пищевых предпочтений, которые

могут негативно сказаться на здоровье подрастающего поколения. В последние годы дети становятся все более подвержены воздействиям, связанным с доступностью и популярностью фастфуда, готовых продуктов, что в свою очередь обуславливает развитие негативных тенденций в их рационе. Исследование основано на результатах мониторинга питания обучающихся общеобразовательных организаций в Республике Башкортостан за 2022/2023 учебный год в соответствии с разработанными методическими указаниями. По результатам исследования рекомендовано разработать комплексный подход, который включает образовательные программы, поддержку семей с низким доходом и политику здравоохранения, направленную на формирование здоровых пищевых привычек с раннего возраста. Кроме того, необходимо минимизировать негативное влияние рекламы, ограничить рекламу нездоровой пищи и проводить социальные кампании для повышения осведомленности о проблемах питания.

**Ключевые слова:** пищевые привычки, социальные и экономические факторы, образование родителей, уровень дохода

## ***THE INFLUENCE OF SOCIAL AND ECONOMIC FACTORS ON THE FORMATION OF EATING HABITS IN CHILDREN***

***Zelenkovskaya E.E.***

*Junior Researcher,*

*Federal Budgetary Institution "Ufa Research Institute of Occupational Health and  
Human Ecology",*

*Ufa, Russia*

***Usmanova E.N.***

*Junior Researcher,*

*Federal Budgetary Institution "Ufa Research Institute of Occupational Health and  
Human Ecology",*

*Ufa, Russia*

***Aukhadieva E.A.***

*Junior Researcher,*

*Federal Budgetary Institution "Ufa Research Institute of Occupational Health and Human Ecology",*

*Ufa, Russia*

***Kurilov M.V.***

*Junior Researcher,*

*Federal Budgetary Institution "Ufa Research Institute of Occupational Health and Human Ecology",*

*Ufa, Russia*

**Abstract:** This article examines the social and economic factors that influence the development of unhealthy eating habits in children. Living conditions, access to quality food, and social norms contribute to the development of food preferences that can negatively affect the health of the younger generation. In recent years, children have become increasingly susceptible to the effects associated with the availability and popularity of fast food, prepared foods, which in turn causes the development of negative trends in their diet. The study is based on the results of monitoring the nutrition of students in general education organizations in the Republic of Bashkortostan in accordance with the developed guidelines. The study is based on the results of monitoring the nutrition of students of general education organizations in the Republic of Bashkortostan for the 2022/2023 academic year, in accordance with the developed guidelines. Based on the results of the study, it was recommended to develop a comprehensive approach that includes educational programs, support for low-income families and health policies aimed at developing healthy eating habits from an early age. In addition, it is necessary to minimize the negative impact of advertising, limit the advertising of unhealthy food and conduct social campaigns to raise awareness of nutrition issues.

**Key words:** eating habits, social and economic factors, parental education, income level

В современном обществе проблема приобретенных нездоровых пищевых привычек среди детского населения становится все более актуальной. В последние десятилетия наблюдается повышение уровня ожирения среди детского населения. Так, по данным исследований ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии», за последние 10 лет в России доля детей с избыточной массой тела выросла на треть (с 12 до 18%), а с ожирением — более чем в 1,5 раза (с 5,5 до 9%). По информации Росстата, за 12 лет, с 2010 по 2022 год, число детей с ожирением выросло на 63,9%. В 2022 году в России было зафиксировано 108 тыс. случаев ожирения у детей до 14 лет, в то время как в 2010 году таких детей было 69 тыс., а в 2015 году уже — около 93 тыс. [5-7]. Одновременно с увеличением числа случаев ожирения увеличивается и число сопутствующих заболеваний, такие как сахарный диабет 2 типа, сердечно-сосудистые заболевания, патологии органов желудочно-кишечного тракта, болезни опорно-двигательной системы, репродуктивные нарушения [4].

Социальные условия, в которых растут дети, и экономическая ситуация играют ключевую роль в выборе питания и формировании потребительских предпочтений. Развитие нездоровых пищевых привычек является не только следствием индивидуальных факторов или личного выбора, но также существенно затрагивает более широкие социальные и экономические контексты, в которых растут и развиваются современные дети [1].

Социальные факторы, такие как уровень образования родителей, доступ к информации о правильном питании, а также влияние сверстников и медиа, существенно влияют на пищевые привычки детей [2, 3]. В таблице 1 представлены данные опроса респондентов, обучающихся в 2, 5 и 10 классах, а также их родителей, проживающих как в городской, так и в сельской местности.

Таблица 1 - Данные об образовании родителей и уровне доходов семьи

Показатели		Количество респондентов школьников (на каждые 100 респондентов)								
		Городская местность (по классам)			Сельская местность (по классам)			Итого (по классам)		
		2	5	10	2	5	10	2	5	10
Образование матери	среднее	8,5	7,6	5,0	21,5	23,1	17,5	16,6	17,8	7,9
	среднее профессиональное	48,5	35,5	33,1	55,0	59,8	48,5	52,5	51,5	36,7
	высшее	42,0	56,9	61,9	23,6	16,8	34,0	30,5	30,5	55,4
Образование отца	среднее	14,4	8,0	5,0	22,8	23,1	23,1	19,7	18,0	9,0
	среднее профессиональное	43,3	42,9	40,9	60,4	67,7	52,7	54,0	59,2	43,5
	высшее	41,7	49,1	52,5	16,8	8,9	24,2	26,2	22,7	46,2
Уровень доходов в семье	низкий	1,5	1,0	0,3	4,2	4,0	1,0	3,2	3,0	0,4
	ниже среднего	3,0	6,1	2,4	6,6	12,9	9,5	5,3	10,6	4,0
	средний	78,2	67,5	71,8	78,2	74,7	77,1	78,2	72,2	73,0
	выше среднего	15,7	23,4	23,8	9,7	8,4	11,4	11,9	13,5	20,9
	высокий	1,5	2,0	1,8	1,2	0,0	1,0	1,3	0,7	1,6

Также были проанализированы знания и практическая реализация принципов здорового питания и здорового образа жизни (в показателях на 100 респондентов). Данные представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Знания и практическая реализация принципов здорового питания

Показатели		Количество респондентов (школьников) (на каждые 100 респондентов)								
		Городская местность (по классам)			Сельская местность (по классам)			Итого (по классам)		
		2	5	10	2	5	10	2	5	10
Знание принципов здорового питания	знают	96,5	98,5	94,2	97,3	96,6	95,3	97,0	97,2	94,5
	не знают	3,5	1,5	5,8	2,7	3,4	4,7	3,0	2,8	5,5
Придерживают- ся принципов здорового питания	придерживаются	85,0	81,6	84,0	86,2	85,9	82,9	85,8	84,5	83,7
	не придерживаются	15,0	18,4	16,0	13,8	14,1	17,1	14,2	15,5	16,3
Частота потребления отдельных	Ежедневно овощные блюда в двух и более приемов пищи	77,9	71,9	79,9	81,4	81,0	73,8	80,1	77,9	78,4

продуктов в семье	Ежедневно фрукты не менее 250г	86,4	89,3	84,4	85,7	77,8	78,5	86,0	81,7	83,0
	Ежедневно хлеб из муки грубого помола	49,2	54,6	58,0	51,5	55,0	49,5	50,7	54,9	55,9
	Блюда из рыбы не реже 1 р/нед	70,4	59,2	62,5	69,5	67,5	59,8	69,8	64,6	61,8
	Ежедневно не менее 2х видов молочных продуктов	77,4	70,9	81,7	82,9	82,3	76,6	80,8	78,4	80,5
Источники информации о принципах здорового питания (приоритетные)	Медицинские работники	32,3	28,1	37,6	39,9	37,7	23,4	37,1	34,4	34,2
	телевидение	25,9	26,6	24,8	30,3	35,3	31,8	28,7	32,3	26,4
	интернет	35,3	38,2	33,5	26,7	24,3	40,2	30,0	29,1	35,1

Анализ данных показывает заметные различия между городскими и сельскими семьями как в уровне образования родителей, так и в доходах. В городской местности высшее образование у родителей встречается значительно чаще, чем в сельской: среди матерей в городе доля обладательниц высшего образования колеблется от 42 чел. (на 100 респондентов) во 2 классе до 61,9 в 10 классе, тогда как в селе этот показатель ниже — от 16,8 в 5 классе до 34 в 10 классе. Аналогичная картина наблюдается у отцов: в городе высшее образование имеют 41,7–52,5 отцов, а в селе — всего 8,9–24,2. При этом в сельской местности преобладает среднее профессиональное образование как у матерей (48–59,8), так и у отцов (52,7–67,7), тогда как в городе его доля постепенно снижается к старшим классам. Среднее образование чаще встречается в селе, особенно среди матерей — до 23,1 против 5–8,5 в городских семьях. Интересно, что к 10 классу в селе заметен рост доли матерей с высшим образованием (с 16,8 в 5 классе до 34 в 10 классе), что может быть связано с поздним получением образования или изменением социальных условий. Родители, имеющие высокий уровень образования, как правило, лучше осведомлены о важности сбалансированного питания и, следовательно, более склонны прививать своим детям здоровые

пищевые привычки. Напротив, семьи с низким уровнем образования могут недостаточно уделять внимание вопросам здоровья и питания, что приводит к увеличению потребления высококалорийной и малопитательной пищи.

Уровень доходов семей также демонстрирует региональные различия. Средний доход преобладает и в городе, и в селе, однако в сельской местности его доля стабильнее (74,7–78,2 против 67,5–78,2 в городе). При этом городские семьи чаще относятся к категории с доходом выше среднего — к 10 классу их количество достигает 23,8 чел. (из 100), тогда как в селе этот показатель не превышает 11,4 человека. Низкий доход более характерен для сельских семей: например, во 2 классе 4,2 сельских респондента отметили низкий доход против 1,5 в городе. Динамика по классам показывает, что в городе с возрастом детей увеличивается доля семей с доходом выше среднего (с 15,7 во 2 классе до 23,8 в 10 классе), тогда как в селе изменения менее выражены, хотя к старшим классам также наблюдается небольшой рост благосостояния. В семьях с низким доходом часто наблюдается ограниченный доступ к свежим фруктам, овощам и другим здоровым продуктам. Исследования показывают, что низкий уровень дохода напрямую коррелирует с высоким потреблением обработанной пищи, что, в свою очередь, значительно влияет на здоровье и благополучие ребенка.

Прослеживается взаимосвязь между образованием родителей и уровнем доходов. Городские семьи, где высшее образование распространено шире, чаще имеют доход выше среднего, что может объясняться доступом к высокооплачиваемым профессиям.

В сельской местности, несмотря на меньший уровень образования родителей, сохраняется высокий процент семей со средним доходом, что возможно, связано с дополнительными факторами, такими как натуральное хозяйство, государственные субсидии или локальные экономические особенности. Причины выявленных тенденций могут включать миграцию образованных семей в города, неравный доступ к высшему образованию в

регионах, а также возрастные особенности родителей старшеклассников, которые могли получить образование позже.

В целом, данные подчеркивают устойчивый образовательный и экономический разрыв между городом и селом. Рост доли высшего образования у сельских матерей к 10 классу указывает на позитивные изменения, однако низкая доля высоких доходов в селе сохраняется. Эти выводы актуальны для разработки мер, направленных на сокращение неравенства — например, расширение доступности высшего образования в регионах, поддержку сельских семей через экономические программы или улучшение инфраструктуры. Социальная мобильность в сельской местности остается ограниченной, но динамика в старших классах дает основания для осторожного оптимизма.

Анализ данных о знаниях и практиках рационального питания среди школьников выявляет как общие тенденции, так и различия между городской и сельской местностью, а также возрастную динамику. Знания о принципах здорового питания демонстрируют высокий уровень: в среднем 94–97 школьников заявляют, что знакомы с этими принципами. Однако, практическое соблюдение принципов оказывается ниже: лишь 81,6–85,8 (из 100 респондентов) школьников придерживаются здорового питания, причем в сельской местности к 10 классу доля соблюдающих снижается с 85,9 до 82,9, а в городской — остаётся более стабильной. Это говорит о разрыве между теоретическими знаниями и их реализацией, особенно среди подростков.

Потребление конкретных продуктов также отражает возрастные и региональные особенности. Например, ежедневное употребление овощных блюд в городских семьях растёт к 10 классу (с 71,9 в 5 классе до 79,9), тогда как в сельской местности, напротив, снижается (с 81,4 во 2 классе до 73,8 в 10 классе). Подобная динамика наблюдается и с фруктами: в городе их регулярно едят 84–89 школьников, но к старшим классам потребление падает, а в селе изначально более низкие показатели (77,8–85,7) продолжают снижаться. Интересно, что хлеб из муки грубого помола чаще включают в рацион городские семьи (до 58

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

человек из 100 в 10 классе), тогда как в селе к старшим классам его доля уменьшается (с 55 до 49,5). Потребление рыбы (не реже 1 раза в неделю) сокращается с возрастом и в городе, и в селе, что может быть связано с предпочтениями подростков или доступностью продукта. На этом фоне молочные продукты остаются стабильным элементом рациона: их ежедневно употребляют 76–82 опрошенных сельских семей и 70–82 городских семей, причём к 10 классу показатели даже растут, что, вероятно, связано с традиционными пищевыми привычками.

Источники информации о здоровом питании различаются в зависимости от местности и возраста. В сельской местности ключевую роль играют медицинские работники (23–40), но к 10 классу их влияние резко падает (до 23,4), уступая место интернету (40,2). В городе, напротив, доверие к медицинским работникам растёт с возрастом (с 28,1 до 37,6), а интернет остаётся второстепенным источником. Телевидение сохраняет умеренную значимость, особенно в селе (до 35,3). Эти данные указывают на рост роли цифровых ресурсов в формировании пищевого поведения подростков, особенно в сельской местности, где интернет к 10 классу становится основным каналом информации.

В целом, несмотря на высокую осведомлённость о принципах рационального питания, их практическая реализация сталкивается с барьерами: возрастными изменениями предпочтений, региональными различиями в доступности продуктов и доверии к источникам информации. Снижение приверженности к здоровым пищевым привычкам среди старшеклассников, особенно в селе, требует усиления образовательных программ, адаптированных к возрастным и локальным особенностям, а также интеграции цифровых платформ в просветительскую работу.

Понимание взаимосвязи между социальными и экономическими факторами и формированием пищевых привычек у детей является важным шагом к разработке эффективных стратегий профилактики и вмешательства.

В формировании пищевых привычек не следует недооценивать влияние мнения окружающих (например, сверстников) и прямое или косвенное воздействие рекламы и медиасреды. Исследования показывают, что дети, подвергающиеся воздействию рекламы нездоровой пищи, часто ассоциируют ее с положительными эмоциями и социальным опытом.

В современном мире реклама окружает детей повсюду: на телевидении, в интернете, в социальных сетях и даже в мобильных приложениях. При этом большая часть рекламы касается именно нездоровых продуктов, таких как фастфуд, сладости, газированные напитки, переработанные продукты питания. Например, детские наборы от ресторанов быстрого питания с игрушками, стимулирует покупки. Это пример того, как реклама влияет на детей через игрушки и любимых персонажей. Массированная реклама таких продуктов создает у детей ложное представление о том, что они являются нормой, что приводит к искажению пищевых привычек и норм. Дети в возрасте 6-8 лет не различают рекламу и развлекательный контент, что делает их более уязвимыми. С возрастом подростки всё ещё подвержены влиянию рекламы из-за импульсивности, но уже в меньшей степени. Также важно отметить, что реклама использует эмоциональное воздействие и парасоциальные отношения с блогерами и медийными личностями. Это формирует у детей доверие к продуктам через любимых инфлюенсеров (кумиров).

## **Выводы**

Формирование нездоровых пищевых привычек у детей является результатом сложного взаимодействия социальных и экономических факторов. Уровень образования родителей, влияние социальной среды и экономическое благополучие напрямую влияют на выбор продуктов питания. Для решения данной проблемы необходимо разработать комплексный подход, включающий образовательные программы, поддержку семей с низким доходом и политику здравоохранения, направленную на формирование здоровых пищевых привычек с раннего возраста. Только такой подход сможет помочь в борьбе с растущей

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

эпидемией нездорового питания среди детей и обеспечить им здоровье в будущем. Для минимизации негативного влияния рекламы на пищевые привычки детей и подростков необходимо применять комплексный подход. Рекомендуются: - введение строгих ограничений на рекламу нездоровой пищи, направленной на детей; - разработка образовательных программ для детей и родителей о правильном питании и восприятии рекламы; - поощрение и поддержка производителей здоровой пищи в их маркетинговых стратегиях; - проведение социальных кампаний для повышения осведомленности о проблемах питания у детей

### **Библиографический список:**

1. Антонова Н.Л., Нагноенко Д.В. Социальные факторы формирования пищевых расстройств: опыт социологического исследования // *Acta Biomedica Scientifica*. 2024. 9(1). С. 23-31. doi.org/10.29413/ABS.2024-9.1.3
2. Ахметов Т.Р., Садыков Р.М. Влияние социально-экономических факторов и рациона питания в семье на здоровье детей и подростков // *Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины*. 2022. Т. 30. №6. С. 1259-1264. doi: 10.32687/0869-866X-2022-30-6-1259-1264
3. Колесникова А.А., Семёнова А.В. Психологические причины и особенности проявления расстройств пищевого поведения в подростковом возрасте. // *Педагогика: история, перспективы*. 2021. 4(4). С. 54–61.
4. Шестакова Е.А., Яшков Ю.И., Реброва О.Ю., Кац М.В., Самсонова М.Д., Дедов И.И. Сравнение анамнестических характеристик, особенностей образа жизни и сопутствующих заболеваний у пациентов с ожирением при наличии и отсутствии сахарного диабета 2 типа // *Ожирение и метаболизм*. 2020. 17(4). С. 332-339. doi.org/10.14341/omet12701
5. Детей с ожирением в России за 10 лет стало больше почти в два раза [Электронный ресурс] // *Азбука.ру*: [сайт]. URL: <https://azbyka.ru/news/detej-s->

ozhireniem-v-rossii-za-10-let-stalo-bolshe-pochti-v-dva-raza (дата обращения: 05.05.2025). – Текст: электронный.

6. Росстат: число детей с ожирением выросло на 63 % за 12 лет [Электронный ресурс] // Правмир.ру: [сайт]. URL: <https://www.pravmir.ru/rosstat-chislo-detej-s-ozhireniem-vyroslo-na-63-za-12-let/> (дата обращения: 05.05.2025). – Текст : электронный.

7. Панов И.С., Алымов Д.И., Симонова В.Г. ЭПИДЕМИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБЩЕЙ И ПЕРВИЧНОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ОЖИРЕНИЕМ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 0 ДО 17 ЛЕТ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ И ЕЁ ОКРУГАХ В ПЕРИОД С 2018 ПО 2023 ГОД // Международный студенческий научный вестник. 2024. № 6 [Электронный ресурс]. URL: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=21653> (дата обращения: 07.05.2025). DOI: <https://doi.org/10.17513/msnv.21653>. – Текст: электронный.

*Оригинальность 76%*