

1. Лисицин Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение / Ю.П. Лисицин, Г.Э. Улумбекова – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 544 с.
2. Концепция долгосрочного социальноэкономического развития Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс] // URL: <http://static.government.ru/media/files/aaooFKSheDLiM99HEcyrygytfmGzrnAX.pdf> (дата обращения: 06.03.2020).
3. Социально-экономические и поведенческие факторы риска, определяющие состояние здоровья взрослого населения промышленного города. / Д.Е. Калинин, А.Б. Карпов, Р.М. Тахауов, С.М. Хлынин, М.А. Варлаков, Е.В. Ефимова // Здравоохранение Российской Федерации. – 2012. - №1. – С.29-34.
4. Национальный проект «Здравоохранение» [Электронный ресурс] // URL: <http://static.government.ru/media/files/TVIdAva2IHGtqxvRQAQlzABZ2dAna23R.pdf> (дата обращения: 6.03.2020).
5. Распоряжение Правительства РФ от 25.10.2010 N 1873-р [Электронный ресурс] // URL: http://minobr.nso.ru/sites/minobr.nso.ru/wodby_files/files/wiki/2016/08/rasporyazhenie_pravitelstva_rf_ot_25_10_2010_n_1873-r_ob_osn.pdf (дата обращения: 6.03.2020).
6. Стратегия ВОЗ "Здоровье для всех в 21 веке" [Электронный ресурс] // URL: <http://mednet.ru/images/stories/files/seminars/Starodubov.pdf> (дата обращения: 6.03.2020).
7. Цели, задачи государственной политики в области здравоохранения [Электронный ресурс] // URL: <https://helpiks.org/6-9578.html> (дата обращения: 6.03.2020).

УДК. 613.24

**Винокурова Д.А., Суровцева Д.Э., Нефедова Ю.Н.
КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ 10-
11 КЛАССОВ**

Кафедра гигиены и профессиональных болезней
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

**VinokurovaD.A., SurovtsevaD.E., NefedovaJu.N.
COMPREHENSIVE ASSESSMENT OF FOOD BEHAVIOR OF STUDENTS
OF 10-11 CLASSES**

Department of Hygiene and Occupational Diseases
Ural state medical university,
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: dafylya_1998@mail.ru

Аннотация. В данной статье приведен анализ пищевого поведения у школьников, обучающихся в 10-11 классах. Для исследования использовался опросник пищевого поведения (DEBQ), а также некоторые вопросы из международного исследования «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC).

Annotation. This article provides an analysis of eating behavior in students in grades 10-11. The study used the Food Behavioral Questionnaire (DEBQ), as well as some questions from the international study “Health Behavior of School-aged Children” (HBSC).

Ключевые слова: школьники, пищевое поведение, рациональное питание.
Key words: pupils, food behavior, balanced diet.

Введение

В настоящее время термин пищевое поведение подразумевает под собой ценностное отношение к пище и ее приему, модель питания в обыденных условиях и стрессовых ситуациях, образ собственного тела, и то, как еда влияет на формирование этого образа. Пищевое поведение включает в себя привычки, установки, формы поведения и эмоции, которые вызывает еда, и для каждого человека они индивидуальны.

Нарушения пищевого поведения – это один из способов уйти от реальности, занять время, устранить стресс, с помощью фиксации своего внимания на еде. Нарушения пищевого поведения можно разделить на два типа: переедание и голодание [1].

В эпоху социальных сетей трансляция «идеала» из всех источников искажает реальное восприятие себя самого, и этому влиянию больше всего подвержены подростки. Идеи, транслируемые средствами массовой информации, а также сложившиеся в общественном мнении представления о красоте как мужской, так и женской, оказывают влияние на представления подростков о себе и своем теле, определяют образ тела, и, в конечном счете, пищевое поведение подростка. Именно поэтому проблема адекватной оценки себя и своего питания очень актуальна [2].

Цель исследования – оценить адекватность пищевого поведения и зависимость самовосприятия от пищи у учащихся 10-11 классов.

Материалы и методы исследования

Проведено дистанционное анонимное анкетирование учащихся 10-11 классов на базе МАОУ Гимназия №120 с применением программы Google Форма. В анкетировании приняло участие 50 человек: 20 человек из 10 класса и 30 – из 11 класса. Средний возраст респондентов 16,8 лет. В исследовании использовался опросник пищевого поведения (DEBQ), а также некоторые вопросы из международного исследования «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC–Health Behavior in School-Aged Children). Статистическая обработка результатов проводилась с использованием пакета прикладных программ Microsoft Excel версии 2010, Gretl 2019.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе обработки результатов опросника пищевого поведения DEBQ выяснилось, что 92% школьников имеют нарушения пищевого поведения и лишь у 8% таковых нарушений нет. Из доли школьников с нарушенным пищевым поведением 22% имеют ограничительное (диетическое) пищевое поведение (ОПП), которое характеризуется преднамеренными усилиями, направленными на достижение или поддержание желаемого веса посредством самоограничения в питании (Рисунок 1). Также 22% респондентов имеют эмоциональное пищевое поведение (ЭмПП), при котором желание поесть возникает в ответ на негативные эмоциональные состояния. У 17% опрошенных отмечается экстернальное пищевое поведение (ЭкПП), при котором желание поесть стимулирует не реальное чувство голода, а внешний вид еды, ее запах, текстура либо вид других людей, принимающих пищу. У 39% респондентов отмечается сочетание различных форм нарушения пищевого поведения.

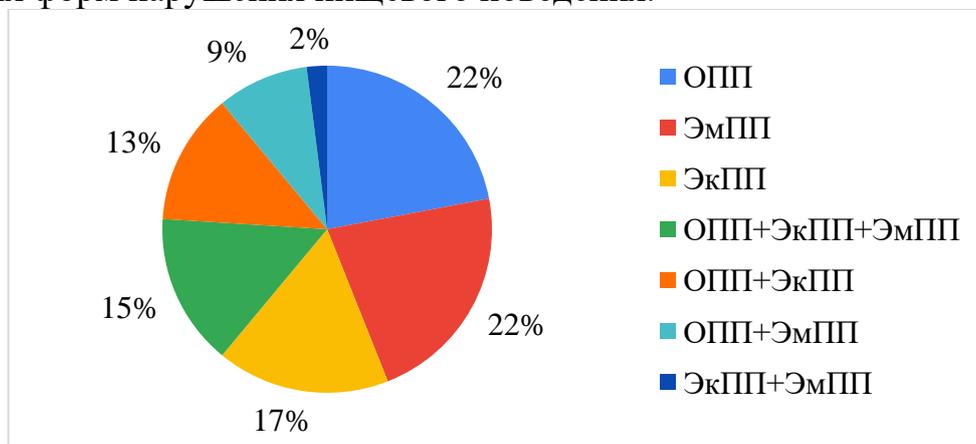


Рис. 1. Распределение типов нарушенного пищевого поведения у учащихся 10-11 классов.

Анализ данных ограничительного пищевого поведения показал, что у 30% опрошенных данный показатель ниже нормы (Рисунок 2). Это свидетельствует о том, что данная группа школьников употребляют пищу бесконтрольно, без ограничений, плохо осознавая, что и как они едят. У 40% показатель оказался выше нормы, что означает, что данная группа «осторожна» и «профессиональна» в выборе пищи, они боятся есть, чтобы не набрать лишний вес или руководствуясь соображениями «полезности».

У 64% опрошенных показатель по эмоциональному пищевому поведению оказался выше нормы. Данной группе школьников сложно перерабатывать эмоции, не прибегая к помощи еды. Еда в их жизни становится утешением, нарастает склонность к «заеданию» стресса. Также 64% респондентов имеют показатель, превышающий норму по экстернальному пищевому поведению. Данной группе сложно остановиться, начав есть, сложно удержаться при виде вкусной или просто лежащей на виду еды. Такие люди обычно считают, что им нельзя иметь дома вкусной еды, поскольку она будет съедена в первый же день после покупки, и за ужином с друзьями они съедают существенно больше, чем в

одиночестве. И у 6% школьников показатель оказался ниже нормы, означая, что они не склонны переесть в социальных ситуациях или потому, что еда находится на виду и доступна.

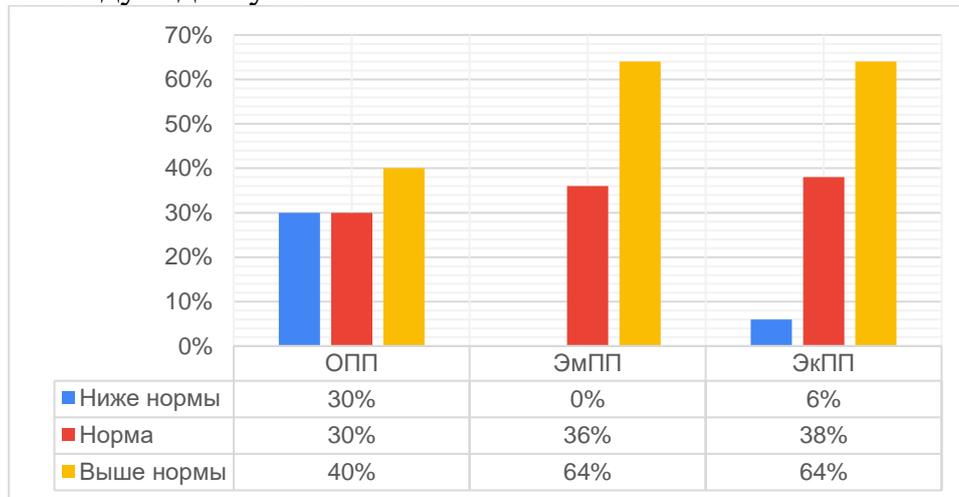


Рис. 2. Оценка результатов анкетирования по отдельным видам нарушений пищевого поведения.

Также школьникам были заданы вопросы из международного исследования HBSC. При анализе данных выяснилось, что большая часть школьников, а именно 52%, завтракают в течение всей учебной недели, а 86% завтракают и по выходным. Стоит отметить, что 18% опрошенных никогда не завтракают в течение учебной недели. Пропуск завтрака ведет к ухудшению познавательной функции и школьной успеваемости [3,5]. Те, кто пропускают завтрак, также чаще в течение оставшегося дня имеют перекусы продуктами с высоким содержанием жира и низким содержанием пищевых волокон.

В ходе исследования измерялись такие антропометрические данные как рост и вес, с целью вычисления индекса массы тела (ИМТ). Показатели оказались следующими: 2% имеют выраженный дефицит массы тела, 24% – недостаточную массу тела, 52% – нормальную массу тела, 6% – избыточную массу тела (предожирение) и 6% – ожирение 1-ой степени.

Всего 38% школьников удовлетворены своим весом. 14% считают, что им необходимо повысить свой вес, а 48% считают, что им нужно снизить вес, и 20% из них уже находятся на диете или делают что-либо для снижения веса. На вопрос «Что Вы думаете о своем теле?» школьники ответили следующим образом: 8% считают себя очень худыми, 18% – худыми, 26% – полными, 2% – очень полными и 46% считают, что их вес в норме. Стоит отметить, что ввиду возраста и повышенного социального влияния некоторые школьники не способны адекватно оценивать состояние своего тела и пищевое поведение. Подростки испытывают воздействие специально направленных на них широкомасштабных кампаний маркетинга и рекламы. И не всегда такое влияние выражается в положительном ключе. Так, например, респондент, считающий себя «очень полным» имеет ИМТ = 17,2, что соответствует недостаточной массе тела.

Таким образом, поддержание нормального пищевого поведения является важным аспектом в жизни населения, в частности у школьников. ВОЗ отмечает, что молодые люди, у которых с раннего возраста выработались здоровые пищевые привычки, имеют больше вероятности сохранить их и в зрелом возрасте, и у них будет меньше риска развития таких ХНИЗ, как сердечно-сосудистые, рак, сахарный диабет, остеопороз.

Рациональное и сбалансированное питание в подростковом возрасте способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию, создает условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде и оказывает существенное влияние на формирование и состояние здоровья человека на протяжении всей последующей жизни.

Выводы:

1. Подростки и молодые люди с нормальным весом могут часто показывать повышенные значения по ограничительному и/или пищевому-эмоциональному поведению вследствие юношеского максимализма и высокой подверженности веяниям «моды» и СМИ.

2. Хотя показатель ИМТ считается стандартом диагностики степени ожирения, он не отражает полностью объективные данные о «качественном» состоянии тела. Так, например, за счет развитой мускулатуры ИМТ может быть превышен, но диагноз – ожирение для такого человека поставить нельзя. Подростки не знают таких нюансов, поэтому могут слишком критично относиться к показателям ИМТ. То же самое можно сказать про низкий и нормальный ИМТ – при таких показателях процентное содержание жировой ткани в организме может быть больше мышечной.

Список литературы:

1. Хатыпова А.С. Взаимосвязь нарушений пищевого поведения и представлений подростков об их родителях / А.С. Хатыпова, М.Г. Чухрова // Вопросы студенческой науки – №5 – 2018. – С.23-26.

2. Иванов Д.В. Образ тела у подростков с нарушениями пищевого поведения/ Д.В.Иванов, А.А. Хохрина // Вестник университета – №6. – 2019. – С.198-204.

3. Особенности питания, элементного статуса организма учащихся и их успеваемость/С.И. Нотова, Т.И. Бурлуцкая, О.И. Бурлуцкая, Е.С. Барышева, Ж.Ю. Горелова, Е.Г. Чернова // Вопросы современной педиатрии – №6 – 2007 – С.70-74.

4. Королев А.А. Питание различных групп населения /А.А. Королев //Гигиена питания – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – С. 332-384.

5. Оценка физического развития детей среднего и старшего школьного возраста: анализ результатов одномоментного исследования/Л.С. Намазова-Баранова, К.А.Елецкая, Е.В.Кайтукова, С.Г., Макарова //Педиатрическая фармакология. – № 15 – 2018. – С. 333-342.

6. Cooper S.B. Breakfast consumption and cognitive function in adolescent schoolchildren/ S.B. Cooper, S.Bandelow, M.E.Nevill//Physiology & Behavior –№5 – 2011. – P.431-439.

УДК 331.472

**Воинкова Е.Н.¹, Умаров М.Р.¹, Кашанская Е.П.², Гоголева О.И.¹,
Нарицына Ю.Н.¹, Рыжкова И.А.¹
СИСТЕМАТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА РИСКА ФОРМИРОВАНИЯ
ПАТОЛОГИИ РЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ У ПРЕССОВЩИКА
ОГНЕУПОРНЫХ ИЗДЕЛИЙ**

¹Кафедра гигиены и профессиональных болезней

Уральского государственного медицинского университета

²Екатеринбургский медицинский-научный центр профилактики и охраны
здоровья рабочих промпредприятий
Екатеринбург, Российская Федерация

**Voinkova E.N.¹, Umarov M.R.¹, Kashanskaya E.P.², Gogoleva O.I.¹,
Naritsyna Yu.N.¹, Ryzhkova I.A.¹
SYSTEMATIC RISK ASSESSMENT OF THE FORMATION OF THE
RESPIRATORY SYSTEM PATHOLOGY IN THE PRESSURE MEMBER OF
REFRACTORY PRODUCTS**

¹Department of Hygiene and Occupational Diseases

Ural state medical university

²Yekaterinburg MedicalResearchCenter for Prophylaxis and Health Protection in
Industrial Workers
Yekaterinburg, Russia Federation

E-mail: voinkova.yevgeniya@bk.ru

Аннотация. Проведен анализ пылевой нагрузки у 15 прессовщиков огнеупорных изделий Первоуральского динасового завода (Свердловская область, Россия), подвергающихся воздействию вредных производственных факторов (пыли свободного диоксида кремния, вибрации производственного шума, физического перенапряжения), находившихся на обследовании в ФБУН «ЕМНЦ ПОЗРПП» Роспотребнадзора за период 2018-2019 гг.

Abstract. The analysis of dust loading in 15 press operators refractories PervouralDinas plant (Sverdlovsk region, Russia), are exposed to harmful production factors (dust, free silica, vibration, industrial noise, physical exertion), were examined at the Yekaterinburg MedicalResearchCenter for Prophylaxis and Health Protection in Industrial Workers for the period 2018-2019.

Ключевые слова: пыль, кремния диоксид, прессовщик огнеупорных изделий.

Key words: dust, silicon dioxide, refractory products presser.