

ИЗУЧЕНИЕ СТЕРЕОТИПОВ ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ КУЗБАССА

Маюрникова Л.А. – д.т.н., проф., Новоселов С.В. – к.т.н., доцент,
Крапива Т.В. – аспирант, Маковская И.С. – аспирант,
Алтайский государственный технический университет им. И.И. Ползунова
(г. Барнаул)
Кемеровский технологический институт пищевой промышленности
(г. Кемерово)

Здоровье населения каждого отдельного региона нашей страны зависит от целого ряда взаимосвязанных факторов демографических, экологических и социальных, они так же формируют общую картину здоровья нации. Различные регионы характеризуются как неблагоприятные по одному или целому ряду признаков, напрямую или косвенно зависящих от этих факторов.

Кузбасс относится к регионам, для которого, в разной степени, актуальным является воздействие всех перечисленных факторов. В плане техногенного влияния на окружающую среду и человека Кемеровская область относится к одному из неблагоприятных. Высокая концентрация предприятий угольной и химической промышленности, наличие кузнецкого металлургического комбината, и др. предприятий металлургической отрасли, климатическое положение области накладывают свое отрицательное воздействие на здоровье населения и окружающую среду.

Существенное влияние на способность организма сопротивляться воздействию вредных и опасных факторов оказывает степень восполнения потребности организма в основных питательных веществах, минеральных веществах, витаминах, и других незаменимых соединениях, которые человек получает с пищей. Известно, что в условиях неблагоприятной экологической ситуации увеличивается потребность в незаменимых пищевых веществах.

В Кемеровской области, в рамках региональной профилактической программы «К здоровью – через питание» проводится работа по улучшению структуры питания населения питания специального назначения, в том числе разработка и внедрение продуктов обогащенных витаминами, йодом, железом и др. Тем не менее, за последнее десятилетие в Кемеровской области отмечается рост тиреоидной патологии. Так, заболеваемость диффузным нетоксическим зобом в Кузбассе колеблется от 35% до 83%, в зависимости от районов области и различных когорт насе-

ления. Дефицит железа в явной или скрытой форме в России в среднем обнаруживается у 42 % женщин детородного возраста, в Кузбассе в 2003 году эта цифра достигла 63,2 %. Следует отметить, что латентная форма дефицита встречается в 2-3 раза чаще, чем железодефицитная анемия. Это свидетельствует о том, что не смотря на комплекс мер, направленных на снижение величины заболеваемости населения Кемеровской области заболеваниями анемической направленности, существует ряд объективных трудностей, в достижении поставленной цели. Первоочередной задачей при проведении деятельности по снижению частоты алиментарных заболеваний является изучение рационов различных групп населения Кемеровской области, с целью определения направлений и путей корректирования существующих рационов.

Нами проведено исследование рационов питания и потребительских стереотипов различных групп населения кемеровской области. В перечень обследуемых групп были включены следующие: школьники, студенты, социальные служащие, работники предприятия химической промышленности, и шахтеры. Изучение и сравнение рационов питания этих пяти групп позволяет составить наиболее полную картину пищевого поведения жителей Кузбасса. Так как между этими группами существуют большие различия в стереотипах питания, материальном положении, уровне образования и знаний в области питания, помимо того каждая из исследованных групп подвергается своим специфическим факторам (социальным, экологическим, информационным и др.), косвенно или напрямую, влияющим на построение рациона.

Для получения наиболее полного представления о пищевом поведении изучаемых групп, исследование велось в два этапа. На первом этапе проводилось анкетирование представителей исследуемой группы, с целью определения рационов питания и потребительских стереотипов.

Респондентам предлагалось ответить на вопросы о величине доходов на одного члена семьи, о доле в рационе продуктов со своего приусадебного участка, о приеме витаминно-минеральных препаратов, об отношении респондентов к обогащенным продуктам, о том какие продукты опрошенные хотели бы включить в рацион. Помимо этого респондентам

предлагалось отметить частоту употребления ими основных продуктов питания.

Ниже приведен анализ анкетных данных пяти опрошенных групп респондентов. На рисунке 1, в процентном соотношении, приведены данные о доходах на одного члена семьи, для четырех групп респондентов.



Рисунок 1 - Соотношение среднего дохода на одного члена семьи в исследуемых группах

Очевидно, что подавляющее большинство школьников являются финансово-зависимыми от своих родителей, поэтому анкета не включала вопросы материальной обеспеченности. Как видно из рисунка 1, наименее обеспеченной группой из исследуемых являются студенты. Около 80% опрошенных имеют среднемесячный доход, на одного члена семьи, меньше прожиточного минимума. Опрошенные шахтеры и работники химического предприятия, при ответе на вопрос о материальном состоянии своих семей, показали высокую степень идентичности, в среднем, уровень материального достатка опрошенных шахтеров выше на 2% – 6%. Согласно анкетным данным наибольший среднестатистический доход из всех исследуемых групп имеют работники банка.

Поскольку уровень дефицита биологически активных веществ можно снизить за счет регулярного употребления витаминно-

минеральных комплексов, реализуемых в аптечной сети города, респондентам был задан вопрос: “Употребляете ли вы витаминно-минеральные препараты, с профилактической целью, если да то, как часто”. На рисунке 2 указаны сравнительные данные, по исследуемым группам, характеризующие частоту употребления витаминно-минеральных препаратов.

Наибольшее число принимающих витаминно-минеральные препараты, среди опрошенных, относится к группе работников социальной сферы – 94%, что объясняется более высоким уровнем образования и информированности, но тем не менее наибольшее число респондентов принимающих витаминно-минеральные препараты постоянно – школьники (17%). Совокупность этих данных позволяет судить о небольшом проценте людей употребляющих вышеупомянутые препараты, с профилактической целью, среди всех исследуемых групп.

ИЗУЧЕНИЕ СТЕРЕОТИПОВ ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ КУЗБАССА

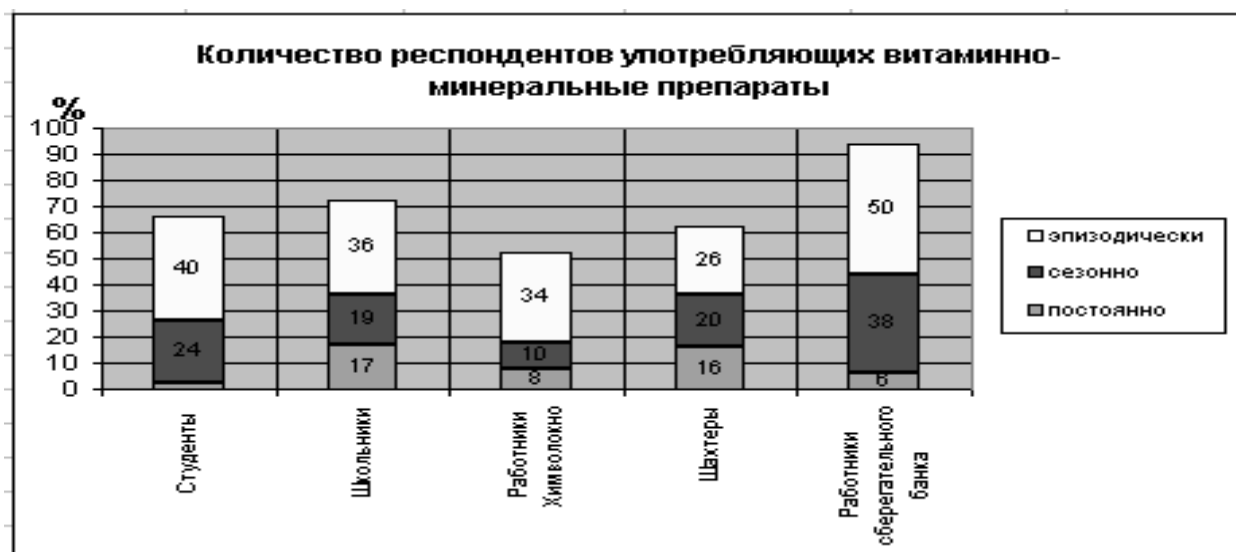


Рисунок 2 - Количество респондентов употребляющих витаминно-минеральные препараты

Важным фактором, формирующим представление о насыщенности и богатстве рациона каждой социальной группы, является удельный вес в рационе продуктов со своего приусадебного участка. На рисунке 3 приве-

дены данные, характеризующие соотношение в рационе продуктов со своего приусадебного участка (если таковые имеются) к другим продуктам питания, для пяти обследуемых групп.

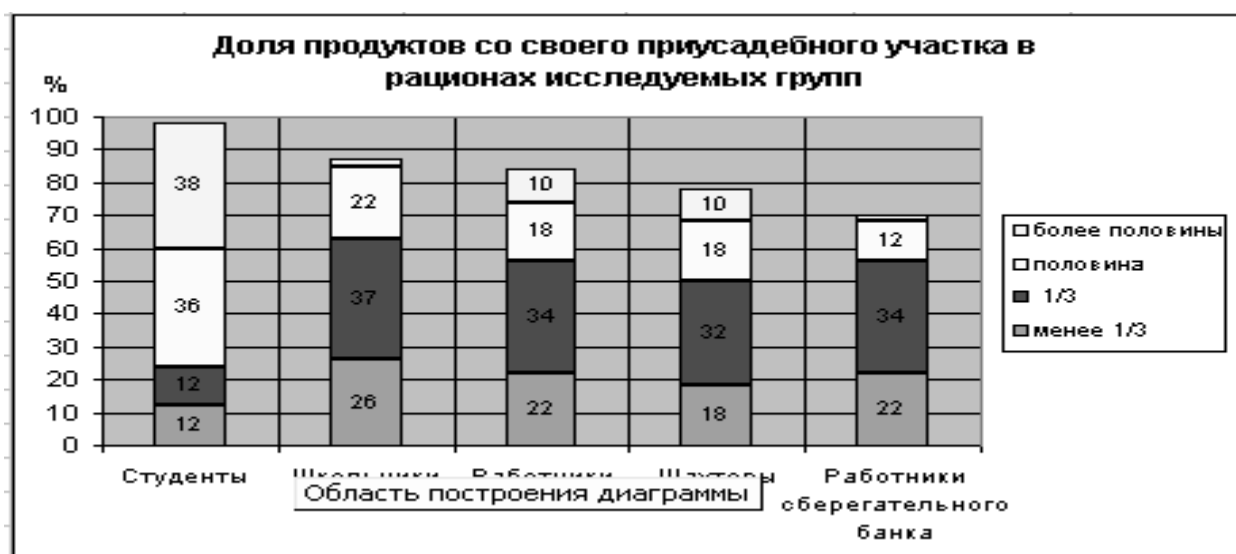


Рисунок 3 - Доля продуктов со своего приусадебного участка в рационах исследуемых групп

Чаще других, продукты со своего приусадебного участка, включают в рацион студенты (в основном это овощи, корнеплоды), помимо этого в рационе 74% опрошенных студентов доля таких продуктов составляет половину и более.

Другим интересующим нас вопросом был: "Какие продукты питания вы бы хотели

включить в рацион или увеличить их долю". Отвечая на этот вопрос, все группы респондентов проявили редкое единодушие. Наиболее часто опрашиваемые упоминали морепродукты – около 60% (в среднем по всем группам), затем свежие фрукты и овощи – упомянули около 40% опрошенных. Из этих данных можно сделать вывод, что в рационах

всех исследуемых групп, практически в равной степени, наблюдается недостаток морепродуктов, фруктов и овощей, и как следствие, будет ощущаться острый дефицит большинства микроэлементов, в первую очередь йода и селена, а также витаминов и некоторых других биологически активных нутриентов.

В рамках проведенного анкетирования, нами были получены данные о частоте употребления основных продуктов питания всеми исследуемыми группами. В таблице 1 приведены данные, указанные представителями исследуемых групп, в процентном соотношении к объему опрошенных.

Таблица 1 - Частота потребления основных продуктов питания, исследуемыми группами респондентов

Наименование продукта	Частота употребления в пищу				
	3 раза в сут.	2 раза в сут.	1 раз в сут.	Через день	реже
Студенты					
Мясо и мясопродукты	-	12%	22%	30%	36%
Рыба и морепродукты	-	-	-	4%	96%
Молоко, мол. продукты	6%	18%	16%	28%	32%
Овощи	22%	36%	18%	14%	10%
Фрукты	-	2%	6%	42%	50%
Сахар и кондит. изделия	24%	32%	12%	8%	14%
Хлеб и хлебо-бул. изделия	62%	26%	8%	4%	-
Крупы	4%	18%	36%	24%	18%
Школьники					
Мясо и мясопродукты	-	5%	25%	40%	27%
Рыба и морепродукты	-	-	3%	2%	91%
Молоко, мол. продукты	-	7%	19%	34%	31%
Овощи	17%	39%	22%	11%	8%
Фрукты	1%	1%	12%	37%	46%
Сахар и кондит. изделия	29%	30%	14%	21%	4%
Хлеб и хлебо-бул. изделия	43%	37%	6%	9%	1%
Крупы	2%	11%	30%	34%	21%
Работники ОАО «Химволокно»					
Мясо и мясопродукты	-	8%	36%	32%	24%
Рыба и морепродукты	-	-	-	8%	86%
Молоко, мол. продукты	14%	20%	32%	22%	12%
Овощи	28%	34%	26%	8%	4%
Фрукты	-	6%	2%	26%	66%
Частота употребления в пищу					
Наименование продукта	3 раза в сут.	2 раза в сут.	1 раз в сут.	Через день	реже
Сахар и кондит. изделия	36%	42%	10%	8%	4%

ИЗУЧЕНИЕ СТЕРЕОТИПОВ ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ КУЗБАССА

Хлеб и хлебо-бул. изделия	52%	30%	12%	6%	-
Крупы	-	2%	16%	48%	30%
Шахтеры					
Мясо и мясопродукты	12%	26%	44%	6%	10%
Рыба и морепродукты	-	-	12%	8%	74%
Молоко, мол. продукты	20%	24%	38%	4%	6%
Овощи	24%	26%	18%	14%	8%
Фрукты	-	2%	32%	38%	24%
Сахар и кондит. изделия	38%	30%	26%	2%	-
Хлеб и хлебо-бул. изделия	62%	28%	6%	-	-
Крупы	-	6%	48%	14%	24%
Работники Сбер. банка					
Мясо и мясопродукты	6%	18%	34%	30%	8%
Рыба и морепродукты	-	2%	6%	22%	68%
Молоко, мол. продукты	2%	4%	28%	28%	36%
Овощи	28%	36%	20%	12%	-
Фрукты	-	4%	22%	26%	46%
Сахар и кондит. изделия	26%	38%	18%	6%	4%
Хлеб и хлебо-бул. изделия	44%	46%	6%	2%	-
Крупы	-	-	8%	26%	56%

Помимо приведенных, в таблице 1, данных была получена информация о частоте потребления некоторых других продуктов, например алкогольных напитков и обогащенных продуктов. Представляется интересным соотношение числа употребляющих алкогольные напитки ежедневно, для представителей исследуемых групп. Оно выглядит следующим образом: 10%, 10%, 12%, 4%, 2% для студентов, школьников старших классов, работников хим. предприятия, шахтеров и работников банка – соответственно. Около 90% опрошенных потребляют алкогольные напитки, с различной периодичностью, в трех исследуемых группах (студенты, работники хим. предприятия и шахтеры).

Анализ сравнения данных приведенных в таб. 1. показывает, что интервал респондентов включающих в свой рацион мясо или мясные продукты ежедневно составил: от 24% до 72% (для всех пяти групп опрошенных). Пограничные значения, по частоте

употребления в пищу мясных продуктов, занимают студенты и шахтеры, соответственно.

Наибольший процент употребляющих молоко или молочные продукты в пищу ежедневно принадлежит группам опрошенных шахтеров и работников химического предприятия – 66% и 82% соответственно. Что объясняется спецификой производства.

Самый обширный сегмент в рационе всех опрошенных групп занимают: хлебобулочные изделия, сахар, овощи.

По частоте употребления в пищу морепродуктов, данные практически сопоставимы, для всех пяти групп респондентов. От 4% (студенты) до 30% (работники Сбербанка) указали, что включают в меню морепродукты по крайней мере, раз в двое суток.

Интервал респондентов употребляющих свежие фрукты, хотя бы раз за двое суток колеблется от 34% до 72%, в данном случае минимальное значение принадлежит работникам хим. предприятия, а максимальное шахтерам. Студенты, школьники и работники

банка находятся в центре данного интервала, со значениями 50%, 51%, 52% соответственно.

Анализ вышеприведенных данных позволяет говорить о недостаточном содержании, в рационах большей части респондентов подвергшихся исследованию, не только биологически активных, но и основных питательных веществ. Причем, прослеживается повышенное содержание в рационах большинства опрошенных, углеводов, наряду с дефицитом животных белков. Основным фактором несбалансированности рационов, практически в равной степени, для всех исследуемых групп, является явный недостаток морепродуктов. Следовательно, в меню подавляющего большинства опрошенных (согласно невысокому проценту употребляющих витаминно-минеральные комплексы и обогащенные продукты питания) будет прослеживаться существенный дефицит минеральных веществ, в первую очередь, йода и селена.

Фактически сформировавшиеся рационы, всех пяти исследуемых групп нуждаются в оптимизации. Но как показывают исследования применение традиционных подходов к этому вопросу недостаточно. Увеличение доли традиционных продуктов в рационе, с це-

лью устранения недостатка потребления основных питательных веществ, не только экономически дорого, но и не решает проблему дефицита в рационе многих незаменимых нутриентов. Ежедневное применение витаминно-минеральных препаратов или БАД не устраняет проблему недостатка в меню питательных веществ (незаменимых аминокислот, жирных, полиненасыщенных кислот, клетчатки и др. пищевых волокон). Помимо всего прочего дозировкой или подбором витаминно-минерального комплекса для каждого отдельного человека, с учетом всего многообразия факторов, должен заниматься профессиональный специалист, чтобы устранить риск гипervитаминозов или превышения необходимой концентрации.

В связи с этими фактами, наиболее оптимальным путем решения проблемы нерационального питания в коллективах с организованным питанием, является включение в рационы обогащенных продуктов питания. Соответственно существует острая необходимость в производстве таких продуктов, а так же их реализация не только через розничный рынок, но и на предприятиях общественного питания.