

evacuate passengers from the fired cabin of urban transport. Main provisions are defined, how to improve the technique of experimental studies smoke-forming ability of materials.

Key words: *passenger transport,*

evacuation, smoke, smoke-forming ability, technique, experiment.

*Впервые поступила в редакцию 23.12.2013 г.
Рекомендована к печати на заседании редакционной коллегии после рецензирования*

УДК 612.39/613.21-053.2:663.9

ЗМІНИ СТЕРЕОТИПІВ ХАРЧУВАННЯ У СУЧАСНИХ ШКОЛЯРІВ

Ковтюк Н.І.

Буковинський державний медичний університет, м. Чернівці;

nkovtyuk@gmail.com

Метою дослідження був аналіз харчування дітей шкільного віку та його взаємозв'язків з якістю життя. Показники якості життя дітей оцінені за генеричною анкету CHQ-SF та за власною анкету, що вивчала фізіологічні та соціальні аспекти функціонування, характер та стереотипи харчування. Було обстежено 172 пари (батьки та діти шкільного віку). Проведено вивчення характеру та якості харчування дітей. Виділено основні стереотипи харчування. Проаналізовано кореляційні зв'язки між характером харчування та окремими напрямками оцінки якості життя. Виявлено, що у сучасних школярів домінують аномальні стереотипи харчування з незбалансованістю добового раціону, що взаємопов'язано із зниженням показників якості життя дітей.

Ключові слова: *діти, якість життя, харчові уподобання*

Вступ

Формування стереотипів харчової поведінки є продуктом взаємодії багатьох факторів. Найбільш вагомими – національні традиції, соціальне середовище, матеріально-економічне становище, обсяг знань з питань харчування і загальний рівень освіченості, особисті смакові уподобання [1, 2].

Формування раціону харчування дитини значною мірою визначається стереотипом харчової поведінки. Дані про стереотипи харчування можуть служити базою для прогнозування показників здоров'я популяції в цілому та дітей зокрема. Дитячий організм активно формується з часом, фізичні, психоемоційні та розумові навантаження постійно зростають, що веде до інтенсивного функціонування всіх органів і систем і до потреби у достатньому та збалансованому живленні [2, 3, 4]. При цьому, як правило, у батьків та у дітей не спостерігається

серйозного ставлення до формування раціонального харчування, як основи здоров'я дитини [1, 2].

В той же час, якість харчування дитини є однією із складових якості життя (ЯЖ) взагалі [5]. На сьогоднішній день ЯЖ є характеристикою фізичного, психологічного, емоційного і соціального функціонування людини, в основі якого лежить суб'єктивне сприйняття, а також рівень цивілізованості та індустріального розвитку суспільства [6]. Соціальні фактори формування здоров'я та ЯЖ дітей включають в себе популяційні та мікросоціальні чинники. Сімейні особливості: соціальний статус, спосіб життя батьків, матеріальне становище, особливості харчування, рівень освіти, психологічний клімат сім'ї безпосередньо впливають на здоров'я дітей. Окрім того, сім'я прищеплює дітям поведінкові та харчові стереотипи, що визначають в подальшому житті дитини не тільки наявність або

відсутність шкідливих звичок, але і ставлення до всіх складових здорового способу життя та до свого власного здоров'я [5, 6]. Незважаючи на значне число робіт, присвячених даній проблемі, ряд питань, пов'язаних з вивченням харчових стереотипів дітей залишається недостатньо висвітленим.

Мета

Метою роботи був аналіз харчування дітей шкільного віку та його взаємозв'язків з якістю життя.

Матеріали та методи

До проведеного дослідження були залучені представник 172 сімей (344 особи: по 172 батьків та їх дітей). Вибірка сформована рандомізовано, анкетування анонімне (номер комплекту анкет для батьків співпадав з номером анкет для дитини). Вік дітей від 10 до 17 років. Для виконання даного фрагменту роботи використовували дескриптивний дизайн дослідження. Якість життя дітей оцінювали за адаптованими україномовними опитувальником CHQ-SF87 (v.3). За анкетною (AK96 v.2) оцінювали такі підрозділи: загальний стан та самооцінка здоров'я, психоемоційне функціонування, соціальна та родинна активність, взаємовідносини, харчування, стереотипи харчової поведінки. Статистичну обробку результатів проводили за стандартними методами варіаційної статистики та кореляційного аналізу із використанням пакету комп'ютерних програм Statistica 6.0 for Windows та QuattroPro 12.0 for Windows. Вірогідність різниці оцінювали за критерієм Стьюдента при рівні $p < 0,05$.

Результати дослідження та їх обговорення

Проведені нами дослідження дітей шкільного віку охоплюють основні показники ЯЖ та мікросоціальні сторони функціонування — матеріальну забезпеченість, рівень культури, житлові умови, якість харчування, добовий раціон дітей, особливості виховання дітей, сімейні стосунки. Опитувальники включали перелік запитань які формують уявлення про

дотримання режиму харчування, вживання продуктів з основних груп «піраміди харчування», вживання вітамінно-мінеральних комплексів та дольову частку продуктів із своєї присадибної ділянки. Пропонувалося вказати «чи задоволена дитина якістю свого харчування, чи не бажає його змінити?».

Аналіз отриманих даних дозволив виділити чотири стереотипи харчової поведінки, характерні для більшості респондентів. «Раціональний» стереотип харчування із достатністю, збалансованістю та різноманітністю страв був відмічений всього у 15 % школярів. Домінуючий стереотип харчування — це «йододефіцитний» (89 % дітей рідко вживають рибу, морепродукти та продукти багаті на йод). Інший стереотип харчової поведінки — «вітаміндефіцитний». Менше половини анкетованих дітей щоденно вживають свіжі фрукти, 19 % вживають один раз на тиждень та рідше. Зменшений і об'єм вживання овочів, основна частка серед яких овочів належить картоплі. В основному калорійність добового раціону забезпечується за рахунок вуглеводів, солодощів, макаронних виробів. Більше половини опитаних щоденно вживають макаронні та кондитерські вироби. 89 % віддають перевагу хлібобулочним виробам. Це створює ризик формування надлишкової маси тіла. Дана група дітей має четвертий стереотип харчування з «ризиком порушення вуглеводного обміну». Даний стереотип характеризується переважним споживанням висококалорійних вуглеводних продуктів, кондитерських виробів, солодощів. Таким чином вони формують третій стереотип харчової поведінки «вітаміндефіцитний». Незважаючи на те, що формуванням раціону школярів більшою мірою займаються їхні батьки прослідковується ряд недоліків які можуть призвести до розвитку серйозних патологічних станів [7]. Так, має місце значною мірою недостатнє споживання м'ясних, молочних продуктів, фруктів. При цьому серед обстежуваних дітей є група, які періодично

вживають слабоалкогольні напої. Більше половини школярів (57 %) основну частину всіх харчових речовин отримують з продуктами, вирощеними на присадибній ділянці, в основному це овочі, рідше молочні продукти та м'ясо.

Представляє інтерес обізнаність школярів про збалансоване та раціональне харчування і їх ставлення до свого здоров'я в цілому. Анкета містила питання "У яких продуктах харчування ви себе обмежуєте у зв'язку з захворюваннями, якщо такі є?". 91 % опитаних відповіли негативно (тобто не обмежують себе); 6 % обмежують себе в гострій та жирній їжі, у зв'язку з захворюваннями шлунково — кишкового тракту; 3 % респондентів обмежують себе в цитрусових, шоколаді, що може свідчити про наявність у них алергічних реакції на дані продукти. Відомо, що більш збалансованими є раціони в колективах з організованим харчуванням. 35 % школярів обідають у шкільній їдальні. 44 % — замість повноцінного обіду купляють булочки, кондитерські вироби та сік. Обробка результатів дозволила виявити що 31 % опитаних епізодично приймають вітамін-мінеральні препарати з профілактичною метою. Цікаво, що на прохання перерахувати деякі з уживаних вітамін-мінеральних препаратів 57 % школярів не змогли відповісти. Цей факт говорить як про недостатню інформованість більшого числа респондентів у питаннях раціонального харчування, так і про малу доступність вітамін-мінеральних комплексів.

Проаналізувавши корелятивні взаємозв'язки якості харчування та ЯЖ у школярів виявило ряд асоціацій. Так, збалансованість харчування корелювала із кращими показниками фізичного функціонування дитини ($r = 0,46$, $p < 0,05$), вживання достатньої кількості овочів — із показниками психічного функціонування ($r = 0,24$, $p < 0,05$). В свою чергу повноцінний сон має зв'язки із якістю харчування ($r = -0,42$, $p < 0,01$) і особливо вживання овочевої їжі ($r = -0,30$, $p <$

$0,05$). У дітей із низьким показником ЯЖ найчастіше реєструються порушення режиму харчування, незбалансованість раціону.

Наведені нами дані дозволяють зробити висновок, що в обстежених дітей домінують стереотипи харчування, які сприяють порушенням мінерального та вітамінного обміну. У більшості респондентів відсутня мотивація до знань з питань раціонального та збалансованого харчування. Незбалансованість та недостатня кількість в харчуванні мікро-нутриєнтів, веде до зниження опірності організму, відхилень у фізичному і розумовому розвитку дитини, підвищує ризик формування різних патологічних станів. Все це відображається на погіршенні показників якості життя школярів.

Висновки

1. У дітей із низьким показником ЯЖ найчастіше реєструються порушення режиму харчування та незбалансованість добового раціону.
2. У харчуванні сучасних школярів домінують аномальні стереотипи харчування, які вирізняються незбалансованістю раціону та дефіцитом багатьох есенціальних компонентів їжі, необхідних для гармонійного розвитку та зміцнення здоров'я дітей.

Література

1. Багнетова Е.А. Образ жизни родителей и поведенческие привычки старшеклассников / Е.А. Багнетова // Фундаментальные исследования. — 2011. — № 2. — С. 31-36.
2. McGowan L. Healthy feeding habits: efficacy results from a cluster-randomized, controlled exploratory trial of a novel, habit-based intervention with parents / L. McGowan, L.J. Cooke, B. Gardner // Am J Clin Nutr. — 2013. — V.98 (3). — P. 769-77.
3. Ventura AK. Early influences on the development of food preferences / AK Ventura, J. Worobey // Curr Biol. — 2013. — V.23 (9). — P. 401-8.
4. Sylvetsky AC. Youth understanding of healthy eating and obesity: a focus group study / AC Sylvetsky, M. Hennink, D. Comeau, et al. // J Obes. — 2013/ — V.6.

– P.702-95.

5. Белоусов Д.Ю. Качество жизни, связанное со здоровьем детей: обзор литературы / Д.Ю.Белоусов // Качеств. клин. практика. – 2008. – №2. – С. 28 –38.
6. Ravens-Sieberer U. Generic health-related quality-of-life assessment in children and adolescents: methodological considerations / U. Ravens-Sieberer, M. Erhart, N. Wille et al. // Pharmacoeconomics. – 2006. — Vol. 24, №12. – P. 1199-1220.
7. Щелкановцев В.А. Оценка стереотипов питания школьников и студентов города Кемерово / В.А.Щелкановцев, Л.А.Малютина, С.Ф.Зинчук // СМЖ (Томск). – 2007. — №1. – С. 58-61.

References

1. Bagnetova Ye.A. Obraz zhizni roditeley i povedenchiskiye privichki starsheklassnikov. Fundamentalnyye issledovaniya. 2011; 2: 31-36. (in Russian)
2. McGowan L, Cooke LJ, Gardner B, Beeken RJ, Croker H, Wardle J. Healthy feeding habits: efficacy results from a cluster-randomized, controlled exploratory trial of a novel, habit-based intervention with parents. Am J Clin Nutr. 2013 Sep; 98(3):769-77.
3. Ventura AK, Worobey J. Early influences on the development of food preferences. Curr Biol. 2013 May 6; 23(9):R401-8.
4. Sylvestsky AC, Hennink M, Comeau D, Welsh JA, Hardy T, Matzigkeit L et al. Youth understanding of healthy eating and obesity: a focus group study. J Obes. 2013; 2013: 670295.
5. Belousov D.Yu. Kachestvo zhizni, svyazannoye so zdorovyem detey: obzor literatury. Kachestv. klin. praktika. 2008; 2: 28 –38. (in Russian)
6. Ravens-Sieberer U, Erhart M, Wille N et al. Generic health-related quality of life assessment in children and adolescents: methodological considerations. Pharmacoeconomics. 2006; 24 (12): 1199-1220.
7. Shchelkanovtsev V.A., Malyutina L.A., Zinchuk S.F. Otsenka stereotipov pitaniya shkolnikov i studentov goroda Kemerovo. SMZh (Tomsk). 2007; 1: 58-61. (in Russian)

*Впервые поступила в редакцию 21.01.2014 г.
Рекомендована к печати на заседании редакционной коллегии после рецензирования*

Резюме

ИЗМЕНЕНИЕ СТЕРЕОТИПОВ ПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ

Ковтюк Н.И.

Целью исследования был анализ питания детей школьного возраста и их взаимосвязей с качеством жизни. Показатели качества жизни детей оценены по генерической анкетой CHQ — SF и по собственной анкете, изучающей физиологические и социальные аспекты функционирования, характер и стереотипы питания. Было обследовано 172 пары (родители и дети школьного возраста). Проведено изучение характера и качества питания детей. Выделены основные стереотипы питания. Проанализированы корреляционные связи между характером питания и показателями оценки качества жизни. Выявлено, что у современных школьников доминируют аномальные стереотипы питания с несбалансированностью суточного рациона, взаимосвязано со снижением показателей качества жизни детей.

Ключевые слова: дети, качество жизни, пищевые предпочтения

Summary

CHANGING STEREOTYPES OF NUTRITION IN MODERN SCHOOLAGE CHILDREN

Kovtyuk N.I.

A research purpose was to analyze peculiarities of nutrition of the modern school age children with correlation of quality of their life. A total of 172 pairs of school-age children and their parents were inspected. The descriptive cross-sectional design of research was used. Analyzed the correlation between physiological indicators, social factors and individual areas of quality of life. We found that the modern schoolchildren dominate abnormal patterns of eating unbalanced daily diet that is interconnected with the deteriorating quality of life of children. Determined that the quality of children's lives depends on the quality of sleep, nutrition and understanding with parents.

Keywords: children, quality of life, food preferences