



СБОРНИК ТЕЗИСОВ

X МЕЖДУНАРОДНЫЙ МОЛОДЁЖНЫЙ
НАУЧНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ФОРУМ

БЕЛЫЕ ЦВЕТЫ

ПОСВЯЩЕННЫЙ 150- ЛЕТИЮ
С.С. ЗИМНИЦКОГО



Казань, 2023

Актуальность: Пищевое поведение-это комплекс привычек и способов реагирования, затрагивающих питание. Сюда относятся вкусовые предпочтения, диета, режим питания. Пищевое поведение создается под влиянием культурных, социальных, семейных, биологических факторов на протяжении всей жизни человека. Правильное питание является залогом крепкого здоровья и качества жизни. С раннего возраста идет формирование предпочтений в еде, поведения в отношении еды.

Нарушение питания детей и подростков-одна из основных причин возникновения алиментарно-зависимых заболеваний ЖКТ, анемии, болезней обмена веществ, распространенность которых значительно выросла за последние годы.

Цель: Изучить особенности пищевого поведения и выяснить значение еды для современных подростков.

Материалы и методы: Для оценки состояния пищевого поведения мы использовали методику, разработанную гр. голландских психологов «Оценка пищевого поведения». Исследование заключается в проведении трех видов психологических тестов. Каждый тест направлен на выявление проблем в пищевом поведении. Для выявления особенностей пищевого поведения использован опросник DEBQ, включающий анкеты «Выявление особенностей пищевого поведения», «Выявление степени ограничительного поведения» и «Выявление степени эмоционального пищевого поведения».

Проведено анонимное анкетирование 63 школьников 12-16 лет (медиана-14 лет, мода-16 лет), проживающих в г.Казань (39 человек-61,9%) и с.Нуринер (24 человека-38,1%), из них 35 девушек (55,56%) и 28 юношей (44,44%).

Результаты: На основании анализа анкеты «Выявление особенностей пищевого поведения» у многих подростков отмечена пищевая зависимость от вкусной пищи (47,4%). Школьники едят больше и чаще, когда еда очень вкусная. При виде вкусной пищи у них появляется чувство голода, и дети не могут остановиться, когда едят. Отсутствие пищевого тормоза может способствовать развитию булимии.

По результатам исследования особенностей эмоционального пищевого поведения выявлено, что у подростков достаточно часто возникает желание «заедать» неприятности или негативные явления в жизни (17,7%). Больше всего у школьников эмоциональная зависимость наблюдается в периоды, когда они подавлены (19%), одиноки (23,8%), встревожены, озабочены или напряжены (9,5%), взволнованы (19,1%) и расстроены (19,1%). В еде они видят выход из проблемных жизненных ситуаций.

Почти половина подростков едят потому, что им нечего делать (47,6%). В этом случае еда становится занятием, прекрасным времяпрепровождением, доставляет множество положительных эмоций. В дальнейшем это переходит в хобби ребенка, которое может привести к ожирению.

Выявление степени особенностей ограничительного пищевого поведения среди школьников показало, что они сводятся лишь к тому, что только часть девочек следят за своим весом и даже способны вовсе отказаться от еды, если вес становится избыточным, или это им только кажется (19%). При этом подростки практически не прилагают усилий для корректировки меню и количества съедаемой пищи. Все мальчики не следят за своим весом, не контролируют количество съеденной пищи.

Выводы: На основании проведенного исследования установлено, что проблема пищевых нарушений у подростков действительно существует. В подростковом возрасте увеличиваются функциональные нарушения, обусловленные питанием, что связано с их большей самостоятельностью и уменьшающимся контролем родителей за питанием детей. С неправильным питанием связана распространенная проблема-избыточный вес. С нарушением пищевого поведения-булимия и анорексия.