

**ФГБОУ ВО «Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки» Минздрава России**

**Научно-практическая интернет-конференция  
«Питание детей разных возрастных групп.  
Оценка нутритивного статуса»**

# **ОСОБЕННОСТИ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УСЛОВИЙ ПРОЖИВАНИЯ**

***Заведующая кафедрой педиатрии и детских инфекций,  
д.м.н., профессор Ершова И.Б.***

***Докладчик: ассистент Роговцова А.Г.***

# Актуальность

Формирование физически здорового поколения всегда является важной задачей страны. Неправильное питание является одним из факторов замедленного физического и умственного развития детей различных возрастов. Многочисленные научные исследования доказывают, что дети лучше учатся в школе если получают полноценный завтрак. При отсутствии завтрака у школьников не только и ухудшается успеваемость, но и зачастую они на уроке просто не могут сосредоточиться. Рациональное питание предполагает включение в школьный рацион таких пищевых продуктов, ассортимент, количество и качество которых, соответствует возрастным физиологическим потребностям детей в пищевых веществах и энергии.



3

Окружение формирует у детей пищевые привычки, которые в дальнейшем определяют особенности пищевого поведения. Важным является не только характер питания сам по себе, но и пищевые стереотипы, которые формируются в детстве и определяются вкусами и пищевыми стереотипами окружающих людей.



# Цель:

Определить особенности паттерна фактического питания детей в зависимости от условий проживания.

# Материалы и методы

**121 ребенок,  
в возрасте от 7 до 11 лет**

**I группа**

**58 детей,  
воспитывающиеся в  
детском доме**

**31**

**мальчик**

**27**

**девочек**

**II группа**

**63 ребенка,  
Проживающих в  
домашних условиях**

**31**

**мальчик**

**32**

**девочек**

# Материалы и методы

6

Анализ проводился с использованием программы «Дневник питания».

Для анализа фактического питания в программе имеется возможность указывать доли порций, т.к. дети не всегда съедают полную порцию. При заполнении дневника питания дети указывали свой рацион по приёмам пищи: завтрак, обед, полдник, ужин.

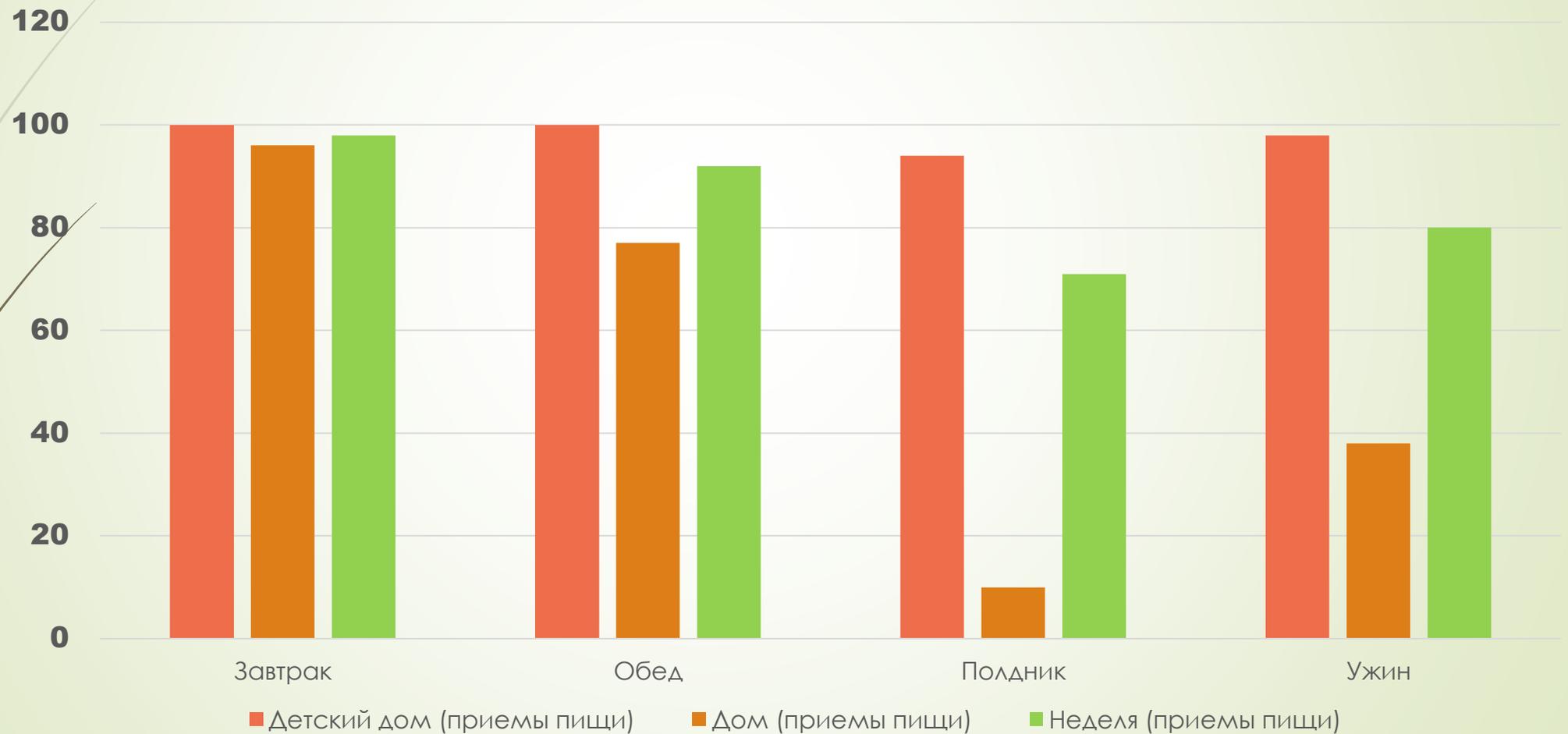


7

# Результаты исследования:

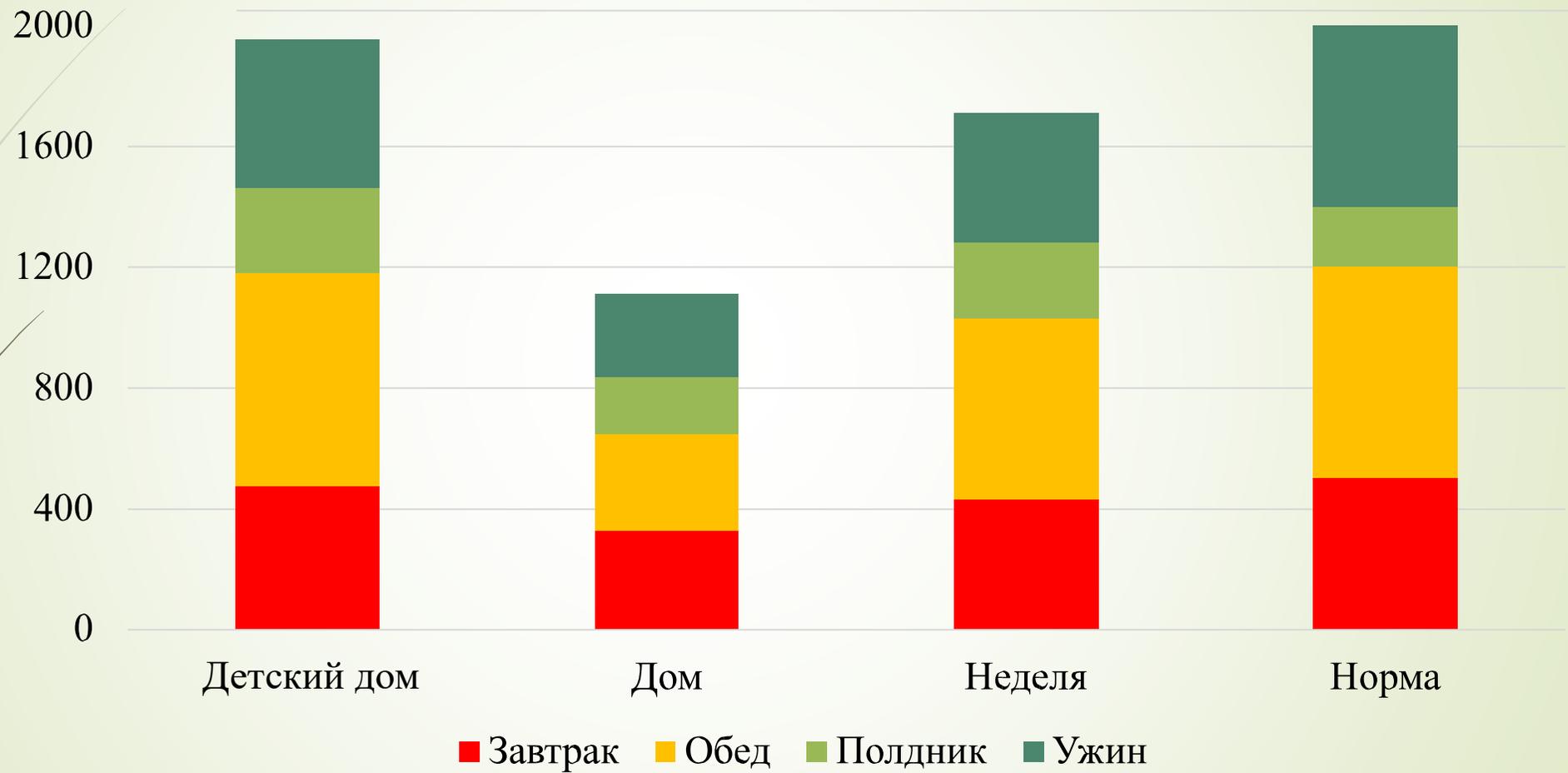


# Полнота наличия приемов пищи и блюд в фактических рационах питания детей в зависимости от условий проживания, %



# Сумма выхода блюд по приёмам пищи, г

9



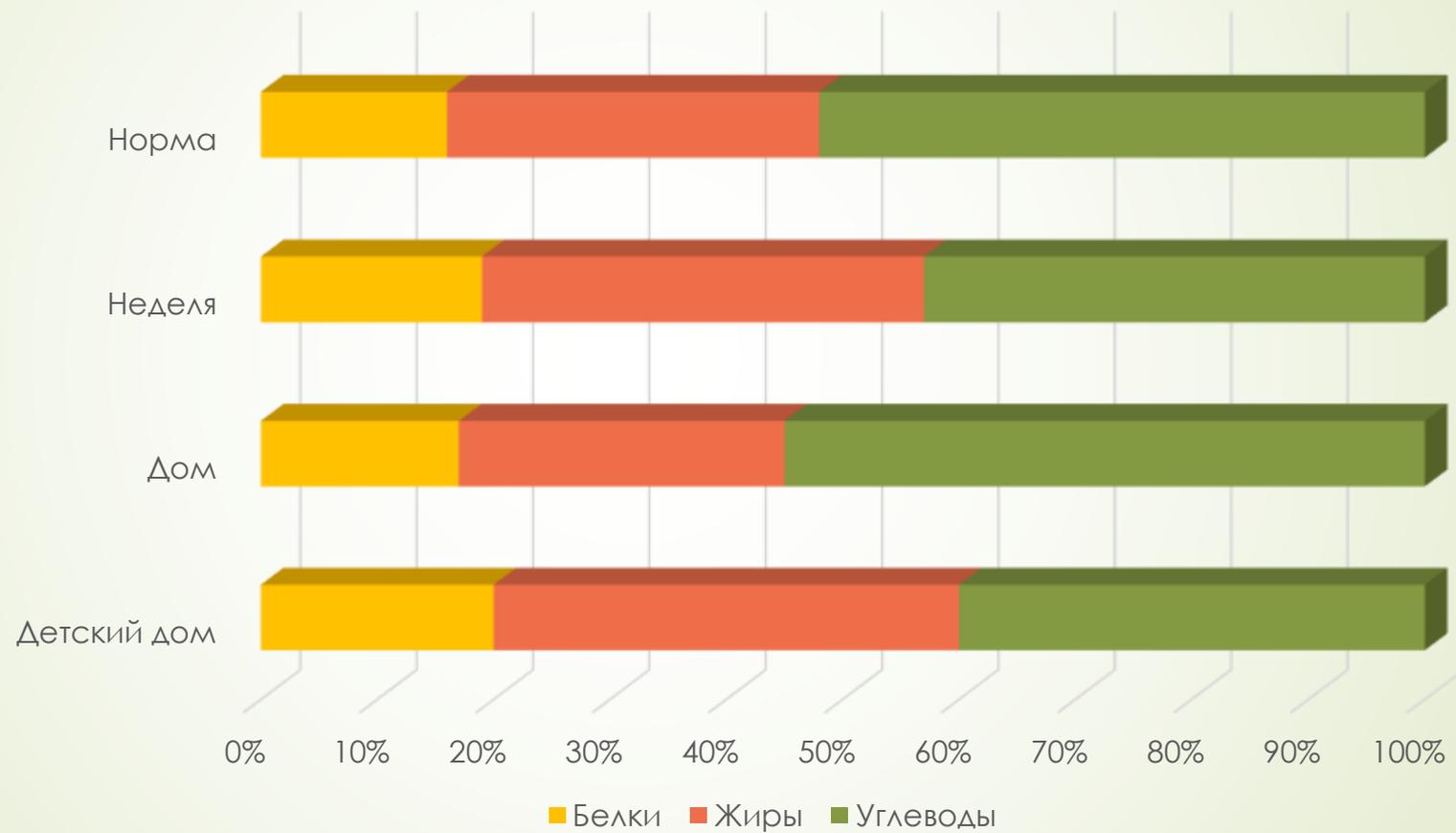
# Пищевая ценность рациона

10

		Детский дом	Дом	Неделя	Норма	Отклонение	
						г	%
Пищевые вещества, г	Белки	81,01	27,61	65,75	77,00	-11,25	-14,61
	Жиры	79,74	31,46	65,95	79,00	-13,05	-16,52
	Углеводы	237,95	147,97	212,24	335,00	-122,76	-36,64
	Пищевые волокна	15,23	7,11	12,91	20,00	-7,09	-35,44
ЭЦ, ккал		1965,70	972,02	1681,79	2350,00	-668,21	-28,43
Минералы, мг	Ca	644,33	243,00	529,67	1100,00	-570,33	-51,85
	Mg	226,57	89,52	187,41	250,00	-62,59	-25,03
	P	1137,50	393,81	925,02	1100,00	-174,98	-15,91
	Fe	11,82	4,27	9,66	12,00	-2,34	-19,46
Витамины, мг	B1	0,62	0,35	0,55	1,20	-0,65	-54,53
	B2	1,21	0,44	0,99	1,40	-0,41	-29,16
	C	62,29	12,14	47,96	60,00	-12,04	-20,07

# Соотношение белков, жиров и углеводов

11

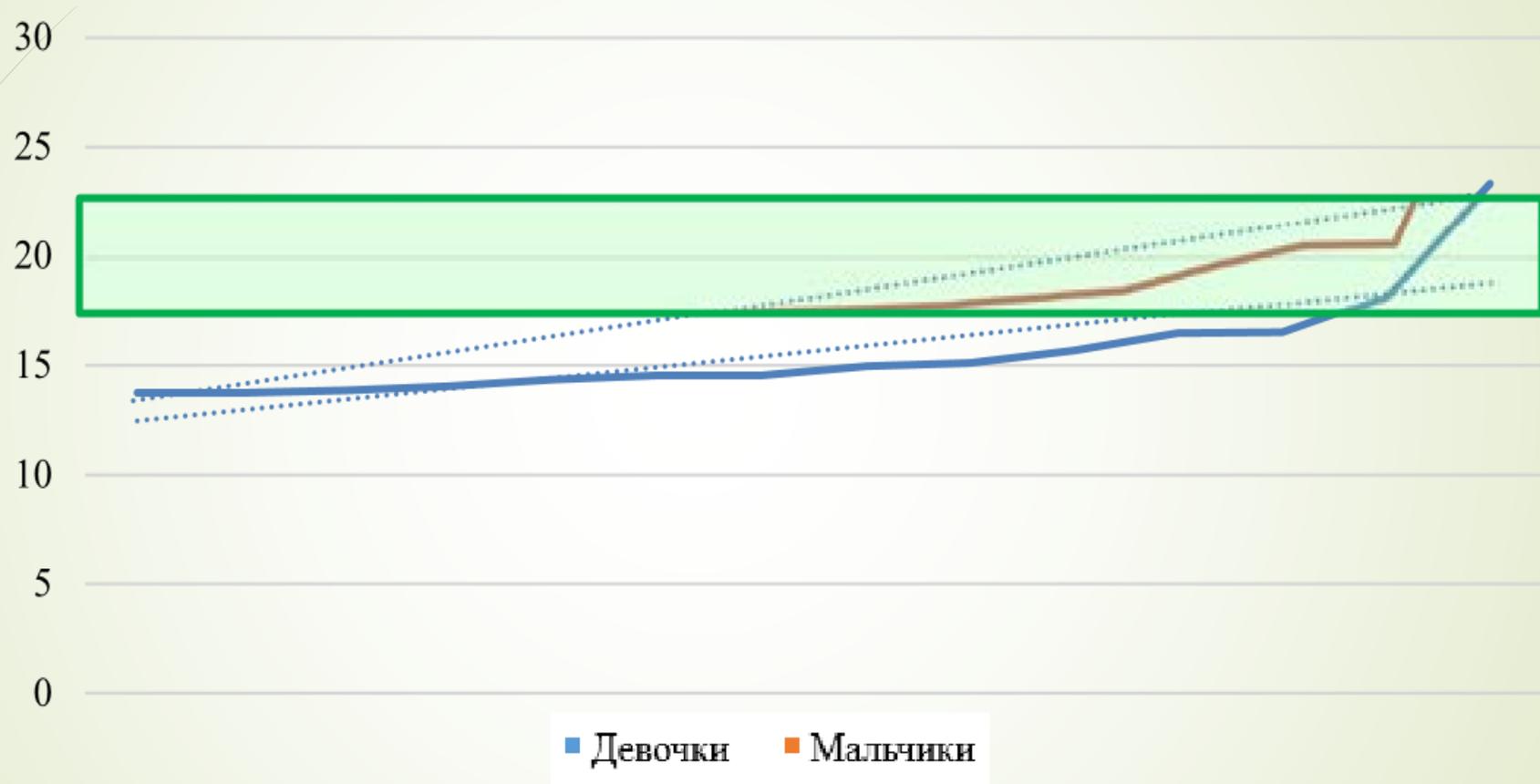


# Анализ пищевой ценности рациона, % относительно нормы

12



# Индекс массы тела



## **Выводы:**

- 1. В детском возрасте питание вносит значительный вклад в формирование здорового организма. Отклонения от рекомендуемых норм могут оказать влияние как на текущее состояние ребенка, так и вызвать эффект «снежного кома», когда последствия неправильного питания проявятся в последующих этапах жизни. Рассматриваемый рацион питания детей, проживающих в домашних условиях имеет отклонения по всем показателям (неполноценный рацион и дефицит макро- и микронутриентов), что оказывает негативное воздействие на общий недельный рацион.
- 2. Фактический рацион питания институализированных детей отвечает требованиям нормативной документации, незначительно отклоняясь от нормы в допустимых пределах. Однако, он может компенсировать лишь часть нехватки пищевых веществ за счёт нахождения анализируемых показателей ближе к верхней границе допустимого отклонения от рекомендуемой нормы. Это приводит к общему дисбалансу недельного рациона питания (снижение показателей пищевой ценности на 15–35%, минералы и витамины – до 54%), т.к. невозможно превысить допустимые значения для компенсации пищевых веществ.
- 3. В качестве дальнейших исследований может выступить анализ фактического питания детей в разные сезоны, у разных возрастных групп, а также корреляция с состоянием здоровья.

15

**Спасибо за внимание !**

