**ВАЛЕОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА РОЛИ КАРТОФЕЛЬНЫХ
ЧИПСОВ В РАЦИОНЕ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Густинович А.М.

Научный руководитель – д.м.н, профессор, заведующий кафедрой Наумов И.А.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

В последнее десятилетие проблема нерациональности питания населения страны все более усугубляется увеличением потребления таких рафинированных продуктов как снеки. Причем результаты проведенных социологических исследований выявили, что особой популярностью среди снеков у населения, особенно детей и студенческой молодежи, пользуются картофельные чипсы.

Цель исследования: дать валеолого-гигиеническую оценку роли картофельных чипсов в рационе питания студентов Гродненского государственного медицинского университета.

Материал и методы исследования: На основе результатов социологического исследования, проведенного с применением валеологической анкеты оценены характер потребления картофельных чипсов. Сбор данных проводился с использованием Google-Формы. Анкетирование проводилось среди студентов 1–3 курсов лечебного факультета учреждения образования «Гродненский государственный медицинский университет» возрасте 17-23 лет, в котором приняло участие 100 человек.

Результаты и их обсуждение. При проведении анализа полученных в ходе анкетирования данных установлено, что для абсолютного большинства опрошенных студентов 1-3 курсов (93,0%) картофельные чипсы не только являются излюбленным продуктом питания, но и потребителем приоритетом: не реже, чем 1 раз в месяц их приобретали 53,0% будущих врачей, а еще 32,0% из них – даже несколько раз в неделю. Причем, характерным обстоятельством оказалось следующее: основными покупателями оказались студенты 2 курса в возрасте от 18 до 20 лет (без учета гендерных различий), процентная доля которых составила 61%. Наиболее распространенной весовой упаковкой приобретенных чипсов оказалась 90-граммовая: ее предпочли 56,0% опрошенных студентов. Однако значительным покупательским спросом пользовались и 150-граммовые упаковки – 27,0% ответов. Значительно реже студенты приобретали картофельные чипсы в 30-граммовой расфасовке – 11,0% анкетированных. А вот покупателей больших пачек (весом более 150 грамм) оказалось только 6,0%. Оказалось, что если покупатели 30-ти и 90-граммовых пачек практически сразу же и успешно «пользовались» ее содержимое (соответственно, 11,0% и 55,0% ответов), то некоторым студентам оказалось недостаточно для разового потребления и 150-

граммовой упаковки (34,0%): в этом случае заметно больший аппетит был у первокурсников – 10% ответов). Причем данный продукт большинство анкетированных студентов всех курсов использовали именно в качестве «перекуса» (58,0% опрошенных без учета гендерных отличий), также 25% студентов чипсами дополняли один из основных приемов пищи (завтрак, обед или ужин). И только 13,0% студентов (преимущественно, первокурсников) употребляют картофельные чипсы в качестве отдельного приема пищи в связи с дефицитом времени вследствие интенсивного учебного процесса. Абсолютное было отдано картофельным чипсам торговой марки «LAY'S» (83,0% ответов). И только, соответственно, 9,0% и 8,0% потребителей оказалось любителями чипсов таких производителей как фирмы «ОНЕГА» и «Mega Chips». Исходя из явно обозначенных студентами приоритов, нами был изучен состав картофельных чипсов «LAY'S». Удалось установить, что чипсы «LAY'S» были произведены из натурального картофеля, имели вкус бекона (состав ароматизатора включал ячмень и говяжий порошок). Кроме того, в их состав входили растительное масло, пшеничная мука, соль, глюкоза, соевый белок, усилители вкуса и аромата (глутамат натрия 1-замещенный, 5 инозинат натрия 2-замещенный, 5 гуанилат натрия 2-замещенный), вкусоароматические вещества (производные молока), красители (экстракт паприки, сахарный колер IV), копильный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота).

Выяснение отношения к проблемам, определяющим информированность студентов-медиков о вредных свойствах чипсов, позволило установить, что респонденты имели определенный уровень осведомленности, который, в основном, сводился к возможности поражения органов желудочно-кишечного тракта (52,0% ответов) вследствие наличия в данном продукте разного рода консервантов (38,0% ответов). Кроме того, преимущественно первокурсники (10,0% ответов) считали, что вред картофельных чипсов заключен только лишь в их высокой калорийности.

Выводы. Таким образом, результаты проведенных исследований свидетельствуют как о недостаточно высокой осведомленности студентов-медиков о вреде картофельных чипсов, так и об избыточном их потреблении, что определяет необходимость совершенствования соответствующих мероприятий корригирующего характера.

Литература

1. Батурин, А. К. Основы здорового питания: образовательная программа для студентов медицинских вузов и врачей Центров здоровья / А. К. Батурин, А.В. Погожева, О.В. Сазонова. – М.: ИПК Право, 2011. –80 с.