

ИЗУЧИТЬ ЧАСТОТУ ПОТРЕБЛЕНИЯ ФАСТ-ФУДА СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ, ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ О ПИЩЕВЫХ ДОБАВКАХ.

Яскевич П.С., Овсяник Я.В., Заяц О.В.

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Пищевые добавки – это природные и синтетические химические соединения, которые не представляют собой источник энергии, как пища, а только добавляются в продукты для облегчения технологического процесса, продления срока хранения или придания определенной консистенции конечному продукту. Студенты вместо полезной еды употребляют пищу, содержащую различные пищевые добавки, не задумываясь о том, как они влияют на организм человека [1].

Цель. Изучить частоту потребления фаст-фуда среди студенческой молодежи, осведомленность о пищевых добавках.

Результаты и их обсуждение. По результатам опроса установлено: На вопрос «Какую «вредную» пищу/напитки вы употребляете?». 38,90% респондентов выбрали чипсы/кириешки, 35,80% - газированные цветные напитки, 17,60% - лапшу быстрого приготовления, 7,70% - другие «неполезные продукты питания» (шоколадные батончики, мучные изделия и т.д.) На вопрос «Как часто вы употребляете «вредную» пищу?» 34,3% респондентов ответили, что несколько раз в неделю, 33,3% - один раз в неделю, 15,7% - один раз в месяц, 16,75% - крайне редко. На вопрос «Какие из перечисленных симптомов после употребления вредной пищи Вы обычно чувствуете?» 57,4% респондентов отметили, что тяжесть в желудке, 40,7% - ничего не ответили, 1,8% - ответили, что головную боль. На вопрос «Проверяете ли вы состав продуктов, которые употребляете» 39,8% респондентов ответили, что не проверяют, 40,7% - ответили, что проверяют редко, 19,4% респондентов ответили, что проверяют всегда.

Вывод. Таким образом, студенческая молодежь часто употребляет фаст-фуд, при этом осведомленность о влиянии пищевых добавок на здоровье недостаточная, что указывает на необходимость повышения знаний о пищевых добавках среди данной группы населения.

Литература:

1. Титова, Н. Д. Пищевые добавки как алиментарные аллергены / Н. Д. Титова // Опыт и инновации. – 2017. – № 2. – С. 62 – 64.
2. Садовой, В. В. Антиоксидантная пищевая добавка из ягодной кожуры корасного винограда / В. В. Садовой // Сырье и добавки. – 2014. – №5. – С. 4-8.