

Таблица 4 — Индекс Робинсона (ИР)

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
< 76	Высокий уровень резервов	8	33
76–85	Средний уровень резервов	7	29
> 85	Низкий уровень резервов	9	38

Для оценки показателей функционального состояния вегетативной нервной системы, а в частности соотношения возбудимости ее симпатического и парасимпатического отделов был применен расчет вегетативного индекса Кардю (ВИ) на основании значений ЧСС и диастолического АД. Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5 — Вегетативный индекс Кардю

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
< -30	Выраженная парасимпатотония	0	—
-30 – -16	Парасимпатотония	1	4
-15–15	Уравновешенность симп. и парасимп. влияний	10	42
16–30	Симпатотония	12	50
>30	Выраженная симпатотония	1	4

Для оценки функционального состояния организма использовался расчёт индекса функциональных изменений — интегрального показателя на основе значений артериального давления, возраста, роста и массы тела. Все обследованные студентки показали достаточные высокие функциональные возможности.

Для оценки степени тренированности сердечно-сосудистой системы к нагрузке использовался коэффициент выносливости, высчитанный с применением показателей частоты сердечных сокращений и пульсового давления. Оценке «хорошо» соответствуют 8 % девушек, «удовлетворительно» — 46 %, «неудовлетворительно» — также 46 % (таблица 6).

Таблица 6 — Коэффициент выносливости

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
До 12	«Отлично»	0	—
13–15	«Хорошо»	2	8
16–20	«Удовлетворительно»	11	46
21–25	«Неудовлетворительно»	11	46

Выводы

Проведение исследований позволило получить количественную характеристику морфофункциональных, физиологических и психофизиологических параметров, характеризующих физическое развитие девушек основного отделения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Теоретические аспекты физической культуры в высшем учебном заведении: в 4 ч. / Г. В. Новик, Н. В. Карташева, Т. Ф. Геркусова: Гомель: ГГМУ, 2007. — Ч. 2.

УДК 613.2(476.2) «2000/2011»

ИЗУЧЕНИЕ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ГОМЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ ЗА 2000–2011 гг.

Коршак А. В., Филипчук А. В.

Научный руководитель: старший преподаватель Л. А. Тирещенко

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Основным слагаемым состояния здоровья каждого из нас (52–55 % от всех влияющих на него факторов) является образ жизни, и в первую очередь, стиль питания. К со-

жалению, стиль питания, который типичен для стола среднестатистического белоруса характеризуется, с одной стороны, чрезмерным употреблением сильно калорийной пищи, содержащей большое количество насыщенных жиров, холестерина, рафинированного сахара, соли и алкоголя, а с другой стороны — недостаточным содержанием в рационе полиненасыщенных жиров, сложных углеводов, пищевых волокон, витаминов и минералов. При этом питание горожан и сельских жителей имеет ряд отличий.

Питание, наряду с другими факторами, было и остается важнейшим показателем уровня жизни и вместе с тем здоровья населения. Поэтому изучение фактического питания имеет большое социально-экономическое и гигиеническое значение. Контроль за питанием населения рассматривается как одна из важных задач врачей-специалистов санитарно-эпидемиологических учреждений.

Цель исследования

Провести анализ состояния фактического питания сельского и городского населения Гомельской области за 2000–2011 гг.

Материалы и методы исследования

Основными материалами в ходе работы послужили «Статистический ежегодник Гомельской области», материалы «Управления статистики и статотчетности» раздел 5.5. «Потребление основных продуктов питания в домашних хозяйствах» и результаты, полученные в ходе анкетирования. Было обследовано состояние питания 64 человек (32 городских жителя и 32 — сельских). Обработка данных проводилась с помощью статистических методов и компьютерной программы Microsoft Office Excel 2007. Статистические методы применялись для оценки интенсивных и экстенсивных показателей.

Результаты исследования

Из данных, полученных в результате анкетирования, было установлено, что в рационе питания населения Гомельской области преобладают молоко и молочные продукты, хлеб и хлебобулочные изделия, картофель. Более низкий уровень потребления имеют такие группы продуктов как мясо и мясные продукты, рыба и рыбные продукты. При этом городское население по сравнению с сельским отличается большим потреблением рыбы и рыбных продуктов на 25 %, фруктов и ягод — на 30 %. Потребление городским населением хлеба и хлебных продуктов ниже на 22%, молока и молочных продуктов — на 3,5 %, мяса и мясных продуктов — на 44 %, масла растительного и других жиров — на 25 %, картофеля — на 44 %, сахара — на 20 %.

Качественный состав рациона питания городских жителей также имеет свои отличия. Городские жители среди мясных продуктов и мяса отдают предпочтение птице и колбасным изделиям, а в группе рыбных продуктов первое место занимают различные виды морской рыбы. При покупке фруктов городское население выбирает чаще бананы и апельсины, реже яблоки, груши. В свою очередь сельское население чаще употребляет свинину, а среди рыбных продуктов — различные виды речной рыбы. Среди фруктов и ягод у сельских жителей преобладают яблоки и груши; клубника, малина, смородина и другие ягоды, выращенные на своих участках.

При изучении динамики состояния фактического питания населения за период с 2000 по 2011 гг. отмечается стойкое снижение уровня потребления следующих групп пищевых продуктов: хлеб и хлебные продукты, молоко и молочные продукты, масло растительное и другие жиры, сахар. Наиболее отрицательным моментом является снижение потребления продуктов животного происхождения, которые являются основными поставщиками полноценного белка. По молоку и молочным продуктам снижение показателей по сравнению с 2000 г. составило 16,5 %. Несмотря на рост потребления мяса и мясных продуктов в 2007 г. по сравнению с 2000 г. на 12 %, к 2011 г. произошел спад показателей на 16 %. Такая же тенденция (увеличение — спад) отмечается в группах рыба и рыбные продукты, фрукты и ягоды, масло растительное и другие жиры. В 2007 г.

по сравнению с 2000 г. произошло резкое падение потребления картофеля — на 26 %, однако к 2011 г. показатели потребления увеличились на 88 %.

При сравнении показателей с нормируемыми видно, что по всем показателям потребление пищевых продуктов значительно ниже рекомендуемых нормативов: хлеб и хлебные продукты — на 6 %, молоко и молочные продукты — на 27 %, мясо и мясопродукты — на 25 %, рыба и рыбопродукты — на 39 %, масло растительное и другие жиры — 41 %, фрукты и ягоды — на 54 %, сахар — на 12 %. И только показатели потребления картофеля выше рекомендуемых нормативов на 22 %.

При сравнении рекомендуемых нормативов потребления основных групп продуктов питания населением Республики Беларусь и Российской Федерации можно сделать вывод, что самыми потребляемыми продуктами являются молоко, хлеб и картофель. При этом потребление таких групп продуктов, как молоко, мясо, рыба, картофель, фрукты и ягоды, а также сахар в Беларуси выше, чем в России. В то время как в России нормативы по хлебу превышают наши. Уровень такой группы, как масло и другие жиры одинаков для обеих стран.

Выводы. Несмотря на то, что анкетный метод не может в полной мере дать объективную картину потребления пищевых продуктов, особенно в периоды кризиса и резких экономических преобразований, проведенный анализ позволяет оценить тенденции в питании населения. По результатам, полученным в ходе исследования, в Гомельской области за период 2000–2011 гг. произошло снижение потребления пищевых продуктов практически по всем группам. Ни по одной продовольственной группе не достигнуты уровни рекомендуемых норм, за исключением картофеля. При этом городское население отличается большим потреблением рыбы и рыбопродуктов, а также фруктов и ягод. По остальным показателям уровни потребления ниже по сравнению с сельским населением. При значительных отличиях количественного состава рекомендуемых рационов Беларуси и России, качественный состав отличается несущественно. Сложившиеся тенденции в потреблении основных групп пищевых продуктов обусловлены экономическим положением, национальными особенностями и традициями, возможностями производства продовольствия и особенностями снабжения. Указанное свидетельствует о необходимости более углубленного изучения фактического питания отдельных групп и питания населения в целом с целью подготовки обоснованных гигиенических рекомендаций по его оптимизации.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Свирейко, Н.* Продовольственная безопасность: методы исследования, пути достижения / Н. Свирейко // Беларуский журнал международных отношений. — 2004.
2. Статистические ежегодники Гомельской области // Уровень жизни населения Гомельской области за 2005, 2008 гг.
3. Федеральный закон № 44-ФЗ «О потребительской корзине в целом по Российской Федерации».

УДК 614.2:321.01]:796/799

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА — БУДУЩЕЕ ГОСУДАРСТВА

Кособуцкая О. И.

Научный руководитель: Т. В. Золотухина

Учреждение образования

«Белорусский торгово-экономический университет потребительской кооперации»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Определить роль физической культуры в развитии человека, общества и государства.

Цель исследования

Проанализировать возможности формирования здорового поколения посредством двигательной активности, создание социально-экономических условий для его жизнедеятельности и самосовершенствования.