

УДК 613.95

ОСОБЕННОСТИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СЕЛЬСКОГО НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Валеева Э., Камалова Ф.М.

*ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет»,
Казань, e-mail: public.mail@kpfu.ru*

В результате проведенного исследования установлены гендерные различия во взаимном влиянии факторов питания. Сравнительная характеристика пищевого поведения мужчин и женщин, проживающих в сельской местности, показала сходство по отдельным составляющим их образа питания. Вместе с тем, в популяции женского населения частота горячего питания существенно выше ($p < 0.01$), чем у мужчин. Однако, мужчины достоверно чаще регулярно употребляют растительное масло ($p < 0.05$) и у них статистически значимо больше ($p < 0.001$) удовлетворенность питанием. Не индивидуальные предпочтения, а уровень и уклад жизни сельской семьи имеют большее значение для создания пищевого рациона мужчин и женщин. Важным в области здорового питания сельского населения является комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение в соответствии с требованиями медицинской науки потребностей различных групп населения в здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения.

Ключевые слова питание, пищевое поведение, мужчин, женщин, сельское население

PECULIARITIES OF EATING BEHAVIORS IN THE RURAL POPULATION OF THE REPUBLIC OF TATARSTAN

Valeeva E., Kamalova F.M.

Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, e-mail: e-mail: publicmail@ksu.ru

Carried out research resulted in identifying gender diversities in interaction of nutritional factors. Comparative analysis of eating behaviors of men and women living in rural areas showed similarity of specific constituents of their eating habits. However hot meals frequency in female population is significantly higher ($p < 0.01$) than in the male one. At the same time, men definitely more often regularly eat vegetable oil ($p < 0.05$), and their nutrition satisfaction is significantly higher ($p < 0.001$). The rural family living standards and lifestyle rather than personal preferences are of higher priority for formation of male and female diets. A complex of measures designed to create conditions providing satisfaction of healthy food requirements in various population groups with the account of their traditions, habits and economical status, in accordance with the requirements of medical science is of great significance in the field of healthy nutrition of the rural population.

Keywords: nutrition, eating behavior, male, female, rural population

Многие исследования фактического питания населения различных социально-демографических, профессиональных групп населения показали, что потребление основных групп продуктов питания не соответствует требованиям здорового питания [1, 4, 8]. В последнее время отмечается снижение уровня здоровья населения. Определённую роль в реализации этого процесса играют дефекты питания. В ряде исследований выявлено, что существенное влияние на увеличение заболеваемости имеют такие отклонения в химическом составе рационов, как дефицит незаменимых аминокислот, пищевых волокон, основных витаминов и минералов, избыточное потребление жира, насыщенных жирных кислот [2,7]. В семьях с низким доходом более выражены нарушения требований к питанию по сравнению с более обеспеченными [3,5,6]. Многочисленные исследования изучения фактического питания показали, что и у лиц с высоким уровнем дохода имеются серьёзные нарушения, обусловленные недостаточными знаниями по здоровому

питанию, формированию пищевых пристрастий и привычек, а вследствие этого сформированными изменениями пищевого поведения. Изменения пищевого поведения могут быть связаны с психологическими и медико-биологическими особенностями. В многочисленных исследованиях, выполненных в нашей стране и за рубежом, отмечается, что изменение пищевого поведения и связанные с ним нарушения питания могут приводить к возникновению таких заболеваний, как ожирение, болезни сердечнососудистой системы и др. [4]. Причём отмечаются большие сложности в изменении сформированного пищевого поведения даже лицами с тяжёлыми заболеваниями, несмотря на интенсивное обучение их коррекции питания, и даже непосредственную угрозу жизни при невыполнении требований [9]. Актуальность исследования обусловлена тем, что оптимизация питания в настоящее время является одним из наиболее значимых направлений улучшения здоровья, увеличения продолжительности жизни населения, снижения заболеваемо-

сти среди населения. Решение этой задачи предусмотрено «Концепцией государственной политики в области здорового питания населения РФ до 2020 г.».

Целью исследования явилось изучение факторов питания среди сельского населения с учетом гендерных различий.

Материалы и методы исследования

В выборочном социально-гигиеническом исследовании приняли участие 947 мужчин и женщин, проживающих в сельской местности Республики Татарстан в 2012 году. Образ жизни изучался на основе анкетирования и непосредственного интервьюирования мужчин и женщин, проживающих в сельских семьях, представляющих одно ее поколение. Программой исследования семьи явилась «Карта комплексной медико-социальной характеристики сельской семьи» содержала вопросы, объединенные в 9 блоков: медико-демографическая характеристика семьи; социально-профессиональная характеристика семьи; социально-гигиеническая характеристика семьи; поведенческие факторы семьи; психологический климат семьи; характеристика состояния здоровья семьи; санитарная грамотность семьи; оценка качества медицинской помощи; ценностные установки семьи.

В результате исследования установлено, что средний возраст мужчин составил $54, 4 \pm 0,76$ лет, женщин – $58,2 \pm 0,76$ лет. Среди них 69,3% работающих мужчин и 46,3% работающих женщин, 30,7% неработающих мужчин, 53,7% неработающих женщин. Причем, в хороших жилищных условиях проживают 34,3% мужчин и 23,9% женщин, в плохих – 40,9% мужчин и 41,0% женщин. Денежный доход выше прожиточного минимума имели 13,1% мужчин и 13,8% женщин, ниже прожиточного минимума – 63,5% и 45,1% соответственно.

Для дифференцированного изучения нами выделены факторы питания: питание 4 и более раз в день, горячее питание 3 и более раз в день, режим питания, регулярное употребление овощей и фруктов, регулярное употребление мяса, регулярное употребление растительного масла, регулярное употребление рыбы, удовлетворенность питанием.

Результаты исследования и их обсуждение

На основании статистического анализа, нами получены частотные параметры распределения факторов в совокупности мужчин и женщин (см. рис. 1).

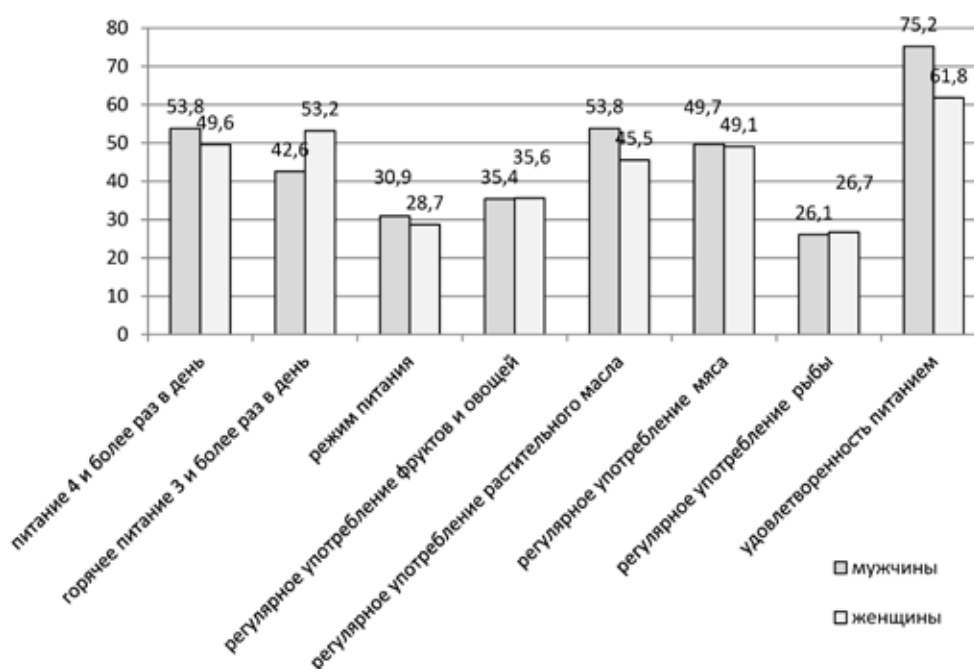


Рис. 1. Сравнительная характеристика распределения факторов питания у мужчин и женщин, проживающих в сельской местности РТ

Анализ данных показал, что питание 4 и более раз в день встречается у 53,8% мужчин и 49,6% женщин, горячее питание 3 и более раз в день у 42,6% мужчин и 53,2% женщин, режим питания у 30,9% мужчин и 28,7% женщин, регулярное употребление овощей и фруктов у 35,4% мужчин и 35,6% женщин, регулярное употребление растительного масла у 53,8% мужчин и 45,5% женщин, регулярное упо-

требление мяса у 49,7% мужчин и 49,1% женщин, регулярное употребление рыбы у 26,1% мужчин и 26,7% женщин, удовлетворенность питанием у 75,2% мужчин и 61,8% женщин.

Таким образом, у женщины чаще имели горячее питание 3 и более раз в день, но у них встречается реже питание по режиму, регулярное употребления растительного масла и удовлетворенность питанием по

сравнению с питанием мужчин. В то время как, регулярное употребление овощей и фруктов, мяса и рыбы не различается по полу.

Сравнительная характеристика пищевого поведения мужчин и женщин, проживающих в сельской местности, показала сходство по отдельным составляющим их образа питания. Вместе с тем, в популяции женского населения частота горячего питания существенно выше ($p < 0,001$), чем у мужчин. Однако мужчины достоверно чаще регулярно употребляют растительное масло ($p < 0,05$) и у них статистически значимо больше ($p < 0,001$) удовлетворенность питанием.

Для выяснения особенностей пищевого поведения сельского населения, нами определены корреляционные связи между факторами питания отдельно для мужчин и женщин.

Для детального описания выделены статистически значимые ($p < 0,005$) связи между факторами питания в жизнедеятельности сельского населения.

У женщин горячее питание 3 и более раз в день связано с регулярным употреблением фруктов и овощей ($r = 0,738$, уровень значимости $p = 0,023$), регулярным употреблением растительного масла ($r = 0,931$, уровень значимости $p < 0,001$), регулярным употреблением мяса ($r = 0,749$, уровень значимости $p = 0,020$), регулярным употреблением рыбы ($r = 0,686$, уровень значимости $p = 0,041$), удовлетворенностью питанием ($r = -0,858$, уровень значимости $p = 0,003$), регулярное употребление фруктов и овощей – с горячим питанием 3 и более раз в день ($r = 0,738$, уровень значимости $p = 0,023$), регулярным употреблением растительного масла ($r = 0,815$, уровень значимости $p = 0,008$), регулярным употреблением мяса ($r = 0,880$, уровень значимости $p = 0,002$), регулярным употреблением рыбы ($r = 0,965$, уровень значимости $p < 0,001$), регулярное употребление растительного масла – с регулярным употреблением мяса ($r = 0,912$, уровень значимости $p = 0,001$), регулярным употреблением рыбы ($r = 0,832$, уровень значимости $p = 0,005$), удовлетворенностью питанием ($r = -0,695$, уровень значимости $p = 0,038$), регулярное употребление мяса – с регулярным употреблением растительного масла ($r = 0,912$, уровень значимости $p = 0,001$), регулярным употреблением рыбы ($r = 0,951$, уровень значимости $p < 0,001$).

Питание мужчин и женщин населения не соответствует принципам здорового питания из-за потребления пищевых продуктов, содержащих большое количество жира животного происхождения и простых углеводов, недостатка в рационе овощей и фруктов, рыбы и морепродуктов, что

приводит к росту избыточной массы тела и ожирению, распространенность которых за последние 8 – 9 лет возросла с 19 до 23 процентов, увеличивая риск развития неинфекционных заболеваний.

В результате проведенного исследования установлены гендерные различия во взаимном влиянии факторов питания. В частности, для женщин имеет значение удовлетворенности питанием, которая при увеличении горячего питания и регулярного употребления растительного масла снижается.

Следовательно, можно сделать заключение, что не индивидуальные предпочтения, а уровень и уклад жизни сельской семьи имеют большее значение для создания пищевого рациона мужчин и женщин. Таким образом, важным в области здорового питания сельского населения является комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение в соответствии с требованиями медицинской науки потребностей различных групп населения в здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения. Для формирования модели здорового питания имеют значение факторы не только индивидуального пищевого поведения, но и факторы, обеспечивающие возможность его выбора.

Работа выполнена за счет средств субсидий, выделенных в рамках государственной поддержки Казанского (Приволжского) федерального университета в целях выполнения его конкурентоспособности среди ведущих мировых научно-образовательных центров.

Список литературы

1. Основы государственной политики РФ области здорового питания населения на период до 2020 года» (распоряжение Правительства РФ от 25.10.2010 г. № 1873-р).
2. Истомин А.В. Эколого-гигиенические проблемы оптимизации питания / Истомин А.В., Мамчик Н.П., Кленков О.В. – М., 2001. – 420 с.
3. Колтун В.З., Значение скорости усвоения углеводов в диетотерапии / В.З. Колтун, Е.Н. Лобькина // Клиническая медицина. – 2003. – № 8.
4. Максимова Т.М., Белов В.Б., Лушкина Н.П. Особенности формирования развития стенокардии в различных группах населения (по данным всемирного исследования здоровья (WHS) и исследования глобального старения и здоровья взрослых (SAGE)) // Российский кардиологический журнал -2013, – №4 (102). – С. 45-51.
5. Онищенко Г.Г. Социально-гигиенический мониторинг: структура питания и пищевой статус населения России // Мат. междунар. симпозиума «Федеральный и региональный аспекты политики здорового питания». – Новосибирск, 2002.
6. Покровский, В.И. Политика здорового питания. Федеральный и региональный уровни / В.И. Покровский, Г.А. Романенко, В.А. Княжев и др. – Новосибирск, 2002. – 342 с.
7. Потапов А.И., Ястребов Г.Г. // Социально-гигиенический мониторинг практика применения и научное обеспечение: Сб. науч. тр. – М., 2000. – Ч.1. – С.21-26.
8. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 2.08.2010 г. № 593н «Об утверждении рекомендаций по рациональным нормам потребления пищевых продуктов, отвечающим современным требованиям здорового питания».
9. Сафонова В.А. Лечение церебрального ожирения флуоксетином (клинико-психофизиологическое и нейроэндокринное исследование): дис. канд. мед. наук. – М., 2000. – С. 156.