

**Міністерство охорони здоров'я України
Вищий державний навчальний заклад України
«Буковинський державний медичний університет»
Всеукраїнська громадська організація
«Асоціація педіатрів-гастроентерологів та
нутріціологів України»**



МАТЕРІАЛИ
науково-практичної конференції
з міжнародною участю

“СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПЕДІАТРИЧНОЇ ДІЄТОЛОГІЇ”



20 квітня 2017 року, м. Чернівці

Чернівці, 2017

ХАРЧОВІ ЗВИЧКИ В ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Підкова В.Я., Пащенко І.В., Круть О.С.

Кафедра пропедевтики дитячих хвороб

Запорізький державний медичний університет, Запоріжжя, Україна

Харчування школярів являється досить вагомою проблемою дієтології та нутриціології. Ця проблема часто пов'язана не через відсутність можливості скласти раціони для дітей, а найчастіше через самотійну участь самих школярів у виборі продуктів харчування, самотійного складання раціонів, що в подальшому формує їх харчові звички. Метою нашого дослідження явилось вивчення харчування школярів загальноосвітніх шкіл за результатами опитування школярів і їх батьків. Як показало опитування, 83% батьків вважають, що їхні діти харчуються 3-4 рази на день. Водночас, після опитування дітей, встановлено, що більшість опитаних школярів (49%) приймають їжу 3-4 рази на день, 33% - 2-3 рази, а 18% школярів – 1-2 рази на день. Суттєві відмінності в харчуванні встановлено між учнями старших і молодших класів: серед старшокласників майже 75% підлітків не дотримуються рекомендованого режиму харчування, в той час, як серед першокласників таких дітей близько 5%. З віком у школярів формується звичка йти до школи без сніданку, причому частіше це явище стосується дівчаток. Більшість опитаних школярів (71%) самотійно вибирають їжу в шкільних їдальнях. Не відвідують їдальні і взагалі не приймають їжу протягом навчального дня близько 19% старшокласників. Причини відмов від харчування в шкільних їдальнях такі: недостатність часу на перервах, черги в їдальнях, бідний асортимент, низькі смакові якості готових блюд. 6% дітей мають звичку не приймати їжу за межами дому. Серед відвідувачів їдальні більшість школярів – 55% в якості перекусів віддають перевагу здобі і печиву, 23% - чіпсам, сухарикам, цукеркам,

13% - газованим напоям, 9% - сокам та фруктам. Таким чином, порушення режиму харчування формує в школярів харчові звички, які в подальшому призводять до нераціонального, незбалансованого харчування, і як наслідок – до порушень у стані здоров'я.