

Пищевое поведение ребенка первого года жизни и питание беременной и кормящей женщины

Самороднова Е.А., Файзуллина Р.А., Лазарев В.С., Сафина Р.И.

ФГБОУ ВО «Казанский ГМУ», Казань, Республика Татарстан,
Российская Федерация

Актуальность. Влияние питания на формирование здоровья является ключевым во все периоды детства, однако особое значение питание беременной и кормящей женщины имеет во внутриутробном периоде развития и первые два года жизни ребенка.

Цель исследования. Выявить взаимосвязь формирования пищевого поведения у детей грудного возраста с питанием их матерей в период беременности и кормления грудью.

Пациенты и методы. Изучены особенности питания в грудном возрасте 173 детей на основании анкетирования 120 матерей. Возраст респонденток — 21–48 лет, в среднем 33,8 года.

Результаты. Среди опрошенных 93% имели высшее образование. В 48% случаев ребенок был первенцем, в 32% — вторым, в 17,5% — третьим, в 2,5% — четвертым в семье. Патологическое течение беременности отмечалось в 55%: анемия — в 33%, в 10% — ранний и в 7% — поздний гестозы, обострения хронических заболеваний — у 4% женщин. Анализ питания выявил следующие тенденции: в 69% отмечалось несбалансированность рациона — употребление больше рекомендуемого определенных типов продуктов (фрукты/ягоды — 22%, мясные продукты — 12% и сладости (сахар, мед и кондитерские изделия) — 10%). Рационально употребляли в пищу фрукты/ягоды 40%, овощи — 30%, молочные про-

дукты и сыры — 26%, мясо — 22%. Исключались из питания чаще макаронные изделия (30%), сладости (29%), хлебобулочные изделия (27%). К груди были приложены в родильном зале 76% детей, 16% — в первые сутки и 8% — на 2-й день и позднее. Грудное вскармливание до 6 мес — 61% детей, 18% — на исключительно грудном вскармливании до 9 мес. Раннее искусственное вскармливание — у 21% детей. В период кормления грудью чаще употреблялись овощи (33%), мясные продукты (24%), молочные продукты (21%). Исключали из своего рациона и редко употребляли сладости до 63% опрошенных, рыбу и морепродукты — до 53%. При введении прикорма у 75% детей не наблюдалось какой-либо негативной реакции, у 21% была диагностирована пищевая аллергия на молочное, цитрусовые. До 55% мам ответили, что наибольший интерес у детей на первом году жизни вызывали фрукты, что, видимо, связано с их сладким вкусом и, возможно, с питанием матери. На общий стол были переведены к концу первого года жизни более чем 2/3 детей. При этом у 1/3 детей на втором году жизни сохранялось предпочтение сладким продуктам, 11% детей — соленым (их матери в период беременности перенесли гестоз) и 5% нравились продукты с кислым вкусом.

Заключение. Таким образом, вкусовые предпочтения детей раннего возраста напрямую связаны с питанием матери во время беременности и кормления грудью.