

# «Городской» тип пищевого поведения современного подростка

Сахабетдинов Б.А., Шипкова А.Д., Васильев Э.А.

Казанский ГМУ, Казань, Российская Федерация

**Актуальность.** Темп крупного города, загруженность повседневной жизни требуют от подростка большого количества энергии, потребляемой за короткий период времени. В связи с этим “streetfood” и “fastfood” становятся популярными.

**Цель исследования.** Изучение особенности пищевого поведения в рамках “streetfood” и “fastfood”, анализ рациона и режима питания подростков в городе Казани.

**Пациенты и методы.** Были проанкетированы 257 подростков в возрасте 14–18 лет (медиана — 16 лет, мода — 16 лет), потребляющих продукты питания из серии “streetfood” и “fastfood” и проживающих в городе Казани.

**Результаты.** Гендерное распределение было следующим: юноши — 56%, девушки — 44%. Респонденты отметили высокий темп жизни (86%), высокую загруженность по учебной (74%) и внеучебной деятельности (51%). Кратность приемов пищи (прием/день), учитывая перекусы, была следующей: 3 — 64%, 4 — 23%, 5 — 13%. Более 86% опрошенных отметили свое питание регулярным. 9% отметили ежедневный прием пищи в сети заведений “streetfood” и “fastfood”, 23% — 2–3 раза

в неделю, 38% — 1 раз в неделю, остальные — реже. Касательно мест приема пищи распространение было следующим: дома — 35%, в заведении — 24%, в учебном заведении — 22%, в парке и на улице — 19%. Более 73% отметили ежедневное употребление в своем рационе питания снеков (картофельные и кукурузные чипсы, хлебные сухарики и др.), продуктов питания быстрого приготовления, 27% — 2–3 раза в неделю. Также была отмечена популярность применения энергетических напитков подростками Казани (1/3 и 1/2 от всех опрошенных ежедневно и 2–3 раза в неделю соответственно). Более 70% опрошенных целью выбора данных продуктов питания отметили быстроту приготовления, сытность и низкую стоимость, остальные — вкус и аромат продуктов.

**Заключение.** В ходе исследования было отмечено высокое распространение в употреблении подростками продуктов, относящихся к “streetfood” и “fastfood”, энергетических напитков, что за счет высокой калорийности и несбалансированности может привести к нарушению гомеостаза организма подрастающего поколения, особенно при длительном и частом потреблении.