

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»  
Саровский физико-технический институт – филиал НИЯУ МИФИ  
*Физико-технический факультет*  
*Факультет прикладной математики и информатики*  
Кафедра философии и истории

13 студенческая конференция по гуманитарным и социальным наукам  
Пятая студенческая конференция по социологии  
«Человек в закрытом городе»  
2 декабря 2014 г.

Пищевое поведение студентов СарФТИ НИЯУ МИФИ

Доклад:  
студентов группы ПМ32Д, ИТ32Д  
Е. Столмакова (руководитель), А. Аристова, А. Горбунов  
Преподаватель:  
кандидат исторических наук, доцент  
О.В. Савченко

## Слайд 1



Здравствуйтесь, наша команда хотела бы поговорить о пищевом поведении студентов. Мы расскажем о том, что студенты думают, что такое пищевая и продовольственная безопасность, как оценивают введенные недавно санкции, запрещающих ввоз продуктов в Россию из некоторых стран, поговорим о пищевых добавках и питании студентов.

## Слайд 2



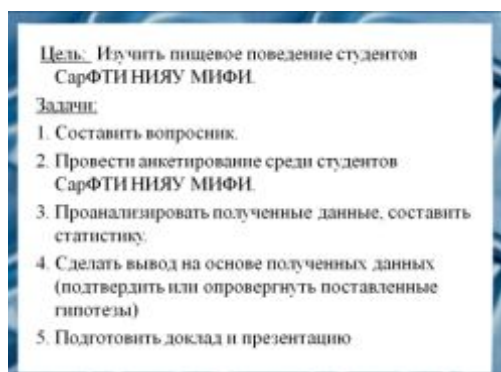
Наши ключевые слова.

### Слайд 3



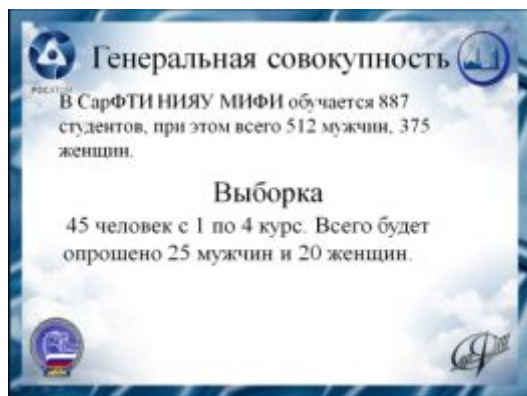
Мы считаем, что наша тема актуальна, поскольку наука ещё не изучала пищевое поведение студентов СарФТИ, и к тому же сейчас перед современным обществом стоит вопрос о продуктах питания, о том, что употреблять в пищу, а что нет.

### Слайд 4



Целью нашей работы было изучить пищевое поведение студентов СарФТИ НИЯУ МИФИ на основе опроса. Составив основные задачи, которые нужно выполнить, мы приступили к генеральной совокупности и выборке.

## Слайд 5



В СарФТИ НИЯУ МИФИ обучается 887 студентов. Мы взяли 45 человек, обучающихся с 1 по 4 курс.

## Слайд 6



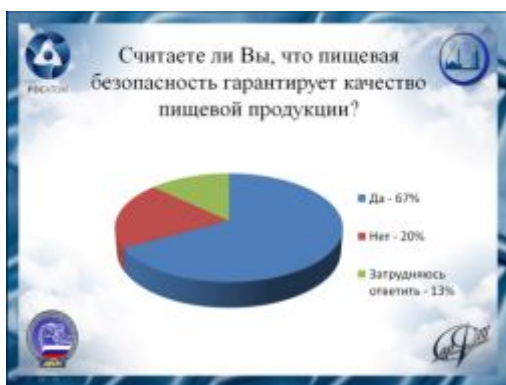
Далее мы изучили вопросы, связанные с пищевым поведением, и выдвинули, верные на наш взгляд, следующие гипотезы.

## Слайд 7



Перед тем, как приступить к 1 вопросу, нужно понять, что такое пищевая и продовольственная безопасность. Продовольственная безопасность — элемент национальной безопасности государства. Ситуация, при которой все люди в каждый момент времени имеют физический и экономический доступ к достаточной в количественном отношении безопасной пище, необходимой для ведения активной и здоровой жизни. Пищевая безопасность - это система, которая гарантирует качество пищевой продукции, соблюдение всех норм и правил всего процесса производства, транспортировки, хранения и реализации продукции. Так, далее мы узнаем что, по мнению студентов, гарантирует пищевая безопасность, чем определяется продовольственная безопасность.

## Слайд 8



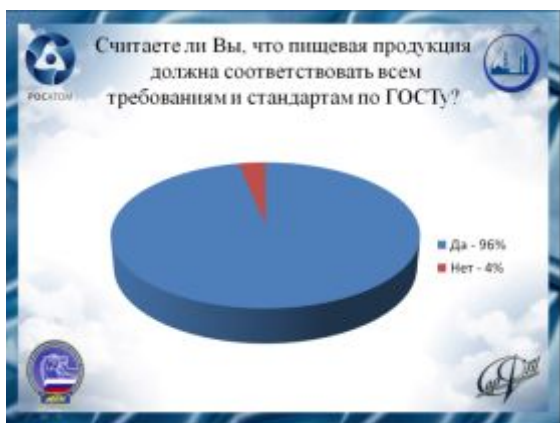
В результате опроса, получились следующие данные: только 67% студентов считают, что система пищевой безопасности в нашей стране гарантирует качество пищевой продукции.

## Слайд 9



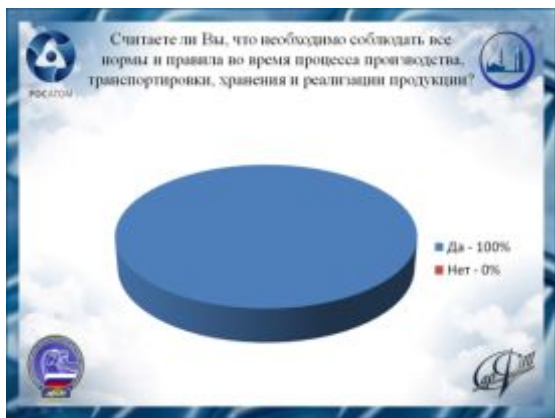
Только 60% считают, что продовольственная безопасность определяется физической и экономической доступностью достаточного количества продовольствия для поддержания здоровой жизни всех людей.

## Слайд10



4% считают, что пищевая продукция не должна соответствовать всем требованиям и стандартам по ГОСТу.

## Слайд11



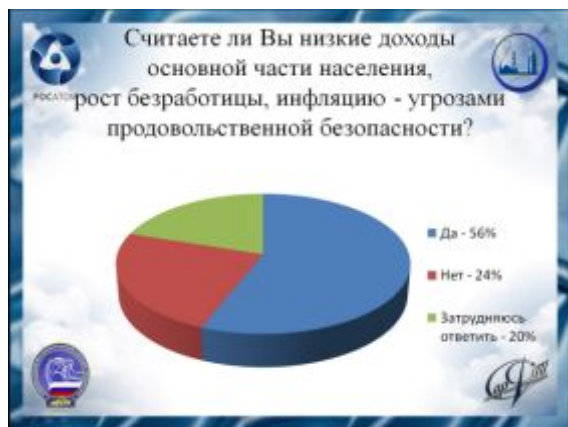
Ответ студентов на следующий вопрос нас порадовал, все ответили одинаково, что необходимо соблюдать все нормы и правила во время процесса производства, транспортировки, хранения продукции. Следовательно, представление о пищевой безопасности у них есть.

## Слайд12



65% студентов считают, что для обеспечения безопасности пищевых продуктов необходимо исключить бесконтрольное распространение пищевой продукции, полученной из генетически модифицированных растений.

## Слайд13



Следующий вопрос, позволил нам узнать, что студенты считают угрозами продовольственной безопасности. 56% - считают, рост безработицы, инфляцию и низкие доходы населения - угрозами продовольственной безопасности. Действительно, как мы уже узнали, продовольственная безопасность определяется экономической доступностью, поэтому важно, чтобы население было хорошо финансово обеспечено. Таким образом, мы можем сделать вывод, что около половины студентов не имеют полного представления о пищевой и продовольственной безопасности.

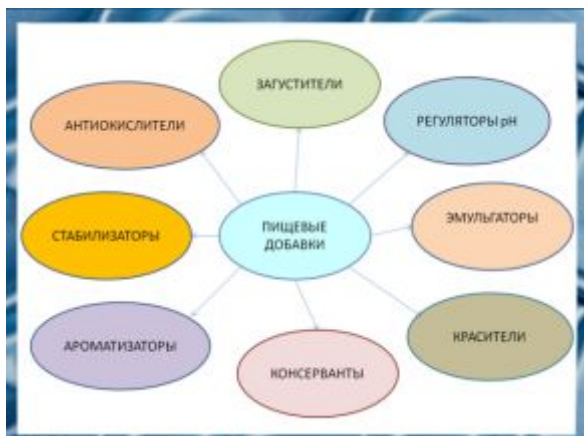
## Слайд14



Что такое пищевые добавки? Это природные, идентичные природным или искусственные (синтетические) вещества, увеличивающие сроки хранения продуктов или придающие им заданные свойства.



## Слайд 15



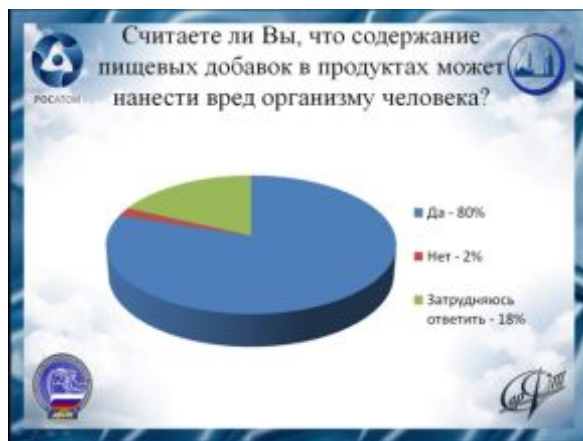
Пищевые добавки можно разделить на несколько наиболее важных групп. Чтобы правильно ответить на вопрос, как же нужно относиться к употреблению продуктов питания с пищевыми добавками, необходимо осознать и взвесить основные недостатки и преимущества их использования. Преимущества – продукт лучше сохраняется, имеет соблазнительный внешний вид. Недостатки – ваш организм изнашивается, перерабатывая различные химикаты, говоря попросту – это вредит вашему здоровью. А при определенных дозах употребления - становится уже опасным. У каждого свое отношение к своему здоровью и свои приоритеты в жизни. Многие смирились с ежедневным употреблением продуктов с добавками, а многие, наоборот, сознательно отказываются практически от всего в магазине. Но то, что никому не хочется отравиться от передозировки различных химикатов или истощать от голода – это точно. Так, далее мы узнаем, считают ли студенты, что пищевые добавки могут нанести вред организму человека.

## Слайд 16



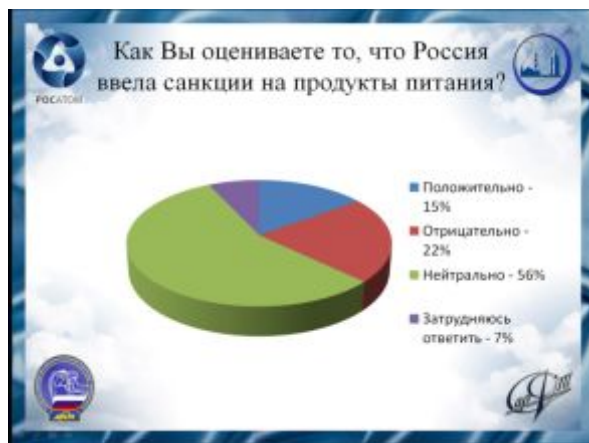
Большинство студентов знают о пищевых добавках, о делении их по группам.

## Слайд17



Однако оказалось, что не все понимают, какой вред могут нанести пищевые добавки, содержащиеся в продуктах питания.

## Слайд18



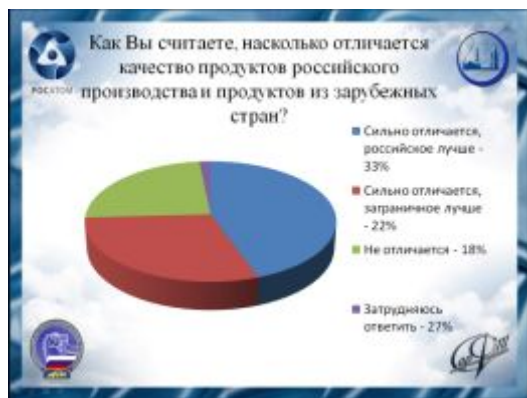
Ввиду недавних событий, а именно с 7 августа Россия в ответ на санкции ЕС, США, Австралии и Норвегии ввела годовое эмбарго на ввоз агропродукции из этих стран, нам стало интересно, а что думают студенты по этому поводу, как они оценивают введенные санкции на продукты питания. Большинство студентов оценивают введенные санкции нейтрально.

## Слайд19



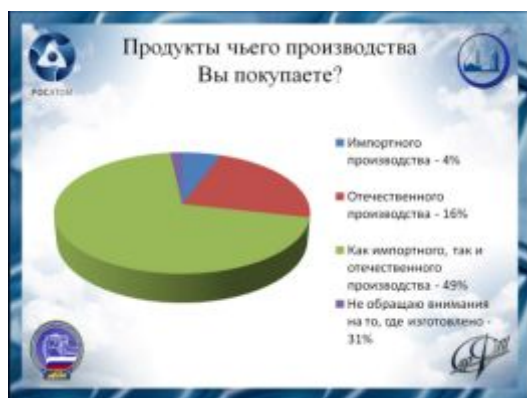
Однако то, что теперь часть продуктов будет производиться в России, а не привозиться из-за границы только 53% посчитали положительным.

## Слайд20



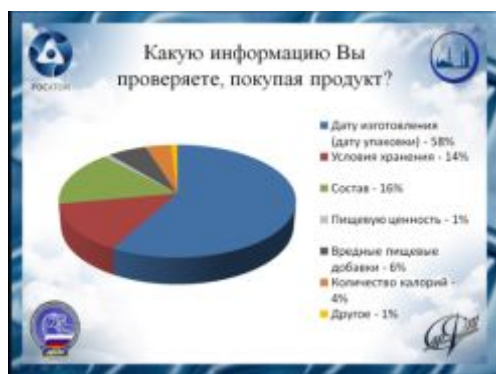
Также мы посчитали уместным, спросить студентов о том, продукты чьего производства отличаются высоким качеством. 33% считают, что продукты российского производства лучше, качество выше, чем у продуктов из зарубежных стран.

## Слайд21



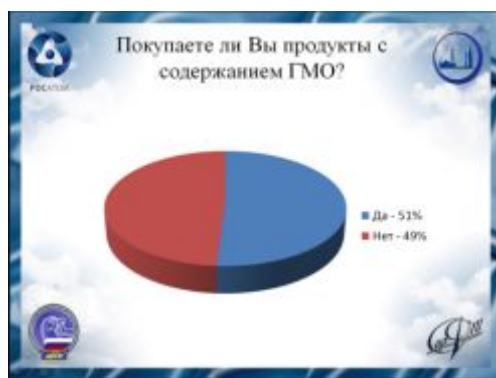
Однако хоть и большинство голосов было отдано за продукты российского производства, 49% студентов ответили, что в магазине они покупают продукты и импортного производства. Таким образом, мы подтвердили нашу гипотезу, что студенты оценивают нейтрально введенные санкции.

## Слайд22



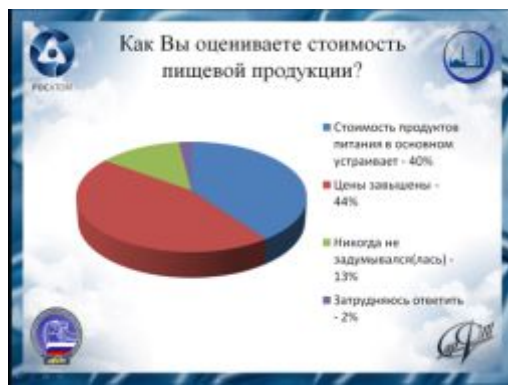
Далее мы хотели узнать, какую информацию проверяют студенты при покупке продуктов. Большинство голосов было отдано за дату изготовления.

## Слайд23



Мы решили узнать, а покупают ли студенты продукты с ГМО? Оказалось, что 51% покупают, остальные 49% - нет.

## Слайд24



Как Вы помните, продовольственная безопасность обеспечивает экономический доступ к достаточной в количественном отношении безопасной пище. Поэтому нам стало интересно, а на самом ли деле, все имеют экономический доступ. Как оценивают стоимость продуктов питания студенты? Результаты таковы: 44% считают, что цены завышены.

## Слайд25



Мы переходим к питанию студентов.

Питание для нас один из самых естественных жизненных процессов. Настолько естественный, что, кажется, будто задумываться над ним не нужно: кушать-то уж точно умеет каждый и для этого не нужно ни университетское, ни школьное образование. Однако, именно такое отношение к этому, с первого взгляда простому, но такому важному процессу, приводит к печальным последствиям: физическим заболеваниям, ожирению, депрессиям. «Мы едим, чтобы жить, а не живем, чтобы есть» – это главное правило здорового питания человека.

Пища должна содержать белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества, а также воду в необходимых количествах.

## Слайд26



Поэтому мы решили задать несколько вопросов, относящихся непосредственно к питанию студентов. Для начала мы решили узнать, а может все-таки по мнению студентов, питание не оказывает влияния на здоровье человека. Но ответ, нас порадовал, 96% ответили, что то, что мы едим, играет важную роль в здоровье человека.

## Слайд27



Далее мы перешли к рациональному питанию. Оказалось, что только 27% студентов придерживаются рационального питания.

## Слайд28



«Какие продукты питания Вы предпочитаете?» Большинство голосов было отдано за продукты из магазина.

## Слайд29



Все диетологи рекомендуют есть не менее 4-5 раз на день. Лучше это делать всегда в одно и то же время, выработывая режим для своего организма. Благодаря частому поступлению пищи организм не делает запасов, а метаболизм улучшается.



### Слайд30



Следует запомнить золотое правило, что наиболее сытная и калорийная еда употребляется обязательно на завтрак. Утренний прием пищи никогда нельзя пропускать, ведь именно он заряжает организм и снабжает его всеми необходимыми питательными веществами. Однако не все студенты успевают всегда завтракать, только 53% завтракают ежедневно.

### Слайд31



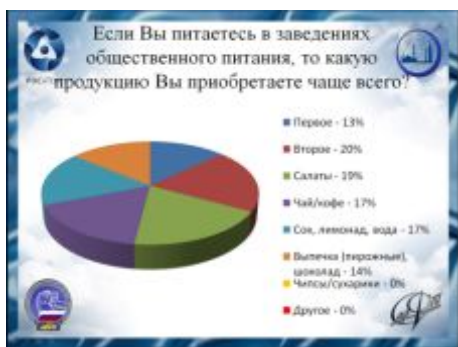
Далее нам стало интересно, а где питаются студенты, посещают ли они общепиты или же едят только дома. 47% студентов посещают буфет СарФТИ, но крайне редко, ежедневно посещают буфет лишь 13%.

## Слайд32



Вопрос: «Где Вы чаще всего едите?» показал, что значимая часть студентов (76%) кушают дома.

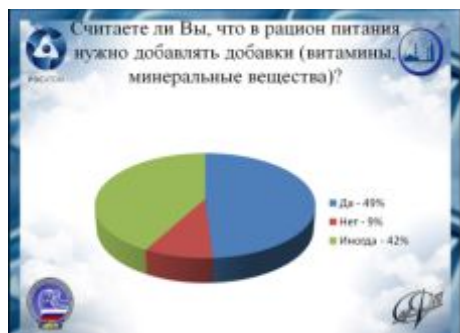
## Слайд33



А что же едят студенты, когда питаются в заведениях общественного питания?

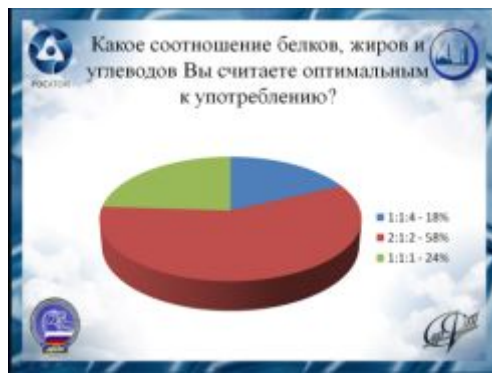
Результаты опроса, в целом, порадовали - никто не покупает ни чипсы, ни сухарики, всего 14% покупают пирожные, шоколад. Чаще всего выбирают второе и салаты, чем первое.

## Слайд34



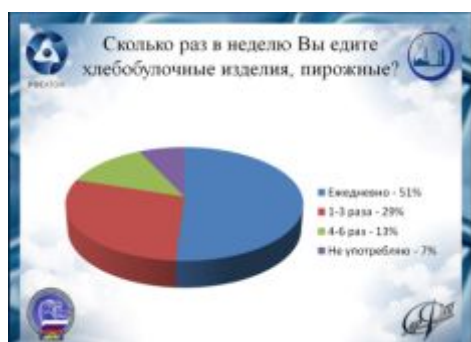
49% студентов считают, что в рацион питания нужно добавлять добавки (витамины, минеральные вещества). Действительно, витамины являются уникальными веществами, микродозы которых способны повлиять на базовые функции организма, предупредить развитие серьёзных патологических процессов, обеспечить нормальное протекание важнейших биохимических реакций. Минеральные вещества играют отнюдь не простую и не последнюю роль в жизнедеятельности человеческого организма, а отсутствие тех или иных минеральных веществ в рационе неминуемо ведет к развитию тяжелых заболеваний.

### Слайд35



Полноценность питания в значительной степени зависит от качественного состава пищи, который дает представление о содержании в ней в достаточном количестве отдельных пищевых веществ. При этом важны не только абсолютное содержание каждого пищевого вещества, но и количественные соотношения между ними, что определяет так называемую сбалансированность питания. Нужно помнить, что недостаток или избыток тех или иных веществ может отрицательно повлиять на важнейшие функции организма. Наиболее благоприятное соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) для взрослых составляет 1:1:4 — это так называемая формула сбалансированного питания. Но, по мнению студентов, оптимальным соотношениям считают 2:1:2.

### Слайд36



51% студентов едят хлебобулочные изделия каждый день.

### Слайд37



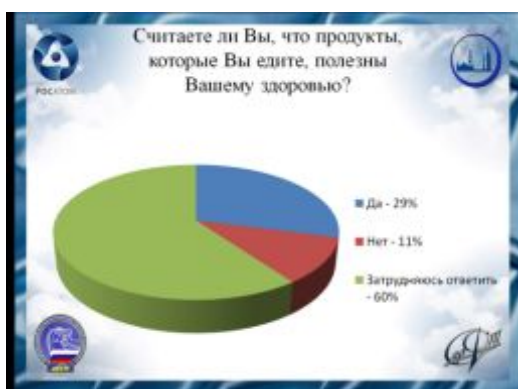
Большинство опрошенных ежедневное едят фрукты или овощи.

### Слайд38



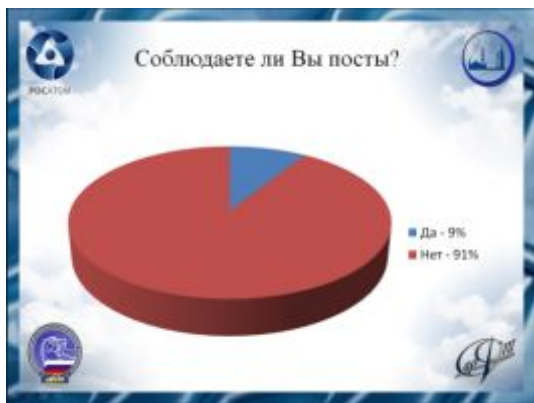
38% студентов употребляют молочные продукты каждый день.

### Слайд39



29% студентов считают, что продукты, которые они едят, полезны здоровью.

## Слайд 40



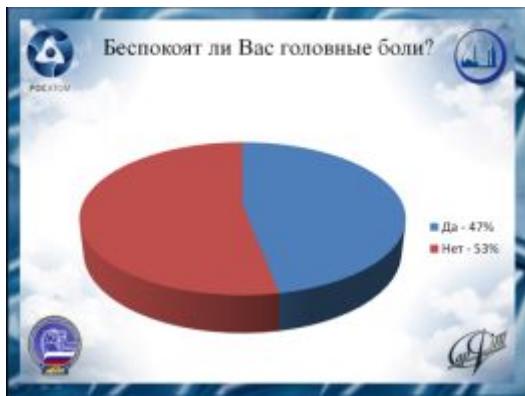
Пост — религиозно обусловленная традиция временного воздержания от принятия пищи и питья (полностью или определённого вида), сопряжённого с другими духовно-аскетическими практиками. 91% студентов не соблюдают посты.

## Слайд 41



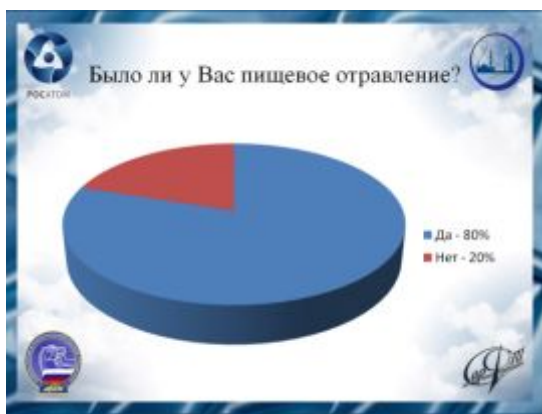
Диета – это совокупность правил употребления пищи человеком. Диета может характеризоваться такими факторами, как химический состав, физические свойства, а также время и интервалы приёма пищи. Они не всегда полезны для здоровья, и 87% студентов не соблюдают диеты.

## Слайд 42



Головная боль - это одна из наиболее распространенных жалоб. Есть много причин, которые вызывают головную боль, в том числе и плохое питание. 47% студентов беспокоят головные боли.

## Слайд 43



Пищевое отравление может возникнуть, если человек съедает продукты, зараженные бактериями, вирусами, мелкими животными или растениями (например, планктоном), грибами, паразитами или токсинами. У 80% опрошенных студентов было пищевое отравление.

Результаты опроса показали, что малый процент студентов придерживается правильного питания, что подтверждает нашу гипотезу. Но все-таки значительная часть студентов старается следить за качеством продуктов, проверяя дату изготовления и состав, и если они кушают в местах общественного питания, то предпочитают взять полноценный обед, чем чипсы и сухарики, которые могут причинить вред организму.

## Слайд44

Список источников и литературы:

- Витко И.С. Безопасность продовольственного сырья и продуктов питания: Учебник: Витко И.С., Ежовиков А.В., Печков А.П. - М.: ДеЛи принт, 2013.
- Выхрицын Г.С. 50 правил здорового питания: Выхрицын Г.С. - М.: Эксмо, 2007.
- Думченко Л.В. Безопасность пищевой продукции / Думченко Л.В., Наскина В.Д. - М.: ДеЛи принт, 2007.
- Жуванова Л.Ж. Продукты, которые нас убивают / Жуванова Л.Ж. - М.: Век, 2006.
- Понизовский В.М. Пищевые основы питания, качество и безопасность пищевых продуктов: Учебник: Понизовский В.М. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2007.
- Ретов Н.А. Безопасность продовольственного сырья и пищевых продуктов (Электронный ресурс). Учебные пособия: Ретов Н.А., Думченко Л.В., Понизовский В.М., Бердугина А.В., Кутнова С.В. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2007. - URL: <http://www.kitgubind.ru/books/17204/read/page1>

## Слайд 45

Спасибо за внимание!