

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
БИОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
Кафедра физиологии человека и животных

КОТ

Александра Константиновна

СБАЛАНСИРОВАННОЕ И БЕЗОПАСНОЕ ПИТАНИЕ КАК
УСЛОВИЕ НОРМАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Аннотация к дипломной работе

Научный руководитель:
старший преподаватель
Г.С. Полюхович

Минск, 2023

РЕФЕРАТ

Дипломная работа: 53 страницы, 2 таблицы, 36 источников литературы.

Ключевые слова: детский возраст, загрязнение воздуха, воды, почвы, рациональное питание.

Цель работы: анализ современной научной литературы, посвященной роли окружающей среды и питания в росте и развитии детей.

Работа выполнена на базе кафедры физиологии человека и животных.

По данным Всемирной организации здравоохранения, до 30 % вклада в ухудшение здоровья детей вносит состояние окружающей среды. Комплексная внешнесредовая нагрузка складывается из суммарного загрязнения атмосферного воздуха, питьевой воды, почвы и качества питания. По мнению самих исследователей, только около половины публикаций, посвященных воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды на организм человека, содержит оценку рисков для детского населения. Ученые обеспокоены, что в структуре питания детей (с учетом организованного и домашнего питания) отмечается стойкая тенденция к снижению количества продуктов, наиболее ценных в биологическом отношении: мясо и мясопродукты, молоко и молочные продукты, рыба и рыбные продукты, яйца, растительные масла, фрукты, овощи, а также витаминов и минералов. Это серьезная угроза физическому и умственному развитию детей и будущему человечества.

Здоровым следует считать питание, обеспечивающее нормальный рост и развитие детей, профилактику заболеваний и устойчивость к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды. Питание в детских учреждениях Беларуси соответствует научно обоснованным физиологическим нормам, необходимым для роста и развития детей разного возраста, состояния здоровья, проживающих в районах с благополучной или осложненной экологической обстановкой. Нормы питания и контроль за их соблюдением регламентированы нормативными государственными документами Беларуси.

Рэферат

Дыпломная работа: 53 старонкі, 2 табліцы, 36 крыніц літаратуры.

Ключавыя словы: дзіцячы ўзрост, забруджванне паветра, воды, глебы, рацынальнае харчаванне.

Мэта работы: аналіз сучаснай навуковай літаратуры, прысвечанай ролі навакольнага асяроддзя і харчавання ў росце і развіцці дзяцей.

Праца выканана на базе кафедры фізіялогіі чалавека і жывёл.

Паводле даных Сусветнай арганізацыі аховы здароўя, да 30 працэнтаў укладу ў пагаршэнне здароўя дзяцей уносіць стан навакольнага асяроддзя. Комплексная знешняя нагрузка складаецца з сумарнага забруджвання атмасфернага паветра, пітной вады, глебы і якасці харчавання. Па меркаванні саміх даследнікаў, толькі каля паловы публікацый, прысвечаных уздзеянню неспрыяльных фактараў навакольнага асяроддзя на арганізм чалавека, утрымоўвае адзнаку рызык для дзіцячага насельніцтва. Навукоўцы занепакоеныя, што ў структуры харчавання дзяцей (з улікам арганізаванага і хатняга харчавання) адзначаецца ўстойлівая тэндэнцыя да зніжэння колькасці прадуктаў, найбольш каштоўных у біялагічным стаўленні: мяса і мясапрадукты, малако і малочныя прадукты, рыба і рыбныя прадукты, яйкі, алеі, садавіна, гародніна, а таксама вітамінаў і мінералаў. Гэта сур'ёзная пагроза фізічнаму і разумоваму развіццю дзяцей і будучыні чалавецтва.

Здаровым варта лічыць харчаванне, якое забяспечвае нармальны рост і развіццё дзяцей, прафілактыку захворванняў і ўстойлівасць да ўздзеяння неспрыяльных фактараў навакольнага асяроддзя. Харчаванне ў дзіцячых установах Беларусі адпавядае навукова абгрунтаваным фізіялагічным нормам, неабходным для росту і развіцця дзяцей рознага ўзросту, стану здароўя, якія пражываюць у раёнах з шчаснай або ўскладненай экалагічнай абстаноўкай. Нормы харчавання і кантроль за іх выкананнем рэгламентаваны нарматыўнымі дзяржаўнымі дакументамі Беларусі.

ABSTRACT

Thesis: 53 pages, 2 tables, 36 sources of literature.

Key words: childhood, air, water, soil pollution, rational nutrition.

Purpose of the work: analysis of modern scientific literature on the role of the environment and nutrition in the growth and development of children.

The work was carried out on the basis of the Department of Human and Animal Physiology.

According to the World Health Organization, up to 30% of the contribution to the deterioration of children's health is made by the state of the environment. The complex external environmental load consists of the total pollution of atmospheric air, drinking water, soil and food quality. According to the researchers themselves, only about half of the publications devoted to the impact of adverse environmental factors on the human body contain an assessment of risks for the child population. Scientists are concerned that in the structure of children's nutrition (taking into account organized and home meals) there is a persistent trend towards a decrease in the number of products that are most valuable in biological terms: meat and meat products, milk and dairy products, fish and fish products, eggs, vegetable oils, fruits, vegetables, and vitamins and minerals. This is a serious threat to the physical and mental development of children and the future of mankind.

Healthy should be considered nutrition that ensures the normal growth and development of children, disease prevention and resistance to adverse environmental factors. Nutrition in children's institutions of Belarus meets the scientifically based physiological norms necessary for the growth and development of children of different ages, health status, living in areas with a favorable or complicated environmental situation. Nutritional norms and control over their observance are regulated by the normative state documents of Belarus.