

5-7 ОКТЯБРЯ 2023

ЭНЦ

Дадаева В.А., Карамнова Н.С., Розанов В.Б., Концевая А.В., Котова М.Б., Иванова Е.И., Драпкина О.М.

ФГБУ «НМИЦ терапии и профилактической медицины» Минздрава России

## ИЗМЕНЕНИЯ В ХАРАКТЕРЕ ПИТАНИЯ МУЖЧИН С ПОДРОСТКОВОГО ДО ВЗРОСЛОГО ВОЗРАСТА

**ВВЕДЕНИЕ.** Характер питания обычно меняется с возрастом, однако некоторые пищевые привычки могут оставаться постоянными. Цель исследования состояла в изучении динамических изменений в характере питания лиц мужского пола от подросткового до зрелого возраста в ходе 28-летнего проспективного наблюдения.

**МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ.** Обследована репрезентативная популяционная выборка из 1005 мальчиков в возрасте от 11 до 12 лет (средний возраст  $11,9 \pm 0,11$  года), которые проходили обследование в возрасте 15 (n=267), 17 (n=499), 22 (n=433) и 43 (n=287) лет. Оценка фактического рациона питания проводилась методом 24-часового воспроизведения рациона, который заключается в сборе информации о принятой в течение 24 часов пищи посредством однократного опроса. Потребляемые продукты распределялись на 13 групп, при этом не учитывалось потребление воды, напитков и алкоголя.

| Группы продуктов, блюда            | 15 лет           | 43 года          | D                  | Тест<br>Вилкоксона <sup>a</sup> |
|------------------------------------|------------------|------------------|--------------------|---------------------------------|
| Молоко и молочные продукты, %      | 12.2 (9.5–15.0)  | 12.8 (9.9–15.6)  | 0.5 (-3.5–4.6)     | Z= -0.08 <sup>b</sup> p=0.940   |
| Мясо и мясные продукты, %          | 12.6 (10.7–14.6) | 15.0 (12.7–17.4) | 2.4 (-0.5–5.3)     | Z= -2.02 <sup>b</sup> p=0.043   |
| Рыба и морепродукты, %             | 0.8 (0.4–1.2)    | 2.3 (1.2–3.4)    | 1.5 (0.4–2.7)      | Z= -2.22 <sup>b</sup> p=0.027   |
| Яйца, %                            | 0.6 (0.3–0.9)    | 1.4 (0.8–2.1)    | 0.8 (0.1–1.5)      | Z= -2.36 <sup>b</sup> p=0.018   |
| Супы, соусы, %                     | 15.1 (12.8–17.5) | 13.6 (10.5–16.7) | -1.5 (-5.4–2.7)    | Z= -0.87 <sup>c</sup> p=0.386   |
| Жиры животные, %                   | 1.3 (0.9–1.7)    | 0.4 (0.2–0.5)    | -1.0 [-1.4–(-0.6)] | Z= -5.19 <sup>c</sup> p<0.001   |
| Масла растительные, %              | 0.1 (0–1.2)      | 0.4 (0.2–0.5)    | 0.3 (0.1–0.5)      | Z= -3.18 <sup>b</sup> p=0.001   |
| Хлеб и хлебобулочные изделия, %    | 13.2 (11.4–15.0) | 10.4 (8.3–12.5)  | -2.8 [-5.5–(-0.1)] | Z= -3.17 <sup>c</sup> p=0.002   |
| Каши (крупяные изделия), %         | 4.4 (3.0–5.9)    | 5.8 (4.1–7.5)    | 1.4 (-1.0–3.8)     | Z= -1.11 <sup>b</sup> p=0.267   |
| Макаронные изделия, %              | 4.0 (2.7–5.3)    | 4.2 (2.3–6.0)    | 0.2 (-2.0–2.3)     | Z= -0.22 <sup>c</sup> p=0.828   |
| Овощи, овощные соки (пюре), %      | 15.3 (12.5–18.2) | 16.8 (13.8–19.8) | 1.4 (-2.6–5.4)     | Z= -0.55 <sup>b</sup> p=0.582   |
| Фрукты, фруктовые соки (пюре), %   | 5.3 (4.0–6.7)    | 10.3 (6.9–13.6)  | 4.9 (1.5–8.4)      | Z= -1.77 <sup>b</sup> p=0.078   |
| Сладости и кондитерские изделия, % | 7.7 (6.2–9.2)    | 5.1 (3.7–6.5)    | -2.6 [-4.8–(-0.5)] | Z= -2.98 <sup>c</sup> p=0.003   |

\*Примечание: группы продуктов и блюда представлены средними значениями вкладов (%) в общую массу (вес) суточного рациона;  $\Delta$ (delta) - разность; a – ранговый тест Вилкоксона (Wilcoxon signed-rank test); Статистика теста рассчитана: b – на основе отрицательных рангов; c - на основе положительных рангов.

**РЕЗУЛЬТАТЫ.** Установлено, что структура питания менялась по мере взросления участников исследования: доли ( $\Delta\%$ ) мяса [M (95% ДИ)] 2,4 (-0,5–5,3), молока и молочных продуктов 0,5 (-3,5–4,6), рыбы и морепродуктов 1,5 (0,4–2,7), яиц 0,8 (0,1–1,5), каш (крупяных изделий) 1,4 (-1,0–3,8), овощей и овощных соков 1,4 (-2,6–5,4), растительных масел 0,3 (0,1–0,5), а также макаронных изделий 0,2 (-2,0–2,3) увеличивались с возрастом, тогда как доли ( $\Delta\%$ ) животных жиров [M (95%ДИ)] -1,0 [-1,4–(-0,6)], хлеба и хлебобулочных изделий -2,8 [-5,5–(-0,1)], супов и соусов -1,5 (-5,4–2,7), сладостей и кондитерских изделий -2,6 [-4,8–(-0,5)] снижались. Наблюдалась тенденция к увеличению потребления ( $\Delta\%$ ) фруктов и фруктовых соков [M (95% ДИ)] 4,9 (1,5–8,4).

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.** У лиц мужского пола с подросткового до зрелого возраста модели питания претерпели существенные изменения, что необходимо учитывать при разработке профилактических мероприятий, направленных на коррекцию нерационального питания у детей и подростков.

**КОНТАКТЫ.**

Dr.Dadaeva@mail.ru