

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ КОЛЛЕДЖЕЙ КАК ФАКТОР РИСКА ЗДОРОВЬЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ

*Н. И. Латышевская, Т. Л. Яцышена, А. Н. Новикова,
М. Д. Ковалева, Л. А. Давыденко, Л. П. Сливина*

*Волгоградский государственный медицинский университет,
кафедра общей гигиены и экологии*

Проведена оценка организации учебного процесса и организации питания в медицинском колледже и колледже профессиональных технологий; описаны факторы риска питания учащихся.

Ключевые слова: учащиеся колледжей, организация питания, рациональное питание.

ORGANIZATION OF COLLEGE STUDENTS' CATERING AS A RISK FACTOR FOR YOUNG PEOPLE' HEALTH

N. I. Latyshevskaya, T. L. Yatsyshena, A. N. Novikova, M. D. Kovaleva, L. A. Davidenko, L. P. Slivina

The educational process and organization of catering in the Medical College and the College of Professional Technology have been evaluated; the risk factors for students' nutrition have been described.

Key words: college students, catering services, a balanced diet.

В последнее время больше уделяется внимания среднему профессиональному образованию на уровне политики государства, происходит возрождение системы профессионального образования, которая в 90-х годах потеряла прежний престиж. В настоящий момент рабочие профессии приобретают былую популярность. Но, молодежь, обучающуюся в колледжах и профессиональных училищах, нельзя приравнивать к студентам, получающим высшее профессиональное образование, в частности по возрастному критерию, это еще подростки, часто после окончания 9 классов школы. Организм учащихся профессиональных училищ и колледжей подвергается не только интеллектуальным нагрузкам в процессе учебы, но и вредным профессиональным факторам в процессе выработки профессиональных навыков, при этом в организме активно идут процессы роста и развития. В связи с чем именно в период учебы необходимо обеспечить подросткам условия для нормального функционирования и развития организма. Рациональное питание является фактором поддержания и укрепления здоровья человека, а в подростковом возрасте оно также обеспечивает гармоничный рост и развитие организма. В то же время известно, что отклонения в пищевом поведении приводят к ряду нарушений в организме, формируют заболевания различных органов и систем. Проблеме питания учащихся и студентов за последние годы посвящены многочисленные научные работы, отмечающие, что питание учащейся молодежи наиболее часто характеризуется нарушением режима, несбалансированностью по важнейшим пищевым веществам и микронутриентам, дефицитом витаминов (Сорокун И. В., Конь И. Я). Низкая энергетическая ценность рациона, нехватка белков и преобладание углеводов в питании подростков, обучающихся в образовательных учреждениях различного уровня, показана в работах Давыденко Л. А., Черновой Н. В. Ряд научных работ доказывает, что избыточное потребление мучных изделий,

продуктов быстрого приготовления, чипсов, сухариков и сладких безалкогольных газированных напитков среди детей и подростков приводит к достоверному увеличению индекса массы тела (ИМТ) (Елисеев Ю. Ю.).

ЦЕЛЬ РАБОТЫ

Выявить ведущие факторы риска в питании учащихся различных профилей обучения.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Проведена оценка организации питания в ФГОУ СПО «Волгоградский государственный колледж профессиональных технологий, экономики и права» и ГБОУ СПО Комитета по здравоохранению администрации Волгоградской области «Медицинский колледж № 1, Волгоград».

Для учащихся колледжа питание в стенах учебного заведения не менее важно, чем домашнее питание, так как длительность учебного дня составляет не менее 6 часов в день, а дополнительные образовательные нагрузки, посещение предметных кружков и спортивных секций, приводят к увеличению продолжительности учебного дня до 8 часов и более, что предъявляет дополнительные требования к качеству и организации питания.

Важнейшим фактором, определяющим рациональное питание учащихся средних специальных учебных заведений, является его организация. На организацию питания учащихся оказывают влияние: материально-техническое оснащение, организация и режим учебного процесса, пищевые традиции и установки самих подростков.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Учебный процесс в колледже профессиональных технологий протекает в основном здании колледжа по

расписанию: пара практических занятий — 1 ч 20 мин, стандартная перемена — 10 мин, большая перемена после второй пары занятий — 20 мин. Чаще всего студенты посещают столовую на 20-минутной перемене.

В медицинском колледже практические занятия проводятся на базе двух основных корпусов колледжа, располагающихся в разных районах города, и на базе клинических медицинских учреждений города и делятся 1 ч 40 мин, перемены после второй и третьей пары практических занятий — по 25 минут, последующие перемены по 10 мин. При этом в некоторые дни недели занятия проводятся на базе разных корпусов, и учащиеся тратят время перемены на переезд от одного корпуса к другому, не успевая поесть в учебном заведении или перекусывая на бегу.

Таким образом, формально организация учебного процесса (расписание занятий и перемен) в обоих обследованных колледжах проводится в рамках нормативных документов, но в реальности является одним из факторов риска в питании учащихся медицинского колледжа.

Возможность организации питания в колледже определяется материально-техническим оснащением пищеблоков средних специальных учебных заведений. Во всех обследуемых образовательных учреждениях помещения пищеблока, столовой, буфета-раздаточной располагаются в основном здании, на 1-м этаже, имеют типовой набор помещений и площади, отвечающих санитарным нормам на момент проектирования. После изучения материально-технической базы для организации питания учащихся колледжей Волгограда (медицинского колледжа и колледжа профессиональных технологий) выявлено, что в обоих колледжах имеется все необходимое для процесса приготовления и раздачи пищи. В колледже профессиональных технологий эта возможность реализуется в рамках столовой колледжа, работающей на продовольственном сырье или на полуфабрикатах, которая производит и реализует блюда в соответствии с разнообразным по дням недели меню. В медицинском колледже, несмотря на имеющуюся материально-техническую базу, питание учащихся организовано в буфетах-раздаточных, осуществляющих реализацию кулинарных, мучных, кондитерских и булочных изделий.

В колледже профессиональных технологий в состав помещений входят: столовая на 72 посадочных места, варочный зал, заготовочный, доготовочный и мясной цеха, овощехранилище, кладовая сыпучих продуктов, моечная, кабинет заведующей столовой, раздаточная, банкетный зал, бытовые и санитарные помещения для сотрудников. Площади всех помещений соответствуют СанПиН 2.4.5. 2409-08. В обоих корпусах медицинского колледжа буфет-раздаточная вмещает в себя столовую на 24 посадочных места, раздаточную и моечную; площади помещений также соответствуют СанПиН 2.4.5. 2409-08. Анализ обеспеченности оборудованием образовательных учреждений для организации питания показал, что горячие (варочные)

цеха колледжа профессиональных технологий оборудованы электроплитами, жарочными шкафами, тестомесильными машинами, промаркированными разделочными досками, в цехах имеется холодильное оборудование; работники буфетов-раздаточных медицинского колледжа используют в работе микроволновые печи, титаны и холодильники. В обоих колледжах размещены умывальники (по 1 крану на 20 посадочных мест), что соответствует требуемым нормам. Обеденные залы оборудованы столовой мебелью с покрытием, позволяющим проводить их обработку с применением моющих и дезинфицирующих средств. Водоснабжение (холодное и горячее), канализация и отопление — централизованные. В качестве нагревательных приборов используются радиаторы. В помещении пищеблока имеется система вытяжной вентиляции. Проветривание помещений столовой осуществляется во время уроков. Коэффициент аэрации соответствует норме (не менее 1/50). Параметры микроклимата и освещения соответствуют гигиеническим нормам.

Таким образом, организация питания в обоих обследованных колледжах проводится в рамках нормативных документов.

В обоих колледжах учащиеся питаются только за счет собственных денежных средств. Пособие для оплаты питания предусмотрено для льготных групп населения — дети-сироты получают дотацию на питание в размере 146 рублей в день (закон Волгоградской области о мерах социальной поддержки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, воспитывающихся и обучающихся в государственных и муниципальных учреждениях Волгоградской области № 1147-ОД от 15.12.2005 г). Причем пособие выплачивается в денежном эквиваленте, что может привести к нецелевому использованию денежных средств подростками.

Выявлено, что питание учащихся медицинского профили обучения представлено мучными кондитерскими изделиями промышленного и собственного производства, гамбургерами, сэндвичами, котлетами по-киевски, сосисками в тесте. Из напитков учащимся предлагают соки, лимонады и минеральную воду, также в меню представлены чипсы, сухарики и шоколад.

В столовой колледжа профессиональных технологий в продаже представлена только продукция собственного производства. В меню включены закуски (салаты из овощей), горячие блюда (супы, мясные изделия и гарниры), мучные кондитерские изделия собственного производства (пирожки с различными начинками, кулебяки) и напитки (чай, какао, компот).

Естественно, что мучная продукция с соком не покрывает должной энергетической и биологической ценности на обед учащегося, в то время как меню, состоящее из горячего блюда, салата, десерта и компота, справляется с задачей обеспечения биологической и энергетической ценности приема пищи.

При одинаковой общей численности студентов на всех отделениях и курсах обучения (1025 учащихся в

медицинском колледже и 1044 учащихся в колледже профессиональных технологий) количество продукции варьируется в зависимости от профиля обучения. То есть в медицинском колледже студенты за день съедают 185—200 штук различной выпечки, ежедневное потребление чая составляет 1 упаковку (20 одноразовых пакетиков) и 50 штук пакетированного кофе с различными вкусовыми добавками, 1 раз в неделю в буфет завозят 20 пачек чипсов и сухариков с вкусовыми добавками, 6 упаковок лимонада (емкостью 1,5; 0,5 и 0,33 л), 4 упаковки соков в ассортименте различной вместимостью (0,2; 0,5 и 1 литр). Продукция хранится в витрине при комнатной температуре, при продаже заворачивается в индивидуальный одноразовый пакет и подогревается в микроволновой печи. Чай и кофе готовятся из пакетированной продукции, заливаются горячей водой из титана в одноразовые пластиковые стаканы.

В столовой колледжа профессиональных технологий все блюда подаются в стеклянной посуде, которую моют, обрабатывают и хранят по всем санитарным правилам.

Ежедневно готовят порядка 60 порций горячего (20 порций первого и 40 второго блюд), 80—100 порций напитка и 600—700 штук мучных кондитерских изделий собственного производства разного наименования.

Отмечается связь пищевого поведения учащихся с сезоном года. Интересно отметить, что в начале учебного года (сентябрь—декабрь) учащиеся больше едят в столовой колледжа профессиональных технологий и количество блюд готовят пропорционально увеличивающемуся спросу: 120—150 порций горячего, 250—300 порций напитков. Также осенью-зимой больше едят и студенты медицинского колледжа (продукция потребляется примерно в 2 раза больше мучных кондитерских изделий).

Несомненно, характер организации питания, представленный в медицинском учебном заведении, не способствует рациональному питанию учащихся и здоровому образу жизни в целом. То есть, несмотря на наличие материально-технической базы для приготовления горячих блюд, частному предпринимателю, арендующему помещение буфета в обоих корпусах медицинс-

кого колледжа и обеспечивающему питание учащихся, проще работать по буфетной системе. Система тендеров в такой отрасли, как питание, не реализует свою изначальную задачу обеспечения максимального качества при минимальных затратах.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, организация процесса питания является фактором, формирующим образ жизни, а значит, и здоровье молодежи, и проблему организации питания учащихся необходимо решать глобально на уровне политики государства по сохранению здоровья нации в целом: требуется разработка социальных программ по дотациям из бюджета подросткам, обучающимся в образовательных учреждениях среднего профессионального образования; также необходимо мотивировать как материальными, так и моральными стимулами каждого отдельного человека на сохранение здоровья молодого поколения.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Елисеев Ю. Ю.* // Вопросы детской диетологии. — 2009. — Т. 7, № 1. — С. 46—48.
2. *Конь И. Я.* // Вопросы детской диетологии. — 2006. — № 2. — С. 47—49.
3. *Сорокун И. В., Корчина Т. Я., Говорухина А. А. и др.* // Вестник Тюменского государственного университета. — 2006. — № 6. — С. 144—149.
4. *Чернова Н. В., Давыденко Л. А., Шестопалова Е. Л.* // Вестник Волгоградского государственного медицинского университета. — 2011. — № 2. — С. 106—108.
5. *Чернова Н. В.* // Вестник Волгоградского государственного медицинского университета. — 2009. — № 4. — С. 96—98.

Контактная информация

Новикова Анна Николаевна – ассистент кафедры общей гигиены и экологии Волгоградского государственного медицинского университета, e-mail: 1404novikova@mail.ru