

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ  
ПРОМИСЛОВО-ТОРГІВЕЛЬНА КОМПАНІЯ ШАВО**



SINCE **Ξ** 1822  
**ШАВО**

## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

**VI Всеукраїнської науково-практичної  
конференції молодих учених та студентів  
з міжнародною участю**

**«Проблеми формування здорового  
способу життя у молоді»**



**5-6 листопада 2013 року**

ББК 36.81 + 36.82  
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.  
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф.  
канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров  
Л.В. Капрельянц  
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія, доктори  
наук, професори:

А.Т. Безусов, А.І. Віват, К.Г. Іоргачова,  
О.А. Нетребський, Л.М. Тележенко, М.Г. Хмельнюк,  
Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно

доктор техн. наук., доцент  
доктори наук, ст. наук. співр.  
кандидати наук, доценти

О.Б. Ткаченко  
О.О.Коваленко, Л.А. Осипова  
В.О. Буданов, О.В. Дишкантюк,  
М.М. Зацеркляний, С.В. Котлік,  
С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова

Технічний редактор

Т.С. Лозовська

### **Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2013. — 273 с.

Збірник опубліковано за рішенням вченої ради від 3.09.2013 р., протокол № 1

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2013

**РОЗДІЛ 2**  
**МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ**  
**ЖИТТЯ МОЛОДІ**

## АНАЛИЗ КУЛИНАРНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

**Ивченко Е.Ю., студентка V курса факультета ИТПРОиТБ  
Одесская национальная академия пищевых технологий, г. Одесса**

Известно, существует прямая взаимосвязь между питанием, умственной и физической работоспособностью, особенностями образа жизни и здоровьем.

К сожалению, анализ кулинарных привычек и особенностей современной молодежи выявил тревожную тенденцию, а именно, питание большинства учащейся и работающей молодежи в возрасте от 17 до 30 лет является нерациональным, что проявляется в недостаточном потреблении полезных продуктов питания.

Непосредственное влияние на все стороны жизни молодежи оказывают многочисленные факторы, такие как существенные социальные изменения, нестабильность экономического развития и т.д. Соответственно с данными МОЗ Украины из 10 млн. молодых людей в возрасте от 15 до 28 лет – 3 млн. требуют ежегодного оздоровления, 30 % призывников по медицинским показателям вообще не пригодны к службе.

К негативным факторам, влияющим на здоровье молодежи, относят неблагоприятную организацию их питания, как дома, так и вне дома. Достаточно широко распространены пищевые привычки, обусловленные потреблением так называемого «пищевого мусора». Известно, что нарушение правил здорового питания негативно влияет на работоспособность, повышает вероятность вредных привычек. Все это обусловлено низкой культурой питания, недостаточной информированностью молодежи в вопросах здорового питания, отсутствием массовой, целенаправленной соответствующей санитарно-просветительной работы. Возникает острая жизненная необходимость обучения молодежи простейшим методам контроля рациона, особенностей пищевого статуса и выявления признаков нарушения здоровья, которые неизбежно возникают в связи с тем, что в повседневной жизни молодежь испытывает серьезные физические и психоэмоциональные нагрузки.

Анализ посещаемости предприятия питания нашего города согласно данных проведенного анкетирования показал, что более 60 % молодежи до 21 года выбирают предприятия быстрого питания, большинство хотя бы изредка едят в фаст-фудах. Мотивацией для посещения являются ценовая доступность, быстрота обслуживания и полнота насыщения, демократичная обстановка и территориальная близость расположения. И только чуть более 30% опрошенных признались, что никогда не посещают предприятия быстрого питания. Несколько раз в месяц заходят перекусить в фаст-фуды 17 %, а 3 % бывают там почти каждый день. При этом юноши с большей охотой посещают такие заведения, чем девушки (56 % / 44 %). С возрастом приоритеты меняются, более старшие респонденты реже посещают фаст-фуды, так около 42 % молодых людей возраста 22-29 уже не посещают фаст-фуды. Многие молодые посетители требовательны не только к качеству и вкусу еды, но и к уровню обслуживания и соблюдению санитарных норм. При этом претензии к санитарному состоянию помещения юноши высказывали в большей степени, чем девушки (17 % / 3 %). Девушки же чаще отмечают плохое качество еды (33 % / 15 %) и ее вредность для здоровья (20,0 % / 12 %).

Исследование проводили в июле в Одессе по разработанным нами анкетам, в ходе которого было опрошено 300 респондентов в возрасте от 14 до 29 лет.

Научный руководитель – канд. техн. наук, доцент Салавелис А.Д.

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Обухова А.С.....	38
ЕКОЛОГІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ Баралюк Ю.В., Полуктова І.Г.....	38
ФІЛОСОФСЬКИЙ АСПЕКТ ПОНЯТТЯ „ЗДОРОВ'Я” Борщенко Т.О.....	40
ФИЛОСОФИЯ ЗДОРОВЬЯ. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ Баховская Е.В.....	41
ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ –ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ Кушнір Н.А., Васильєв М.В.....	41
РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ – ЗАПОРУКА ЗДОРОВ'Я Цигура В.В.....	43
ДЕЛЬФІНОТЕРАПІЯ ЯК ДОПОМІЖНИЙ ЛІКУВАЛЬНО-ПРОФІЛАКТИЧНИЙ МЕТОД Стаховська Л.О., Полковенко О.В.....	44
ЗНАЧЕННЯ ГЛІКЕМІЧНОГО ІНДЕКСУ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ Балабан В.В., Василюха М.О.....	45
<b>РОЗДІЛ 2 – МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ</b>	
ФУНКЦІОНАЛЬНІ ПРОДУКТИ – ОСНОВА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Скрипніченко Д.М.....	48
ОСОБЕННОСТИ СОВРЕМЕННОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ Копа О.Е.....	49
АНАЛИЗ КУЛИНАРНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ Ивченко Е.Ю.....	50
НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО РОЗРОБКИ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ Хробатенко О.В.....	51
ЕКОЛОГІЧНИЙ ІМПЕРАТИВ І ГЕННО-МОДИФІКОВАНІ ПРОДУКТИ Панова Ю.....	52
ГЕНЕТИЧЕСКИ МОДИФИЦИРОВАННЫЕ РАСТЕНИЯ И РИСКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ Пастырь А.....	53
ПРОБЛЕМЫ ПИТАНИЯ, ВОЗНИКАЮЩИЕ У СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ Лубашева Д.А., Пономаренко Ю.И.....	54

Наукове видання

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**  
**VI Всеукраїнської науково-практичної конференції**  
**молодих учених та студентів**  
**з міжнародною участю**  
**«Проблеми формування здорового способу життя у молоді»**  
**5-6 листопада 2013 року**

Головний редактор, д-р техн. наук, проф. Б.В. Єгоров  
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф. Л.В. Капрельянц  
канд. техн. наук, доц. О.М. Кананихіна  
Технічний редактор Т.С. Лозовська

Підписано до друку 03.09.2013 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.  
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848