

Міністерство освіти і науки України

Національний університет харчових технологій

**91-та
Міжнародна наукова
конференція молодих учених,
аспірантів і студентів**

**"Наукові здобутки молоді –
вирішенню проблем
харчування людства у ХХІ
столітті"**

7–11 квітня 2025 р.

Частина 1

Київ НУХТ 2025

13. До питання дефіцитів основних есенціальних сполук в продуктах для дитячого та дієтичного харчування

Ольга Жерибор, Ольга Душак

Національний університет харчових технологій, Київ, Україна

Вступ. Проведено дослідження ринку продуктів для дитячого та дієтичного харчування з метою компенсації дефіцитних станів та визначення тенденцій розвитку галузі.

Матеріали і методи. Використано дані аналітичних досліджень ринку продуктів для дитячого та дієтичного харчування.

Результати і обговорення. Харчування забезпечує організм енергією, необхідною для процесів життєдіяльності. З харчовими продуктами в організм людини надходить більшість необхідних для його функціонування компонентів – білків, вуглеводів, жирів, вітамінів та мінеральних речовин, що сприяють відновленню клітин та тканин і забезпечують необхідною кількістю енергії та пластичного матеріалу. Неправильне харчування призводить до появи багатьох захворювань, що виникають внаслідок зниження захисних властивостей організму. При цьому порушуються процеси обміну речовин, з'являється передчасне старіння, зниження працездатності, збільшення ймовірності розвитку депресії. Виникають також проблеми з обмінними процесами, шлунково-кишковим трактом, серцем і судинами, опорно-руховим апаратом [1].

За даними соціологічних досліджень, споживання продуктів для дитячого харчування в Україні нижче, ніж у Європі. За даними мультицентрового дослідження з оцінки харчування дітей від 9 місяців до 3-х років життя, сучасний харчовий раціон дітей раннього віку в Україні, як і в багатьох інших розвинутих країнах, загалом є незбалансованим, містить надлишок енергії, білків, однак недостатню кількість мікроелементів і вітамінів. Найсуттєвішим виявився дефіцит цинку, заліза, кальцію і вітамінів А, D, E, B₆, B₁₂, B₁. Відповідно недостатнє або неякісне харчування дитини в перші роки життя може супроводжуватись значними наслідками для її здоров'я, включаючи сповільнений психомоторний і розумовий розвиток, поведінкові проблеми, дефіцит соціальних навичок, розлади уваги, проблеми з навчанням тощо. З тими чи іншими порушеннями харчування пов'язано майже 35 % хвороб серед дітей віком до 5 років. Харчові звички, що формуються у цьому віці під впливом і за прикладом батьків, мають ключове значення для забезпечення здорового харчування у подальші періоди життя. За оцінками ВООЗ, у всьому світі 30 % дітей віком до 5 років відстають у зрості, а 18 % мають низьке співвідношення ваги тіла до зросту, в основному як наслідок неналежного годування або повторних інфекцій

Висновки. Адекватне потребам і збалансоване споживання харчових речовин та енергії є ключовим фактором повної реалізації генетичного потенціалу, забезпечення оптимального розумового розвитку та тривалого здоров'я.

Література

1. Розроблення рецептур томатно-горіхових снєків із функціональними властивостями / О. В. Душак, С. Й. Крижановський, Є. Б. Кіях // Здорове харчування від дитинства до довголіття: комплексний підхід, стан та перспективи: матеріали III міжнародної науково-практичної мультидисциплінарної конференції, 27 жовтня 2023 р., м. Київ. НУХТ, 2023. С. 92-94.