

*Ковалёва Е. С.*

*Лечебный факультет, 2 курс, гр. 1212*

**АНАЛИЗ СОСТАВА ЙОДИРОВАННЫХ  
ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ И  
ИНФОРМИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ О  
ПРОБЛЕМАХ УСТРАНЕНИЯ  
ЙОДОДЕФИЦИТА**

*Научный руководитель: ст. преп. Назарова М. А.*

*Кафедра радиационной медицины и экологии*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

# *Актуальность*

**Население Республики Беларусь проживает в условиях природно-обусловленного йододефицита.**

С 2000 г. в нашем государстве проводилась программа по ликвидации йодного дефицита, основанная на использовании йодированной соли и фортификации продуктов питания. Активная информационная кампания среди населения (через баннеры, листовки, рекламу в СМИ) привела к осознанию необходимости использования йодированной соли и других источников йода. В результате этого Международным советом по контролю йододефицитных заболеваний **Республика Беларусь с 2013 г. признана страной с адекватной йодной обеспеченностью.**

**В данный момент актуальным становится вопрос информированности населения о количественном содержании йода в потребляемых продуктах питания и необходимости оптимального потребления данного микроэлемента.**

# Цель и задачи научной работы

► **Цель работы:** выяснить степень информированности студентов БГМУ, БГУ и БГЭУ о стратегии ликвидации йодного дефицита, а также провести исследование о качественном и количественном содержании йода в продуктах питания.

► **Задачи работы:**

- 1) проанализировать современные литературные данные о проблеме йододефицита в Республике Беларусь;
- 2) провести анкетирование студентов, направленное на выяснение степени их информированности о проблеме йододефицита и его устранении;
- 3) провести исследование продуктов питания в столичных магазинах на предмет содержания йода и его количества в данных продуктах.

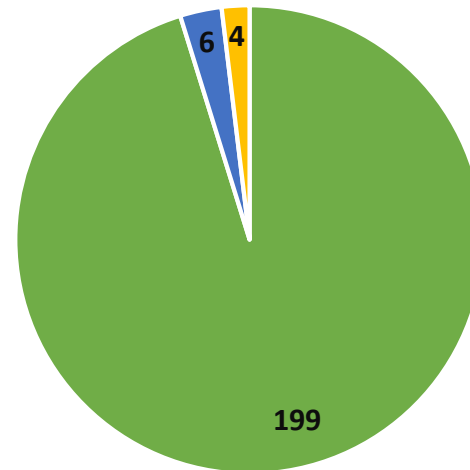
# *Материалы и методы*

- ▶ **На первом этапе было проведено анкетирование 209 человек трёх возрастных групп: 17-19 лет, 20-22 года, 23-24 года.** Содержание вопросов анкеты направлено на различные аспекты оценки осведомлённости студентов о наличии или отсутствии йода в продуктах питания, его количестве в данных продуктах и об оптимальной норме его употребления. Для проверки надёжности анкетирования было произведено вычисление показателя альфа Кронбаха с использованием программы SPSS Statistics 22.0.
- ▶ **На втором этапе было проведено исследование 866 продуктов питания (598 - для взрослых, 248 – для детей) в столичных магазинах на предмет содержания йода и его количества в данных продуктах.**
- ▶ **На третьем этапе были произведены расчёты и статистическая обработка результатов исследования с использованием программы Microsoft Excel 2016.**

# Результаты анкетирования

- ▶ В результате анкетирования установлено, что:
  - **95,2% опрошенных знают, что Республика Беларусь является регионом, население которого проживает в условиях природно-обусловленного дефицита йода;**
  - **91,4% опрошенных знают, что йододефицитные заболевания можно предупредить.**

Рис. 1 - Знаете ли Вы, что Республика Беларусь является регионом, население которого проживает в условиях природно-обусловленного дефицита йода:



■ Да ■ Нет ■ Затрудняюсь ответить

Рис. 2 - Знаете ли Вы, что йододефицитные заболевания можно предупредить:

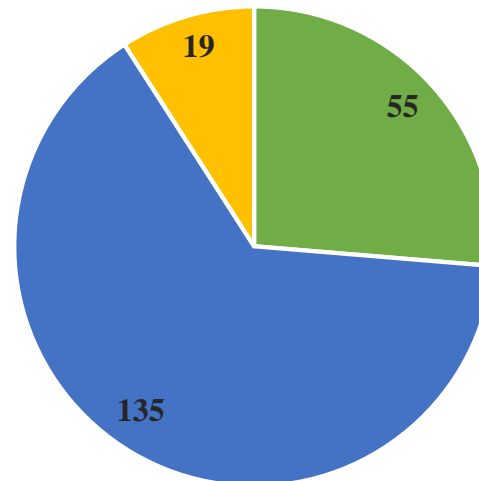


■ Да ■ Нет ■ Затрудняюсь ответить

# Результаты анкетирования

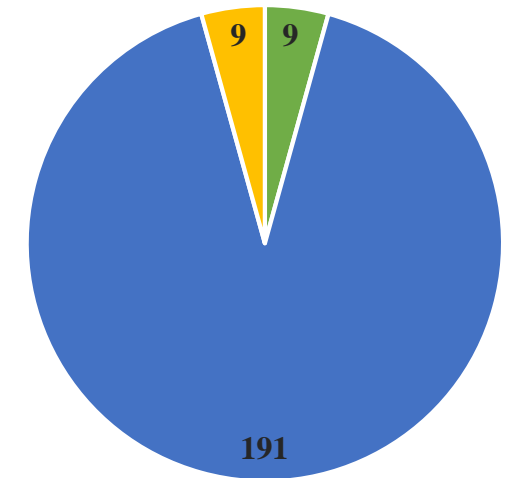
- ▶ В результате анкетирования установлено, что:
  - 64,6% опрошенных не знают, какое количество йода они потребляют в сутки;
  - 91,4% опрошенных не обращают внимания на этикетку продуктов питания при их покупке.

Рис. 3 - Знаете ли Вы, какое количество йода потребляете в сутки:



■ Да ■ Нет ■ Затрудняюсь ответить

Рис. 4 - Обращаете ли Вы внимание на этикетку продуктов питания при их покупке, чтобы узнать количественное содержание йода в них:



■ Да ■ Нет ■ Затрудняюсь ответить

# Исследование продуктов питания в столичных магазинах

Рис. 5 - Продукты питания для взрослого населения

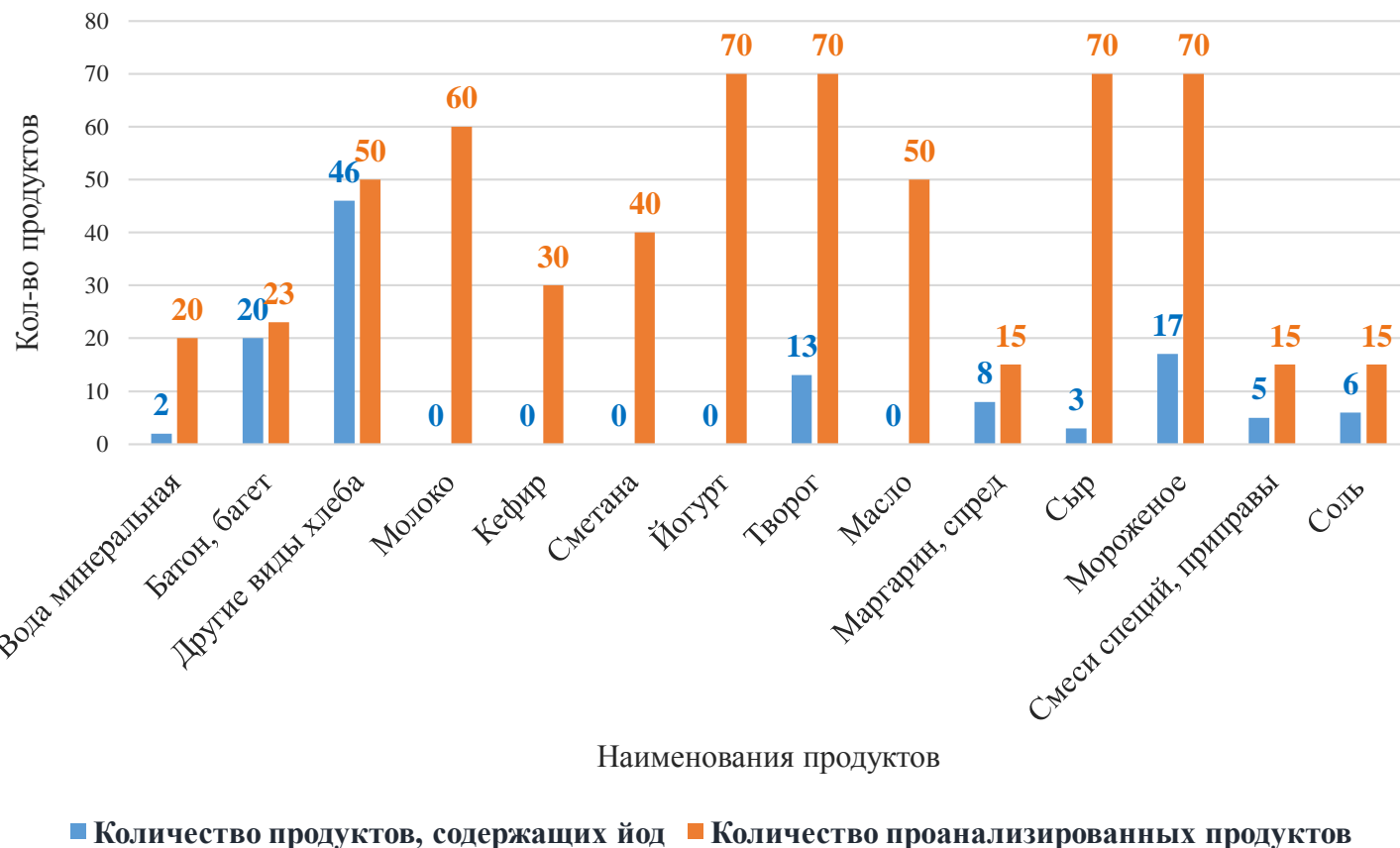
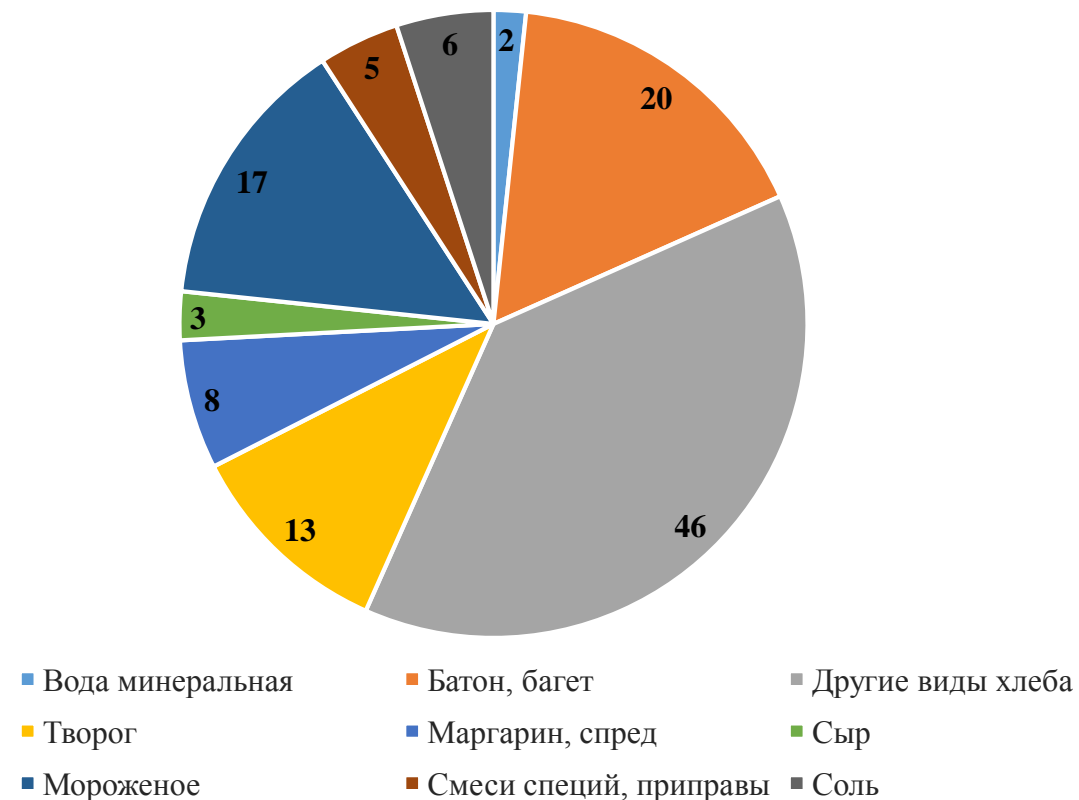


Рис. 6 - Количество продуктов питания для взрослого населения, содержащих йод

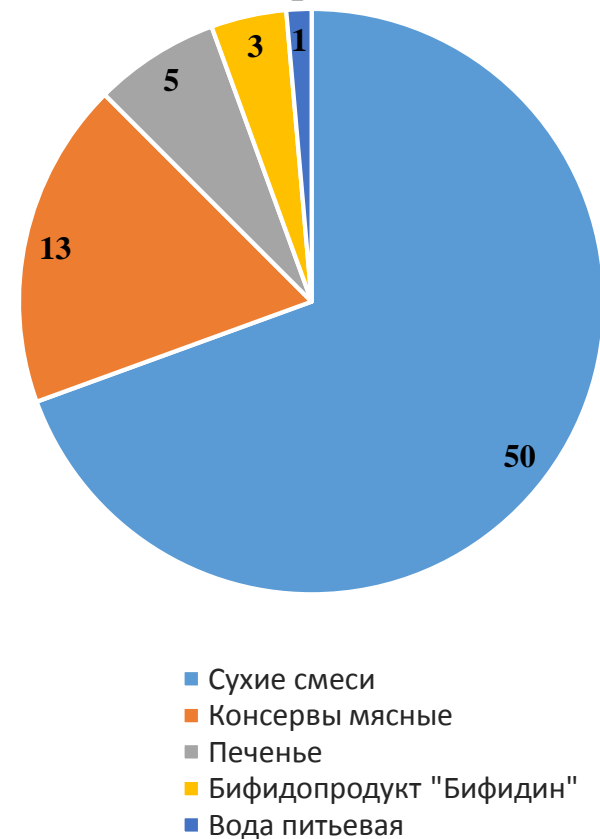


# Исследование продуктов питания в столичных магазинах

Рис. 7 - Продукты питания для детей



Рис. 8 - Количество продуктов питания для детей, содержащих йод

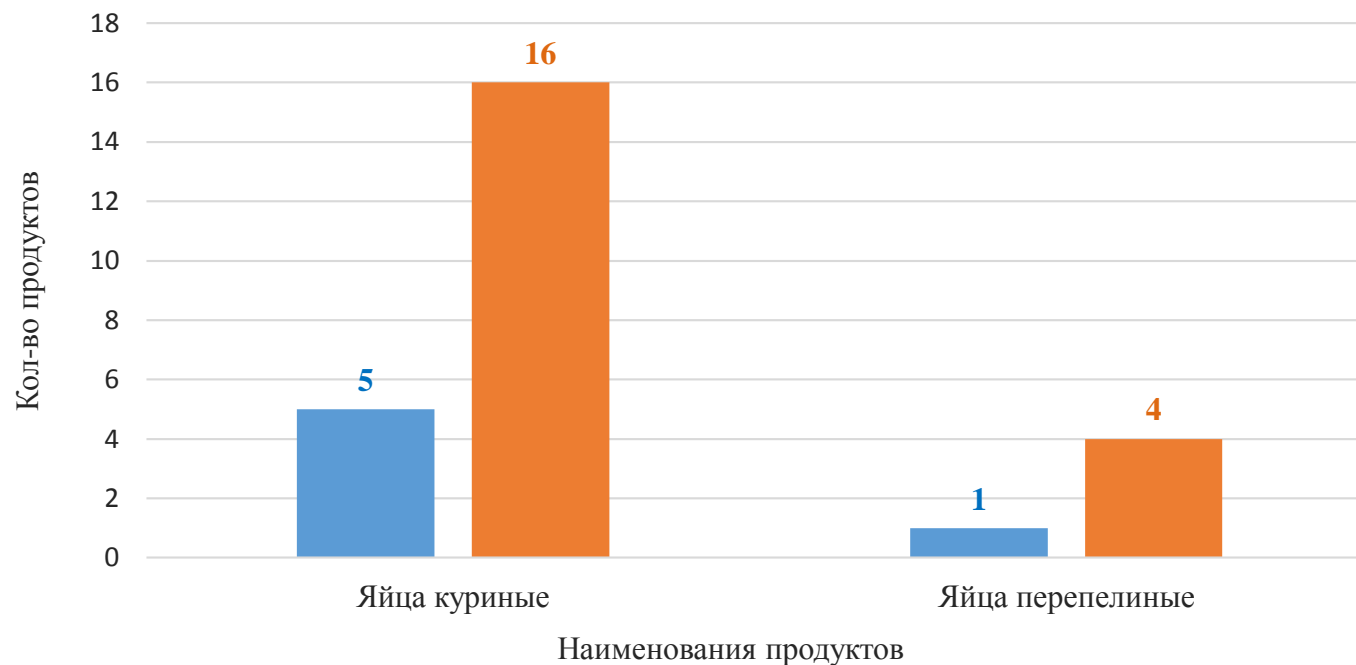




# Исследование продуктов питания в столичных магазинах

При изучении ассортимента яиц куриных и перепелиных в магазинах г. Минска было установлено, что только 1-ая Минская и Солигорская птицефабрики выпускают яйца «Знатные» и «Молодецкие» соответственно, обогащённые селеном (не менее 10,5 мкг и не более 35 мкг) и йодом (не менее 40 мкг).

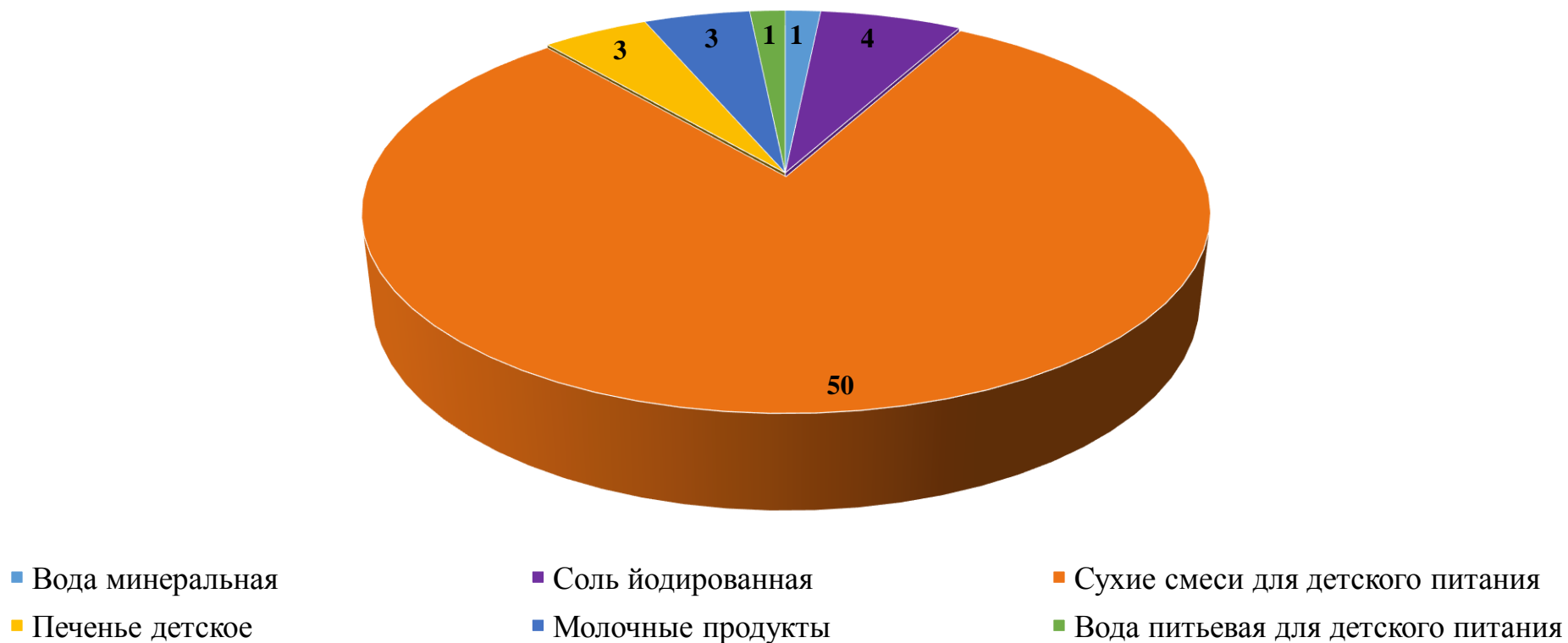
Рис. 9 - Яйца



- Количество продуктов, содержащих селен и йод
- Количество проанализированных продуктов

# Исследование продуктов питания в столичных магазинах

Рис. 10 – Продукты питания с указанным на этикетке количественным содержанием йода и его соединений



**Табл. 1 - ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ ДЛЯ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ**

**Вода минеральная**

Продукты	Йодосодержащие компоненты	Количество йода
Вода минеральная "Мтаби" нагутская-26, питьевая, лечебно-столовая, газированная, 1,25 л, торговая марка: МТАВИ, РФ	суточную норму йода	0,3 - 0,4 мг/л

**Соль йодированная**

Соль поваренная пищевая "Полесье" йодированная экстра, выварочная, 1 кг, торговая марка: Золотой зубр, МозырьСоль	Йодат калия	Массовая доля йода (40+/-15) мг/кг
Соль пищевая "Морская плюс" мелкая йодированная, 1 кг, торговая марка: Золотой зубр, МозырьСоль	Йодат калия	Массовая доля йода (40+/-15) мг/кг
Соль «Белорусская» йодированная, 1 кг, торговая марка: Золотой зубр, МозырьСоль	Йодат калия	Массовая доля йода (40+/-15) мг/кг
Соль морская пищевая йодированная "Cuog Di Mare" мелкая, 1 кг, Италия	0,0051% йодат калия	Йод в количестве 3 мг/100г

**Особое внимание** стоит уделить проблеме информирования населения о количественном содержании йода со стороны производителей.

**Из 598 рассмотренных продуктов питания для взрослых информация о количественном содержании йода и его соединений на этикетке была указана лишь у 5 продуктов.**

# *Результаты и их обсуждение*

- ▶ В ходе практической части исследования установлено, что из рассмотренных 73 хлебобулочных изделий 90,4% хлеба и батона продаётся в магазинах с указанием в составе продуктов йодированной соли, а именно: йодата калия – в 37% продуктов, и только в 5,5% продуктов указан йодноватокислый калий.
- ▶ Из рассмотренных 475 молочных продуктов (молока, кефира, йогурта, сметаны, творога, сливочного масла, маргарина, спредов, сыров и мороженого) наличие йодированной соли указано в 8,6% продуктов, а конкретно йодат калия – только в 2,5% продуктов.
- ▶ Из 50 рассмотренных сухих смесей, предназначенных для детского питания, в 100% продуктов указано содержание йодида калия, причём точная дозировка в мкг на 100 г сухой смеси и на 100 мл восстановленной смеси.

# *Результаты и их обсуждение*

- ▶ Из рассмотренных 70 молочных продуктов для детей только в 4,3% продуктов есть указание на содержание йодида калия в точной дозировке.
- ▶ В 13% детских мясных консервов из 100 рассмотренных даётся указание на наличие йодированной соли в составе.
- ▶ Из 7 представленных видов детской питьевой воды только в одном продукте дана конкретная доза содержания йодида калия.
- ▶ **Таким образом, всего было проанализировано 866 продуктов питания (598 - для взрослых, 248 – для детей), из них только 62 продукта (7,2%) в своём составе содержат указание количественного состава йода.**

# Выводы

**Большинство студентов, прошедших анкетирование, знают, что йододефицитные заболевания можно предупредить, однако они не интересуются количеством йода в продукте питания, даже если он указан на этикетке. Также студенты не знают, какое количество йода они употребляют в сутки.**

В магазинах г. Минска представлено достаточно большое количество йодированных продуктов питания, но только единичные производители данных продуктов информируют население о количественном составе йода в них. Из-за отсутствия данной информации **в Республике Беларусь может наступить переизбыток йода в питании населения.**

Йодированная соль является основным компонентом обогащения йодом продуктов питания в нашей стране, хотя у нас, как и во многих других странах мира, наблюдается тенденция к уменьшению потребления соли вообще, так как это фактор развития сердечно-сосудистых заболеваний.

# *Выводы*

**Таким образом, в Республике Беларусь йододефицит ликвидирован, может возникнуть превышение возрастных норм потребления йода, поэтому необходимо информировать население о количественном содержании йода в продуктах питания и необходимости оптимального потребления данного микроэлемента в пищу.**

*СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!*