

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ПРИЗНАКОВ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ УНИВЕРСИТЕТА ИТМО: КЛИНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И КОРРЕЛЯЦИИ.

Крючкова А.А. ¹ (магистрант)

Научный руководитель – Турсун-Заде Р.Т. ¹

1 - Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Национальный исследовательский университет ИТМО»
e-mail: kriuchkovaa@itmo.ru

Введение:

Питание в значительной степени определяет как физическое, так и психологические благополучие, способствуя предотвращению различных заболеваний, таких как ожирение, сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания и т.д. [1,2]. Согласно исследованию Ларионова почти 50% факторов риска, влияющих на здоровье человека, составляют условия и образа жизни, около 20% связано с влиянием генетики и лишь 8% с условиями системы здравоохранения. [3]. Быстрая урбанизация, увеличение производства и потребления переработанных продуктов питания и иные изменения в образе современной жизни оказывают негативное влияние на формирование здоровых пищевых привычек [4,5]. Многие люди могут столкнуться с расстройствами пищевого поведения, такими как (ограничение питания, переедание, заикленность на весе или форме тела, вызывание рвоты, изнуряющие физические нагрузки и т. д.) [6]. Эти проблемы могут оказывать серьезное воздействие и на другие поведенческие факторы социальные, физические и психологические, имеющие важное значение не только для отдельно взятого индивидуума, но и для общества в целом [7-9]. Многочисленные исследования подтверждают гипотезу о том, что у большинства студентов выявляются признаки нарушений пищевого поведения [6; 9–11]. В России мало проведено исследований о частоте встречаемости данных состояний в университетской среде. Поэтому важно изучать и понимать эти проблемы, чтобы помочь студентам поддерживать здоровый образ жизни.

Основная часть:

Университет ИТМО в 2022–2023 гг. проводил исследование «Здоровье и качество жизни ИТМО.Family — Be healthy». Основная цель проекта заключалась в определении факторов риска для здоровья и оценке эффективности мер по снижению их распространенности.

Одно из направлений было посвящено изучению пищевого поведения и рациона питания среди студентов и сотрудников. Исследования показывают, что такие факторы, как академический или рабочий стресс, социальное давление и проблемы с воспринимаемым образом тела могут способствовать развитию или усугублению нарушений в области пищевого поведения среди студентов и сотрудников [11-13].

Здоровое пищевое поведение характеризуется отсутствием проблем с ощущением чувства голода и сытости, нормальным отношением к еде и отсутствием дополнительных эмоциональных связей с пищей. Когда формы поведения и психологические установки относительно еды меняются и доставляют человеку дискомфорт, возникает нарушение пищевого поведения (НПП).

Известно три типа таких нарушений — ограничительный, эмоциогенный и экстернальный, которые могут быть одним из этапов развития расстройств пищевого

поведения (РПП). РПП — это сложные психические заболевания, которые могут влиять на людей любого возраста, пола или происхождения. Они характеризуются ненормальными пищевыми привычками, искаженным представлением о своем теле и интенсивным страхом набрать вес. Самые распространенные типы расстройств пищевого поведения включают анорексию, булимию и компульсивное переедание [14].

Цель исследования состоит в оценке распространенности признаков нарушений пищевого поведения среди студентов и сотрудников Университета ИТМО. Мы стремимся описать факторы, лежащие в основе нарушений пищевого поведения в университетском контексте, рассматривая клинические профили, включая антропометрический статус, воспринимаемый стресс, уровень физической активности, состояния психического здоровья и результаты лабораторных тестов.

Задачи исследования:

1. Рассчитать распространенность признаков нарушений пищевого поведения среди студентов и сотрудников университета ИТМО.
2. Изучить клинические характеристики нарушений пищевого поведения у обследуемых групп.
3. Описать корреляции между наличием нарушений пищевого поведения и другими факторами, такими как возраст, пол, уровень образования и т. д.
4. Определить наиболее распространенные типы нарушений пищевого поведения среди студентов и сотрудников университета ИТМО.
5. Провести количественную оценку отношения распространенности признаков нарушений пищевого поведения среди студентов и сотрудников университета ИТМО.
6. Определить возможные факторы риска, связанные с развитием нарушений пищевого поведения у студентов и сотрудников университета ИТМО.
7. Предложить рекомендации по улучшению подходов к профилактике и лечению нарушений пищевого поведения среди студентов и сотрудников университета ИТМО.

Предварительные выводы:

Данные получены из базы опроса студентов и сотрудников за 2022–2023 годы в Университете ИТМО. Всего было привлечено 825 участников. Сбор данных для исследования проводился в два этапа: (I) с 2 по 24 июня 2022 года и (II) с 9 декабря 2022 года по 31 марта 2023 года. Всего за период с 2 по 24 июня 2022 года и с 9 декабря 2022 года по 31 марта 2023 года было опрошено 394 и 436 человек соответственно.

Согласно полученным ранее данным 84% респондентов имеют признаки хотя бы одного нарушения пищевого поведения. Более того, каждый 5-й респондент испытывает комплексные трудности с питанием, характеризующиеся наличием двух и более нарушений пищевого поведения.

1. Ожидается, что исследование поможет выявить основные факторы и причины, способствующие развитию нарушений пищевого поведения.
2. В дальнейшем возможно использование полученных результатов исследования для разработки эффективных мер по предотвращению и лечению нарушений пищевого поведения среди студентов и сотрудников Университета ИТМО.

Список использованных источников:

1. Rippe, J. M. (2018). Lifestyle Medicine: The Health Promoting Power of Daily Habits and Practices. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 12(6), 499–512. <https://doi.org/10.1177/1559827618785554>
2. Nutrition. World Health Organization. Available online: <https://www.who.int/health-topics/nutrition>. (accessed on 7 February 2024)
3. Ларионов В.Г., Чернова Д.В. Значение экологии городов в формировании здоровья населения // *Вестн. Самарск. гос. эконом. ун-та*. 2013. No 9 (107).
4. Determinants of health. World Health Organization. Available online: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/determinants-of-health>. (accessed on 03 January 2024)
5. Healthy diet. World Health Organization. Available online: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>. (accessed on 23 March 2023)
6. Akoury, L.M., Rozalski, V., Barchard, K.A. et al. Eating Disorder Quality of Life Scale (EDQLS) in ethnically diverse college women: an exploratory factor analysis. *Health Qual Life Outcomes* 16, 39 (2018). <https://doi.org/10.1186/s12955-018-0867-1>
7. Feng, B., Harms, J., Chen, E., Gao, P., Xu, P., & He, Y. (2023). Current discoveries and future implications of eating disorders. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(14), 6325. <https://doi.org/10.3390/ijerph20146325>
8. Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G., & Tavolacci, M. (2019). Prevalence of eating disorders over the 2000–2018 period: a systematic literature review. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 109(5), 1402–1413. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy342>
9. Tavolacci, M., Grigioni, S., Richard, L., Meyrignac, G., Déchelotte, P., & Ladner, J. (2015). Eating disorders and associated health risks among university students. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 47(5), 412–420.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2015.06.009>
10. Sogari, G., Velez-Argumedo, C., Gómez, M. I., & Mora, C. (2018). College Students and Eating Habits: A study using an Ecological Model for Healthy behavior. *Nutrients*, 10(12), 1823. <https://doi.org/10.3390/nu10121823>
11. Daly, M., & Costigan, E. (2022). Trends in eating disorder risk among U.S. college students, 2013–2021. *Psychiatry Research*, 317, 114882. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114882>
12. Nagata, J. M., Garber, A. K., Tabler, J., Murray, S. B., & Bibbins-Domingo, K. (2018). Prevalence and Correlates of Disordered Eating Behaviors Among Young Adults with Overweight or Obesity. *Journal of General Internal Medicine*, 33(8), 1337–1343. <https://doi.org/10.1007/s11606-018-4465-z>
13. Loni, S. B., Sami, W., Elhaleem, Z. a. A., Ejjel, M. M. N. I., Gadir, G. a. G. M. A., & Khan, M. O. (2022). Prevalence of Eating Disorder among Students of Health Science Colleges in Majamaah University, Saudi Arabia. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 16(1), 1323–1328. <https://doi.org/10.53350/pjmhs221611323>
14. Ward, Z. J., Rodriguez, P., Wright, D. R., Austin, S. B., & Long, M. W. (2019). Estimation of eating disorders prevalence by age and associations with mortality in a simulated nationally representative US cohort. *JAMA Network Open*, 2(10), e1912925.

Крючкова А.А. (автор)

Турсун-Заде Р.Т. (научный руководитель)