

Анализ характера питания семьи

Автор:

Ученица 11 класса

**Трифонова Анастасия
Александровна**



Цель исследования:

Изучить особенности питания
современной
среднестатистической семьи

Гипотеза:

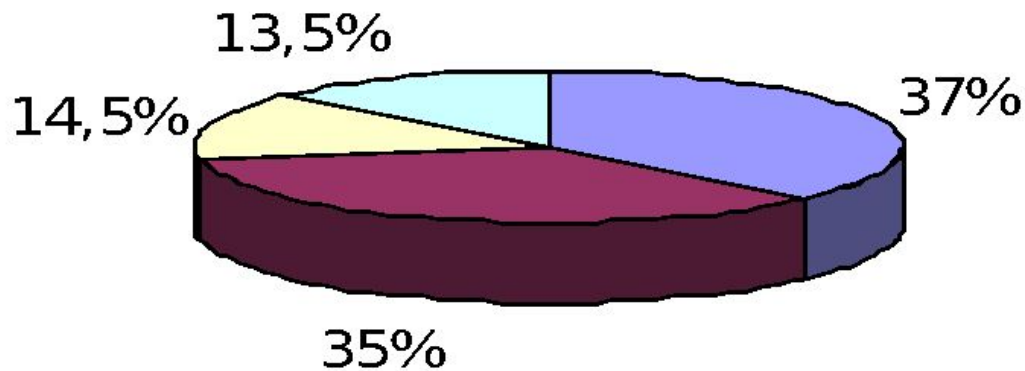
Характер питания современной
семьи не соответствует
рекомендациям ВОЗ

АНКЕТА

Анализ характера питания конкретной семьи

1. Структура семьи: (количество членов семьи).
2. Питание семьи
 - Диетические привычки и пристрастия.
3. Опишите примерное меню семьи на 1 день
4. При покупке продуктов, что Вы изучаете? (нужное подчеркнуть)
 - 1) состав продукта;
 - 2) срок годности;
 - 3) адрес производителя.
5. Употребляет ли ваша семья продукты содержащие генетически модифицированные организмы?:
 - 1) ДА; 2) НЕТ; 3) НЕ ЗНАЮ; 4) А ЧТО ЭТО? (нужное подчеркнуть).
6. Знаете ли Вы, какие пищевые добавки (Например, Е 621) содержатся в продуктах употребляемых вашей семьей ежедневно?
 - 1) ДА; 2) НЕТ; (нужное подчеркнуть).
7. Есть ли у Вас в семье заболевания, связанные с пищеварительной системой?

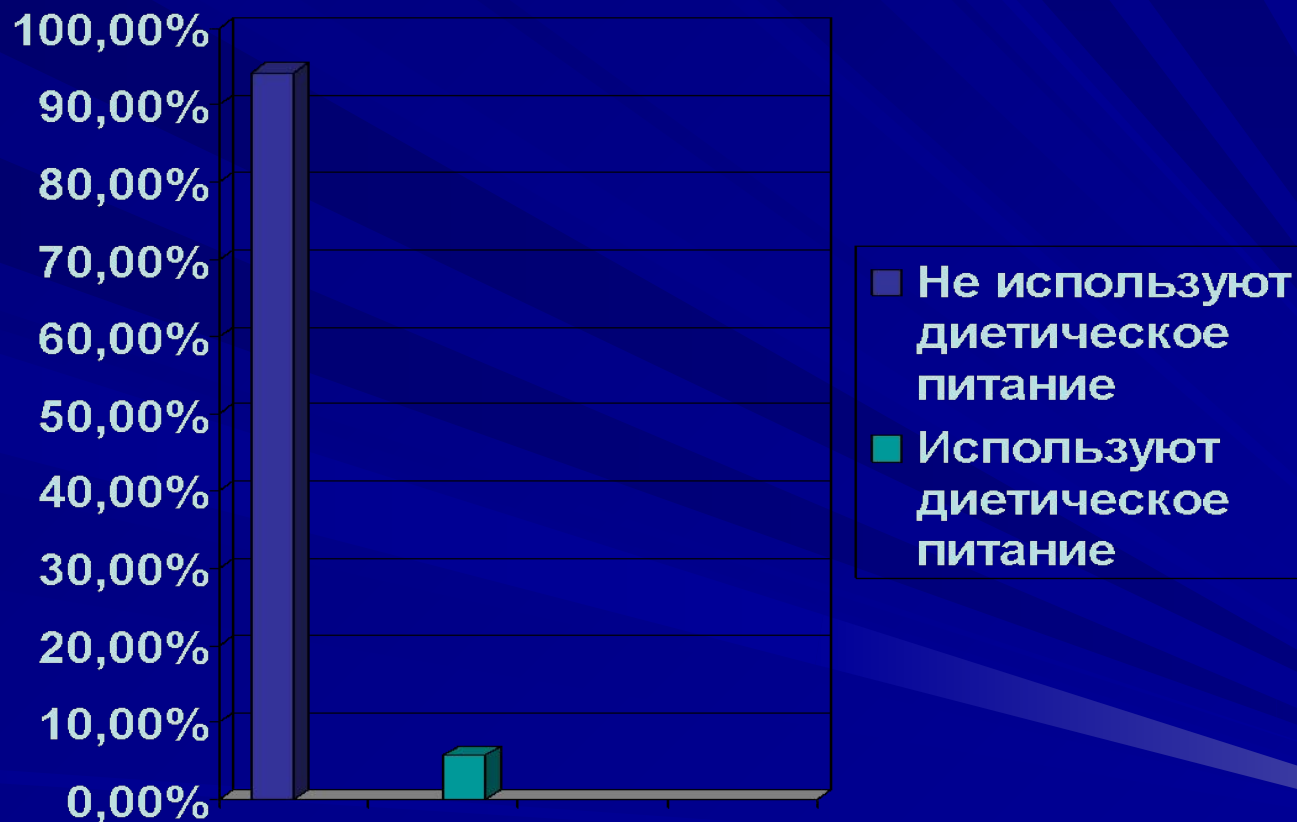
Численный состав семей



- семья из 4 человек
- семья из 3 человек
- семья из 5 человек
- семья из 2 человек

По исследуемым результатам видно, что 37% семей состоит из 4 человек, 35% семей состоит из 3 человек, 14.5% семей состоит из 5 человек и 13.5% из 2. Таким образом, среднестатистическая семья состоит из 4 человек.

Диетическое питание



По исследуемым результатам видно, что 94.3% семей не используют диетическое питание, а 5.7% семей используют. Таким образом, большинство семей не придерживаются диетического питания.

Примерное меню семьи на 1 день

Завтрак

Бутерброд (с сыром или колбасой)

Чай

Обед

**Суп, щи, борщ
Картофель, хлеб,
полуфабрикаты**

Чай

Ужин

**Макаронные изделия,
полуфабрикаты**

Чай

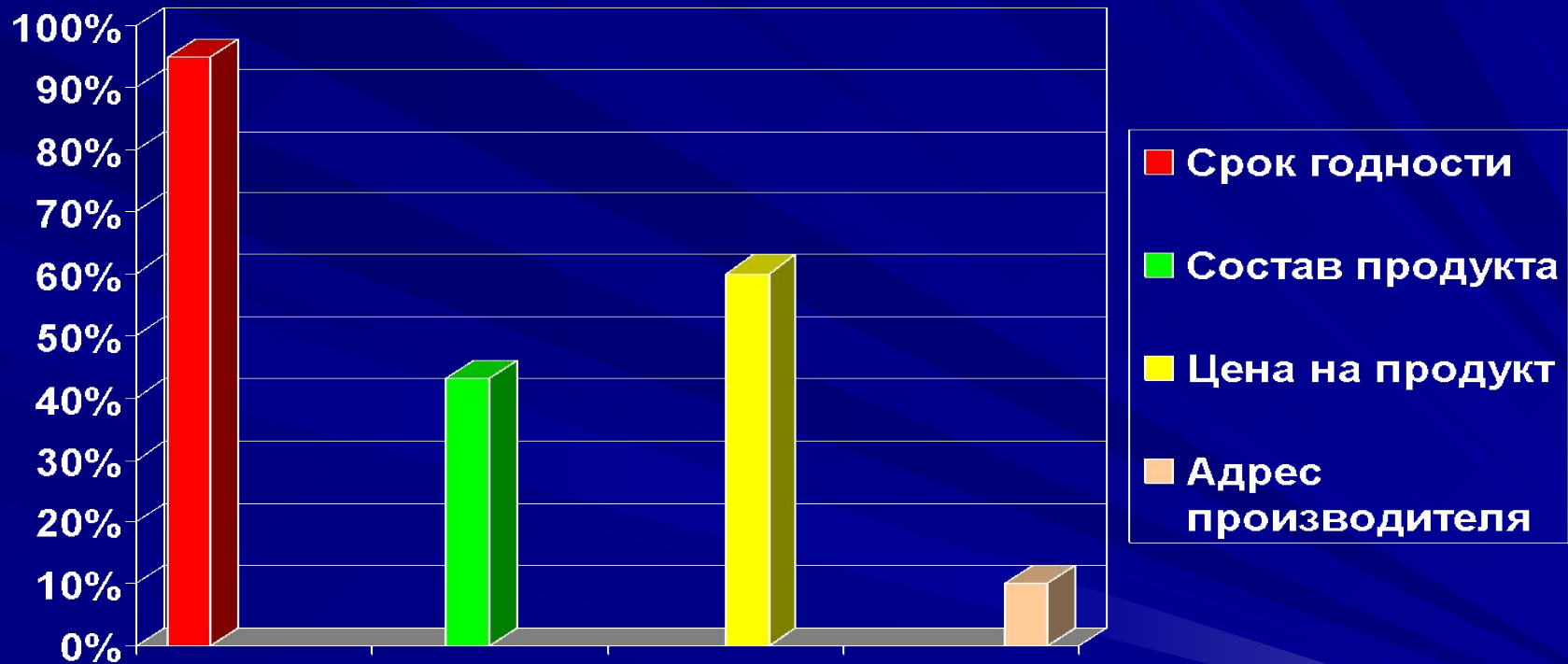
**Отвечая на вопрос анкеты «о
примерном меню семьи на 1 день»,
было выведено следующее:**

- во-первых, не всегда удается поесть
вовремя,**
- во-вторых, очень скудный рацион
питания, в котором чаще всего
преобладают жиры и углеводы,**
- в-третьих, составлено меню,
приведенное выше.**



*Что вы изучаете при
покупке продуктов?*

Что вы изучаете, покупая продукты?

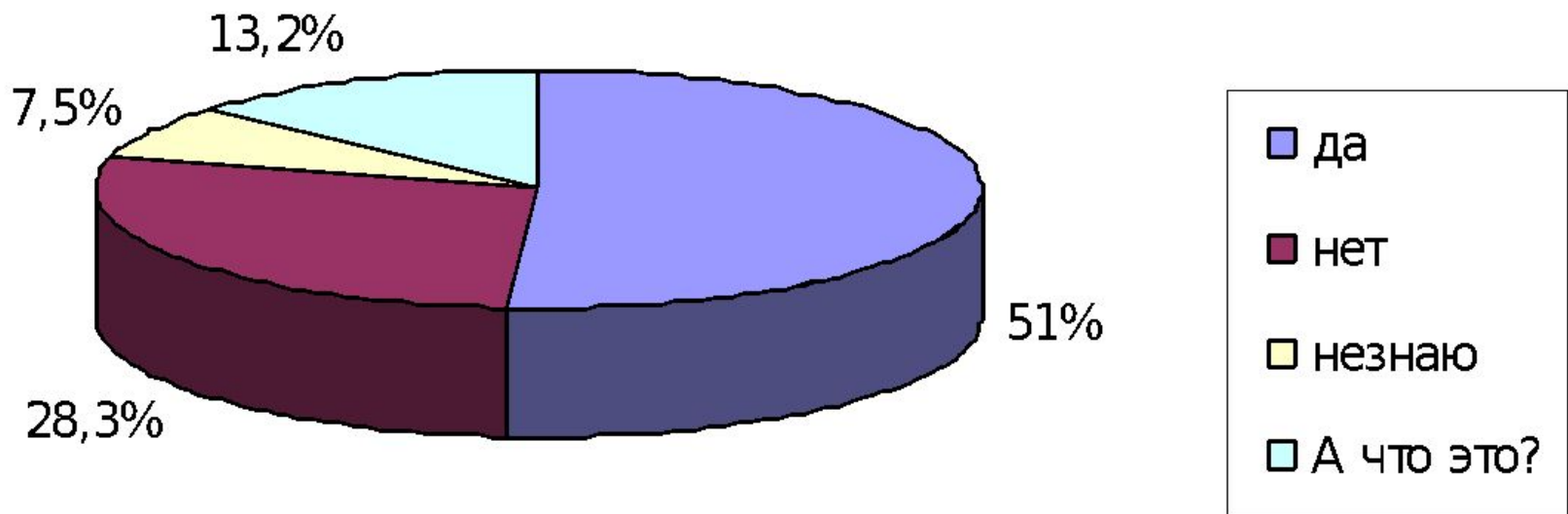


По исследуемым результатам видно, что при покупке продуктов люди чаще всего изучают срок годности (95%), далее по популярности идет цена на продукт (60%), затем состав продукта (43%) и на последнем месте наименование фирмы - производителя (25%). Получается, при покупке продуктов приоритет отдается сроку годности.



Употребляет ли Ваша семья ГМО?

Употребляет ли Ваша семья ГМО?



По исследуемым результатам данной диаграммы видно, что 51% респондентов употребляют ГМО, 28.3% не употребляют, 13.2% не знают о наличии ГМО в продуктах, а 7.5% просто не представляют о чем идет речь.

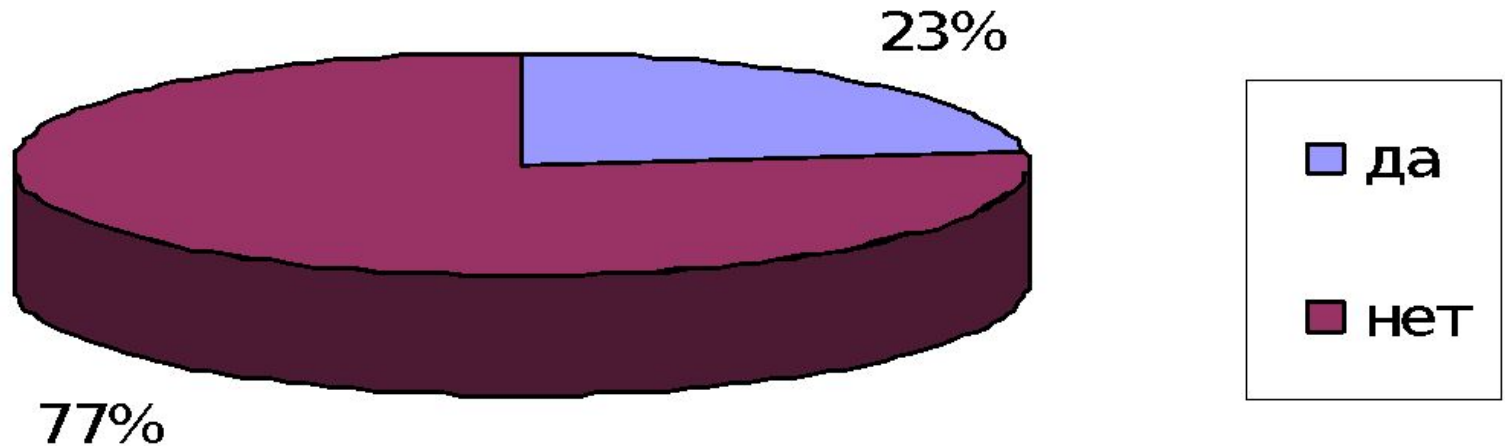


**Знаете ли вы, какие пищевые добавки
содержатся в продуктах?**

Исследование содержимого холодильника



Знаете ли Вы, какие пищевые добавки содержатся в продуктах?



В данной диаграмме видно, что 77% опрошенных не имеют представления о содержании пищевых добавок в продуктах, 23% обладают такой информацией.

**Пищевые добавки – вещества,
добавляемые в продукты питания для
придания им желаемых свойств
(аромата, цвета, вкуса, длительности
хранения и др.)**

E

Код Е	Воздействие
Е – 124	Опасный, запрещен в мире
Е – 211	Ракообразующий, запрещен в мире
Е – 160f	Кишечные расстройства, запрещен в России
Е – 270	Опасен для детей
Е – 339	Расстройство желудка, запрещен в мире
Е – 250	Нарушение кровяного давления, запрещен в мире
Е – 223	Нарушение ЖКТ, опасен, запрещен в мире
Е – 222	Нарушение ЖКТ, опасен, запрещен в мире
Е – 239	Кишечные расстройства

E – 330	Ракообразующий, запрещен в мире
E – 452	Расстройство желудка
E – 476	Запрещен в России
E – 407	Запрещен в мире
E – 433	Запрещен в России
E – 451	Расстройство кишечника
E – 452	Расстройство кишечника
E – 120	Опасен
E – 627	Кишечные расстройства
E - 631	Кишечные расстройства



Как часто Вы едите мясо?

Как часто Вы едите рыбу?





Как часто вы едите хлеб, крупы, макароны?

Как часто Вы едите овощи и фрукты?



Как часто Вы едите молочные продукты?





ВОЗ



«Русская пирамида»

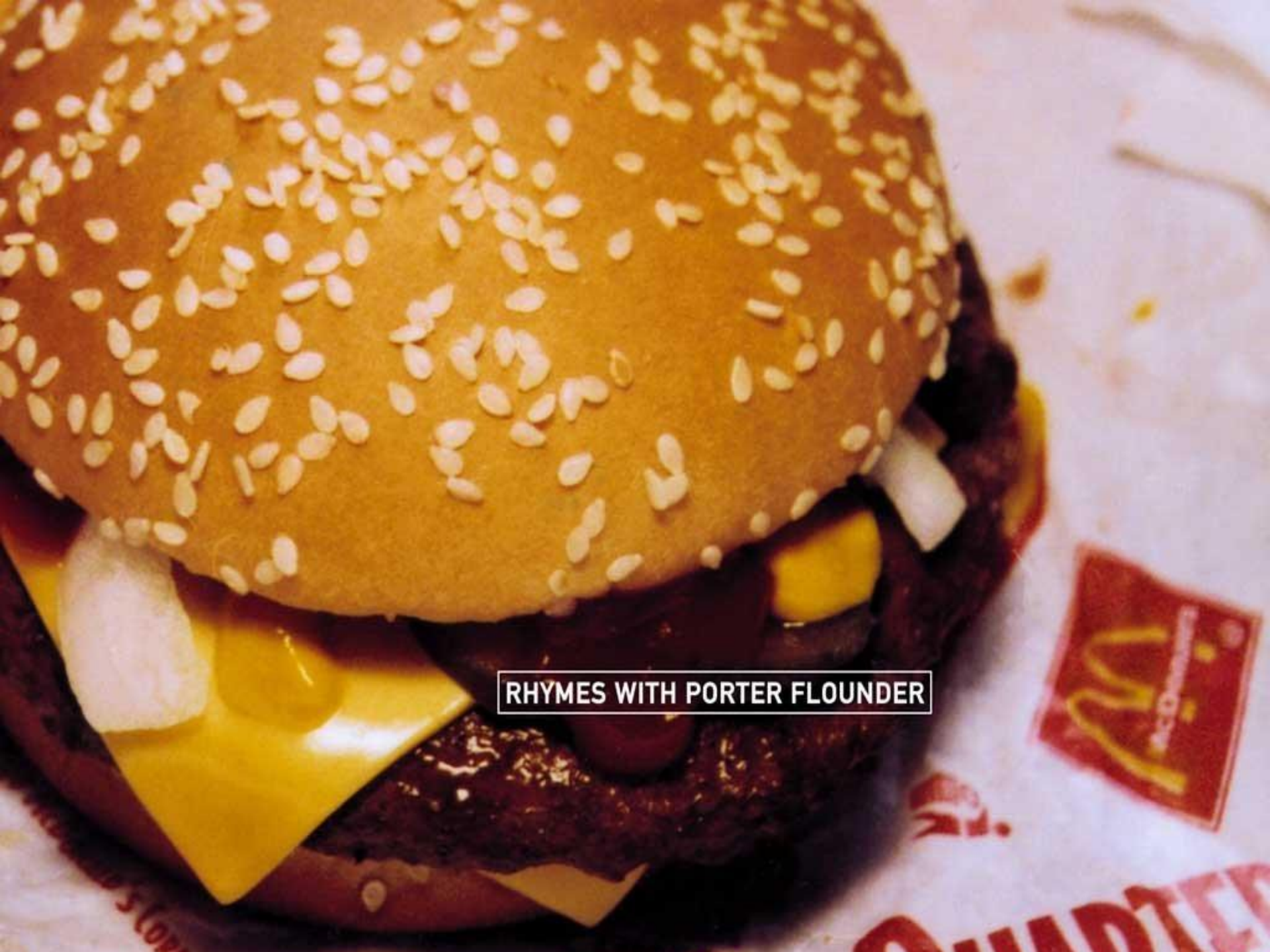






**"На любимую еду часто
не хватает здоровья."**



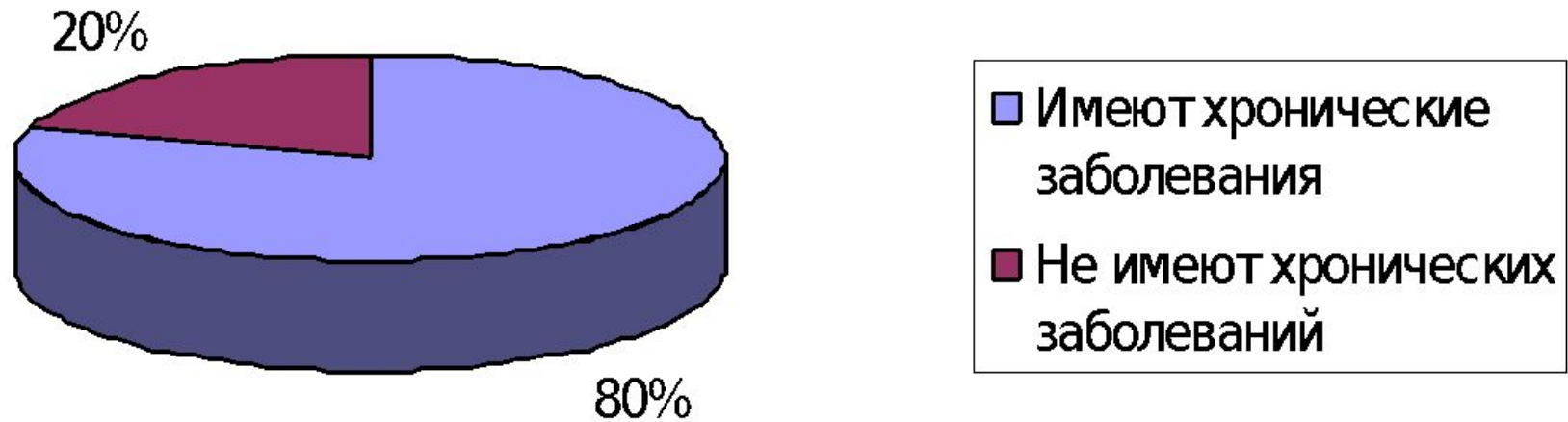


RHYMES WITH PORTER FLOUNDER





Заболееваемость в семьях



На данной диаграмме видно, что 80% семей имеют хронические заболевания, связанные с пищеварительной системой.

желудок

двенадцати-
перстная
кишка

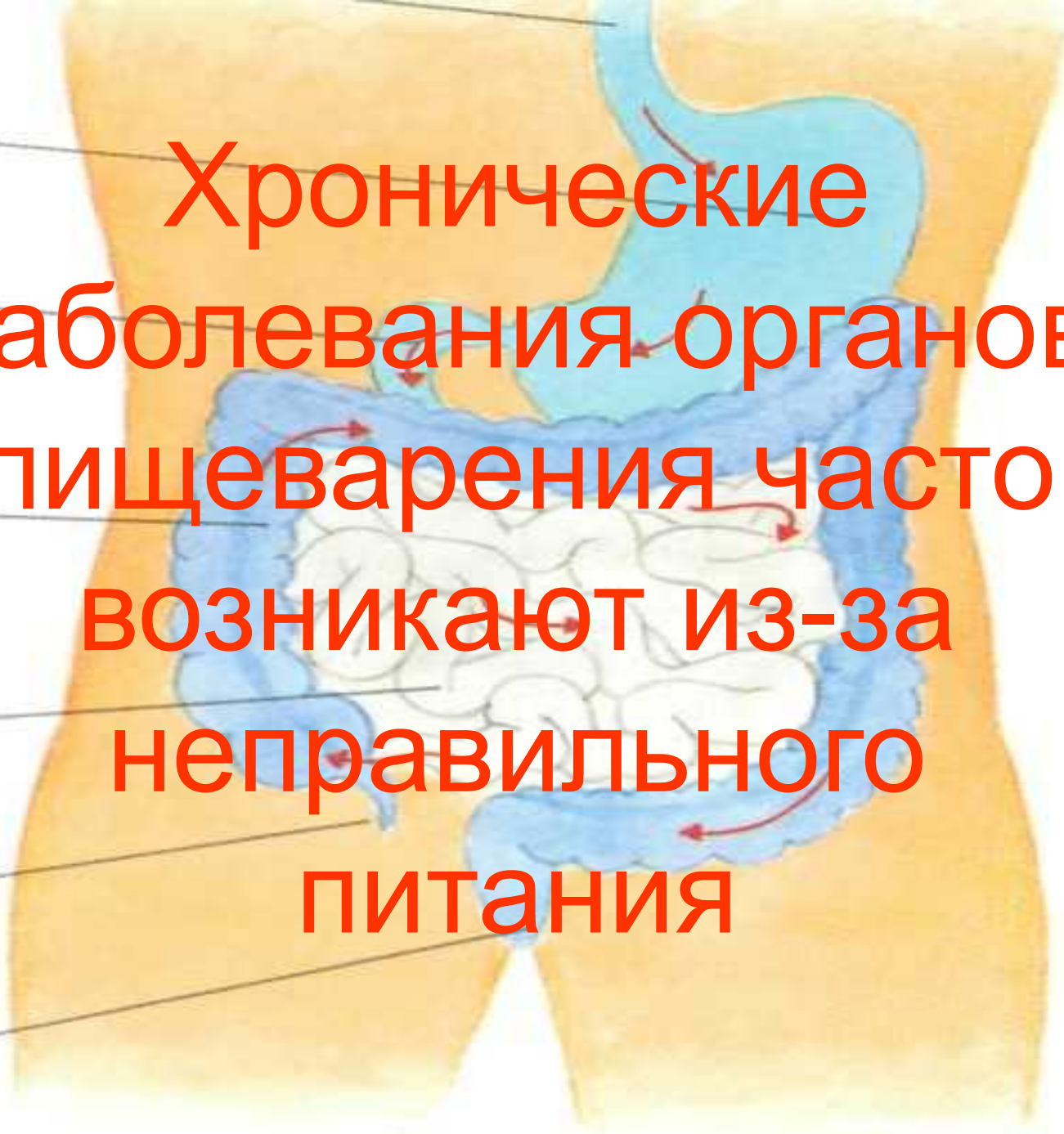
толстая
кишка

тонкая
кишка

аппендикс

прямая
кишка

Хронические
заболевания органов
пищеварения часто
возникают из-за
неправильного
питания



Очень интересно, что в мире 27,3% семей страдают аллергическими заболеваниями





1 место

**Пищевая
аллергия!!!**

54% семей -

**СТРАДАЮТ
ИЗБЫТОЧНОЙ
МАССОЙ ТЕЛА;**

12% - дети



Вывод

**Гипотеза подтвердилась:
характер питания
современной семьи не
соответствует
рекомендациям ВОЗ**

Наше питание:

Бедно

- Витаминами
- Клетчаткой
- Рыбой и морепродуктами

Богато

- Жирами
- Мясными продуктами
- Рафинированными углеводами

Заключение:

Я создала эту презентацию, для того чтобы показать, как питаются и что едят люди. Наше питание не сходится с требованием ВОЗ. Мы питаемся, так как нам нравится, ходим в те заведения, которые предлагают нам вредную пищу. На данный момент люди очень заняты, и им некогда поесть полезную пищу, и они питаются на быструю руку, некоторые любят запихать в себя сладкое, чтобы желудок не просил, есть, а потом приходят домой и едят, что ни будь тяжелое, ложатся спать. На желудок идет большая нагрузка и от этого в нашей стране большой процент заболеваний связанных с пищеварительной системой. **Это происходит не только в нашей стране - это происходит везде!**

Литература

1. Пикеринг В.Р. Биология человека в диаграммах. Учебное пособие. М., Астрель-АСТ, 2003.
2. Роджерс К., Хендерсон К. Изучаем анатомию. Человек. Учебное пособие. М., Росмэн, 2003.