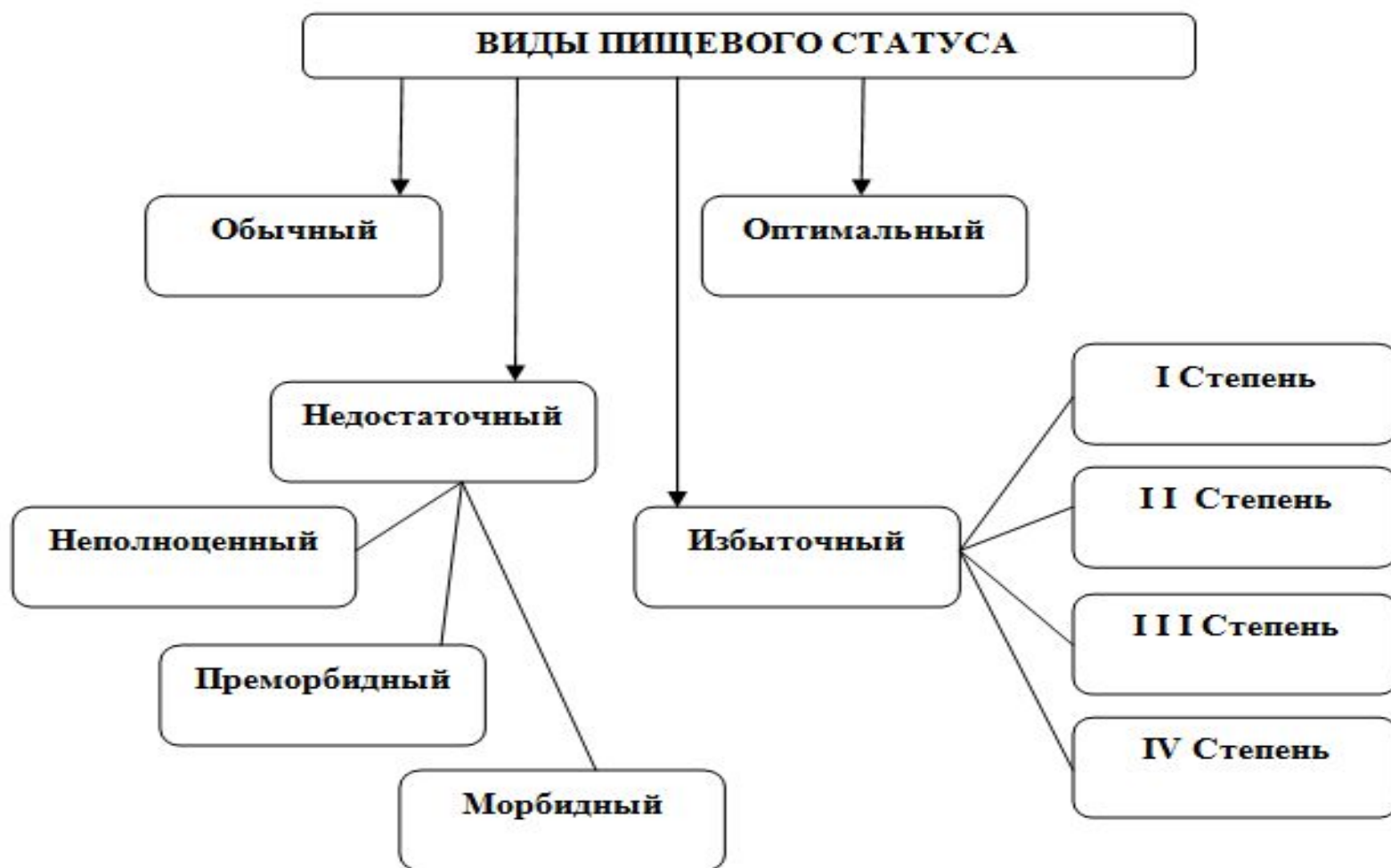


ОЦЕНКА ПИЩЕВОГО
СТАТУСА ПРИ РАЗВИТИИ
АДАПТАЦИОННОЙ
РЕЗИСТЕНТНОСТИ
ОРГАНИЗМА. ПРИЧИНЫ
РАЗВИТИЯ
ФАКТИЧЕСКОГО
ДЕФИЦИТА НУТРИЕНТОВ
ПРИ ОТСУТСТВИИ ИХ
РАСЧЕТНОГО
АЛИМЕНТАРНОГО
ДЕФИЦИТА.

Выполнила:
Иванова Е.Ю.
426гр. Л.В.

Пищевой статус человека - это такое состояние его структуры, функции и адапционных резервов, которые сложились под влиянием предшествующего фактического питания.



КЛИНИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ

- ◉ Зубы
- ◉ Глаза
- ◉ Губы
- ◉ Язык
- ◉ Десны
- ◉ Кожа
- ◉ Ногти
- ◉ Сердечно-сосудистая система
- ◉ Нервная система
- ◉ Опорно-двигательный аппарат
- ◉ ЖКТ

ПОКАЗАТЕЛИ ПИЩЕВОГО СТАТУСА

- ◉ Измерение массы тела и роста
- ◉ Определение массо-ростового показателя
- ◉ Измерение толщины подкожно-жировой клетчатки
- ◉ Определение резистентности кожных капилляров

Определение пищевого статуса организма

Определение энергетического статуса

Определение витаминного статуса

По массо-
ростовому
показателю

По толщине
кожно-
жировой
складки

По резистентности
капилляров и вы-
ведению с мочой
аскорбиновой
кислоты

По симптомам
частичной
витаминной
недостаточности

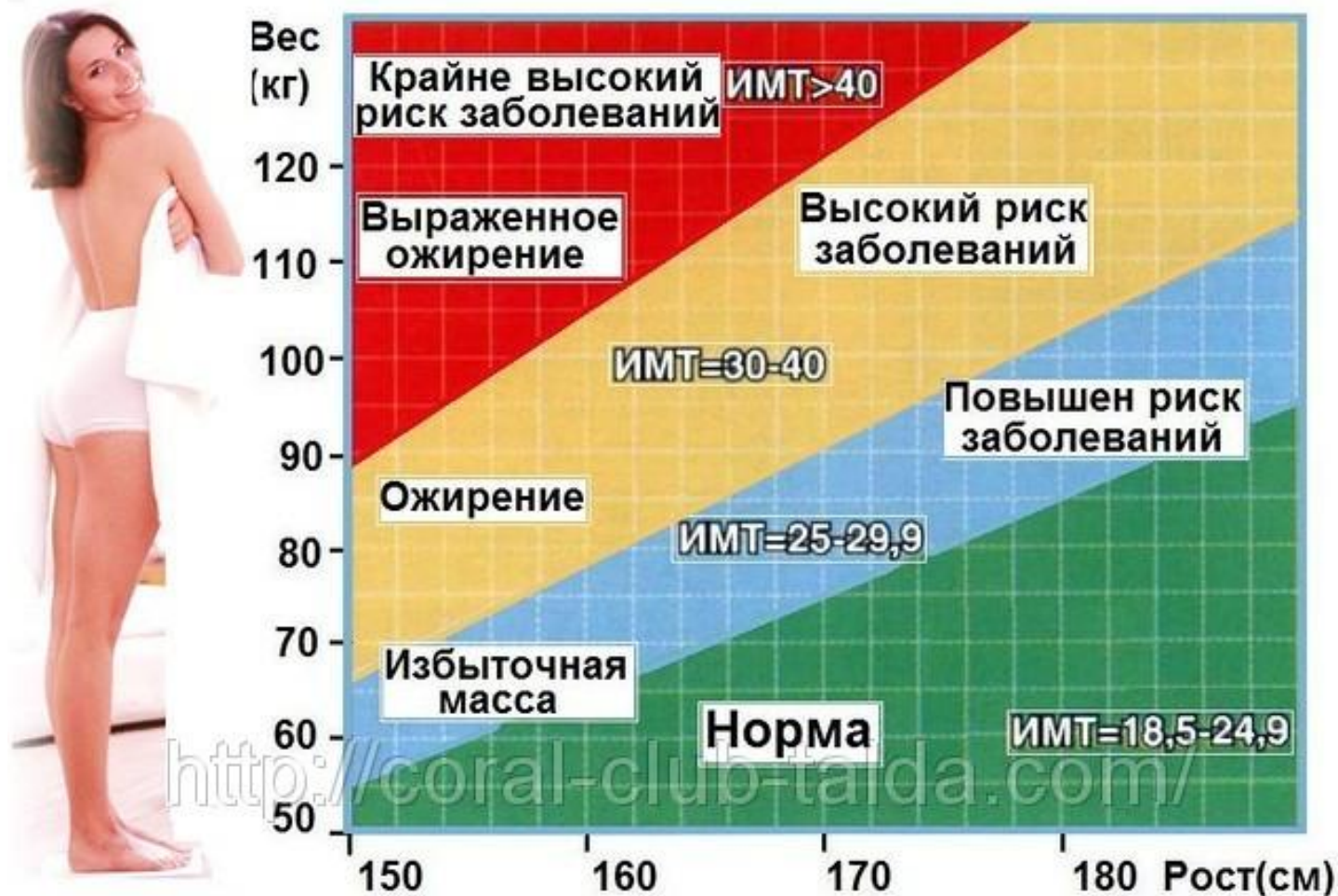
Анализ и оценка полученных данных



МАССО-РОСТОВОЙ ПОКАЗАТЕЛЬ (ИНДЕКС КЕТЛЕ)

$$ИК = \frac{\text{масса(кг)}}{\text{рост}^2(\text{см}^2)}$$

ОЦЕНКА ИМТ





**ИЗМЕРЕНИЕ
ТОЛЩИНЫ
ПОДКОЖНО-
ЖИРОВОЙ
КЛЕТЧАТКИ**

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ

- **I группа: нормальная (средняя) упитанность, когда отклонение от средних показателей толщины подкожно-жирового слоя не выходит за пределы колебаний в ± 10 .**
- **II группа: повышенная (выше средней) упитанность, показатели превышают среднюю величину от 10 до 20.**
- **III группа: высокая (признаки ожирения) упитанность, показатели превышают среднюю величину более чем на 20**
- **IV группа: пониженная (ниже средней) упитанность, показатели отклоняются от средней величины в отрицательную сторону от 10 до 20.**
- **V группа: низкая (признаки истощения) упитанность, показатели отклоняются от средней величины в отрицательную сторону более чем на 20.**

НУТРИЦИОЛОГИЯ

общая

- включает информацию о пище, продуктах, нутриентах, их видах, сведения о количестве пищевых веществ в продуктах и о метаболизме (витаминном, жировом, белковом и других).

частная

- включает информацию о пище, продуктах, нутриентах, их видах, сведения о количестве пищевых веществ в продуктах и о метаболизме (витаминном, жировом, белковом и других).

A Venn diagram consisting of three overlapping circles. The top circle is labeled 'Нутриенты'. The bottom-left circle is labeled 'Микронутриенты: Витамины, ферменты и др.'. The bottom-right circle is labeled 'Макронутриенты: Б, Ж, У, макроэлементы'. The circles overlap in various combinations, with the central intersection of all three being the darkest shade of pink.

Нутриенты

Микронутриенты:

Витамины,
ферменты и др.

Макронутриенты:

Б, Ж, У,
макроэлементы

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ВСТРЕЧАЮЩИЙСЯ ДЕФИЦИТ МИКРОНУТРИЕНТОВ



Витамины С, В1, В6, фолиевая кислота, бета-каротин



Минеральные вещества: кальций, натрий, калий; Микроэлементы: йод, фтор, селен, цинк, железо



Пищевые волокна,
полиненасыщенные жирные
кислоты

ПРИЧИНЫ ДЕФИЦИТА НУТРИЕНТОВ

- Повышение калорийности рациона над уровнем энергозатрат, что приводит к избыточной массе тела и ожирению среди детского (20%) и взрослого(55%) населения;
- Избыточное потребление жира – более 35% калорийности;
- Избыточное потребление сахара и поваренной соли;
- Недостаточное потребление большинства витаминов групп В, С. Е, каротиноидов;
- Недостаточное потребление минеральных веществ.

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЕФИЦИТА НУТРИЕНТОВ

- ⊙ Кариес;
- ⊙ Заболевания щитовидной железы;
- ⊙ Болезни сердца;
- ⊙ Заболевания ЖКТ;
- ⊙ Заболевания костно-мышечной системы;
- ⊙ Заболевания крови и др.

ПРОФИЛАКТИКА ДЕФИЦИТА НУТРИЕНТОВ

- Соблюдение калорийности продуктов и учет массы тела при выборе рациона.
- Ограничение потребления жиров.
- Увеличение в рационе количества фруктов, овощей, цельных зерен, бобовых, орехов в ежедневном меню.
- Ограничение употребления простых углеводов (сахар, мед, сладкие газированные напитки).
- Ограничение употребления поваренной соли, замена ее йодированной солью.
- Обеспечение организма комплексом витаминов, антиоксидантов.
- Консультирование с врачом по поводу диет.



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ
!**