Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:
https://stuservis.ru/nauchno-issledovatelskaya-rabota/301379

Тип работы: Научно-исследовательская работа

Предмет: Гигиена

Содержание
1. Вступление……3
2. Что такое фаст-фуд, положительные и отрицательные качества…4-6
3. Распространённость фаст-фуда в России и за рубежом……7-9
4. Какое влияние оказал фаст-фуд на здоровье подростков, положительное и отрицательное……10-13
5. В каком количестве употребляют фаст-фуд в России и за рубежом….14-16
6. Чем можно заменить фаст-фудг…..17-19
7. Потребление фастфуда по городу Владивосток……20-24
8. Заключение……25
9. Список литературы…….26-28

Вступление:
В двадцать первом веке мы можем наблюдать тенденции к ускорению темпа жизни, усилению психогенного влияния на человека, увеличению количества как физических, так и психоэмоциональных нагрузок не только на взрослых людей, но и на категорию людей подросткового возраста. Данное изменение обстановки влияет и в том числе на пищевые привычки. Формирование определенных пищевых привычек влияет на все здоровье человека в целом, и может в будущем (особенно это касается подростков) сформировать предрасположенность к эндокринным (таким как сахарный диабет первого и второго типов), сердечно-сосудистым (таким как атеросклероз) и гастроэнторологическим (таким как хронический гастрит) заболеваниям. В этом плане большое беспокойство ученых и работников медицинской отрасли вызывает рост потребления и популярности так называемого “фаст-фуда”. В источниках средств массовой информации постоянно заявляют о росте потребления фаст-фуда детьми и подростками. Но так ли это на самом деле? Структурированных знаний в разных источниках мы считаем недостаточным. Этим можно и обосновать актуальность данной работы.
Целью данной работы является проанализировать потребление фаст-фуда подростковым населением в городах Приморского края.
Чтобы добиться данной цели были поставлены следующие задачи:
1) Сформировать понятие “”фаст-фуд”
2) Проанализиовать доступные интернет-источники на тему потребления фаст-фуда
3) Проанализировать доступные печатные издания на заявленную тему
4) Сделать выводы о потреблении фаст-фуда подростковым населением в городах Приморского края.

Что такое фаст-фуд, положительные и отрицательные качества
Фастфуд (англ. fast «быстрый» и food «пища») — питание с более быстрым временем потребления, обычно употребляющаяся не за столом и без приборов. Также фаст-фудами могут называть и сами рестораны быстрого питания, в которых подают данные блюда.
Еда быстрого приготовления насчитывает долгую историю. Концепция еды, которую можно быстро взять с собой или продать близко связана с развитием цивилизации. Дома в городах с формирующейся рыночной экономикой часто не имели достаточного пространства или надлежащего инвентаря для приготовления пищи. Кроме того, закупка топлива для приготовления пищи могла стоить столько же, сколько купленная еда, а обжаривание продуктов в чанах паяльного масла оказалось столь же опасным, сколь и дорогим. Домовладельцы опасались, что опасный кулинарный огонь «может легко привести к пожару во всем районе» [1]. Это также обеспечило, чтобы люди, которые покупали готовую еду ели строго ограниченное время (например, на остановке в пригороде можно было купить ужин, чтобы принести домой своей семье или рабочий мог пойти купить еды в обеденный перерыв). Также ограничение по времени было введено, чтобы люди не испытывали неудобств, ожидая, когда их еда будет приготовлена на месте (как ожидается в

традиционных ресторанах, где нужно садиться за стол).
В Древнем Риме у городов были уличные стенды, представляющие собой большой прилавок с приемником посередине, из которого подавали еду или напитки. [2]
Но расцвет культуры фаст-фуда наступил позже. Именн во время американского экономического бума после Второй мировой войны американцы стали больше тратить и больше покупать по мере роста экономики и расцвета культуры потребления. В результате этого нового желания иметь все это в сочетании с успехами, достигнутыми женщинами, пока мужчины были в отъезде, оба члена семьи стали работать вне дома.Потребление пищи вне дома, которое раньше считалось роскошью, стало обычным явлением, а затем и необходимостью. Рабочие и работающие семьи нуждались в быстром обслуживании и недорогой еде как для обеда, так и для ужина. Традиционный семейный ужин все чаще стал заменяться потреблением фаст-фуда на вынос. В результате сегодня время, затрачиваемое на приготовление пищи, становится все меньше: средняя женщина в Соединенных Штатах тратит 47 минут в день на приготовление пищи, а средний мужчина - 19 минут в день 2013
Одна из особенностей фаст-фуда заключается в том, что она даёт позволяет быстро получить ощущение полного желудка. Происходит это за счёт быстро усвояемых углеводов, большое количество которых можно найти в картошке фри и бургерах. Однако такая еда крайне насыщена вредными транс-жирами и ненасыщена клетчаткой. Грубо говоря, одна порция фастфуда позволит вам быстро насытиться, случится подъем глюкозы крови, который подарит ощущение мимолетной эйфории. Уже через пару часов уровень глюкозы снова снизится, и вы почувствуете голод. Если в это время вы ещё не уйдёте далеко от вредной еды, то с большой долей вероятности придется купить еще одну порцию.
Фаст-фуд дешевле, потому что большинство сетей быстрого питания предлагают разные и многие блюда, которые соответствуют вашему бюджету, это экономит время, нет ничего лучше, чем приготовить готовую еду, кроме времени, которое человек должен проводить на кухне, готовя еду требует, чтобы вы сходили в супермаркет, чтобы купить ингредиенты для блюда.
На мытье и чистку овощей тратятся дополнительные усилия и время. Таким образом, для занятого человека употребление фаст-фуда предпочтительнее переваривания еды. Помимо времени, экономия затрат делает фаст-фуд более выгодным, чем еда, приготовленная на кухне.
Дешевле купить еду в супермаркете, чем приготовить ее дома. Некоторые фаст-фуды, такие как картофель фри и гамбургеры, довольно дешевы, они не вызывают проблем со здоровьем, вы можете найти некоторые варианты в меню быстрого питания в ресторане, который может быть здоровее.

Как мы уже выяснили, фаст-фуд — это очень калорийная еда, но ещё один минус фастфуда в том, что он содержит недостаточно макро- и микроэлементов, необходимых для насыщения нашего организма, а баланс КБЖУ несоблюден. Фастфудом можно “набить желудок”, но обеспечить организм необходимым количеством белков и витаминов не получится. Тем не менее, едой из фаст-фуда можно перекрыть дневную норму калорий, но при этом потребность организма в витаминах будет удовлетворена не более чем на 20-30%.
Дефицит витаминов и микроэлементов провоцирует развития различных заболеваний и нарушает обмен веществ. Жиры будут оседать на стенках сосудов и формировать холестериновые бляшки, что способствует развитию атеросклероза. Переизбыток соли влияет на водно-солевой баланс организма, а в конечном счёте на работу почек. Сахар приводит к развитию диабета вследствие нарушений в работе щитовидной железы. Транжиры способны повысить риск развития онкологических заболеваний. Это далеко не полный перечень возможных негативных последствий, вызванных частым посещением заведений быстрого питания [3].
Интересные исследования проводили ученые, пытаясь найти связь между развитием диабета и потреблением фаст-фуда. В 2018 году исследование с выборкой из почти 500 тысяч британцев показало, что плотность заведений с готовой едой (пабов и баров, ресторанов и кафетериев, фастфудов) в радиусе одного километра от дома связана с более высокими шансами развития сахарного диабета второго типа [4].
Другое исследование, в котором приняли участие более 4,5 миллионов шведов, приходит к аналогичным выводам. Ученые, проведшие мета-анализ 109 исследований, заявляют, что в городе риск развития диабета второго типа выше, однако связь между пищевой средой и риском диабета оказалась крайне противоречивой [5].
Мариса Миральдо (Marisa Miraldo) и соавторы, работающие на базе Имперского колледжа Лондона оценивали роль пищевой среды в развитии диабета второго типа среди взрослых в Бангладеш и Шри-Ланке. Ученые взяли данные о здоровье и уровне сахара крови участников эксперимента из биобанка Южной Азии, за период с 2018 по 2020 год. Чтобы оценить пищевую среду, они самостоятельно

фиксировали каждую точку общественного питания в изучаемой области (в этом им помогали местные исследовательские группы).

Список литературы:

1. Laudan, Rachel (2001). "A Plea for Culinary Modernism: Why We Should Love New, Fast, Processed Food". Gastronomica: The Journal of Critical Food Studies. 1: 36–44.
2. Jennifer Viegas "Ancient Romans preferred fast food". ABC Science. June 19, 2007. Retrieved June 30, 2016.
3. https://endoexpert.ru/patsientam/articles/glavnye-minusy-fastfuda/
4. https://honestproscons.com/pros-and-cons-of-fast-food/
5. Chinmoy Sarkar, Chris Webster, John Gallacher, Are exposures to ready-to-eat food environments associated with type 2 diabetes? A cross-sectional study of 347 551 UK Biobank adult participants, The Lancet Planetary Health, Volume 2, Issue 10, 2018, Pages e438-e450
6. Briana Mezuk, Xinjun Li, Klas Cederin, Kristen Rice, Jan Sundquist, Kristina Sundquist, Beyond Access: Characteristics of the Food Environment and Risk of Diabetes, American Journal of Epidemiology, Volume 183, Issue 12, 15 June 2016, Pages 1129–1137
7. https://nplus1.ru/news/2022/04/26/fast-food-and-diabetes
8. Гуров С.А., Гавриленко В.В. Сети фаст-фуда в Российской Федерации: тенденции развития и территориальная структура // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. География. Геология. 2016. №1.
9. Захарова И.И., Крылова Р.В. История развития заведений фаст-фуда в России // Инновационная наука. 2016. №3-1 (15).
10. Cost & Trends". Retrieved May 24, 2015.
11. Schlosser, Eric (2001). Fast Food Nation: The Dark Side of the All-American Meal. Houghton Mifflin Books. ISBN 978-0-395-97789-7.
12. "NRA Pocket Factbook" (PDF). National Restaurant Association. 2013. Archived from the original (PDF) on March 4, 2016. Retrieved April 6, 2016.
13. John Eligon (January 13, 2008). "Where to Eat? A New Restaurant Genre Offers Manhattan More Choices". The New York Times. Retrieved December 30, 2008. Though still a relatively small sector within the nation's $350 billion restaurant industry, several fast-casual chains are showing success and growth in Manhattan, and industry experts say it could be a sign of the sector's maturity and sustainability nationwide.
14. "Commodity Policy and Agricultural Subsidies". Yale Rudd Center for Food Policy and Obesity. January 1, 2013. Retrieved August 18, 2014.
15. Parker-Pope, Tara (December 5, 2007). "A High Price for Healthy Food". The New York Times. Retrieved August 17, 2014.
16. Cameron Allan; Greg J. Bamber; Nils Timo (September 1, 2006). "Fast-food work: are McJobs satisfying?". Employee Relations. 28 (5): 402–420.
17. Bowman SA, Gortmaker SL, Ebbeling CB, Pereira MA, Ludwig DS. Effects of fast-food consumption on energy intake and diet quality among children in a national household survey. Pediatrics. 2004 Jan;113(1 Pt 1):112-8.
18. https://www.retail.ru/news/geomatrix-dinamika-razvitiya-setey-fast-food-v-rossii-s-2019-po-2021-gg-20-yanvarya-2022-212914/
19. https://www.cre.ru/analytics/68828
20. https://marketing.rbc.ru/articles/13279/
21. https://www.cbsnews.com/philadelphia/news/85-million-americans-eat-fast-food-every-day-new-study-reveals/
22. https://blog.o2fitnessclubs.com/make-and-take-meals
23. https://konkurent.ru/article/13330
24. Мартышенко Наталья Степановна, Ларионов Егор Тимофеевич Тенденции и перспективы развития системы общественного питания г. Владивостока // АНИ: экономика и управление. 2019. №3 (28).
25. https://primamedia.ru/news/624728/
26. Ковальчук В.К., Ямилова О.Ю., Саенко А.Г., Семанив Е.В., Переломова О.В. Территориальный анализ фактического питания подростков в Приморском крае // ТМЖ. 2016. №4 (66).

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:
https://stuservis.ru/nauchno-issledovatelskaya-rabota/301379