

Сахар (сахароза) – эффективный источник энергии, но его чрезмерное потребление может привести к серьезным проблемам со здоровьем.

Стевия (гликозиды стевии) – альтернативный подсластитель с низкой калорийностью и потенциальными преимуществами для здоровья, особенно для людей с диабетом или тех, кто следит за весом. Однако следует учитывать индивидуальную переносимость и возможные послекусия [2].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что полученная информация позволяет сделать обоснованный выбор между сахаром и стевией, основываясь на индивидуальных потребностях и целях. Если необходим быстрый источник энергии и нет противопоказаний, сахар может быть приемлем в умеренных количествах. Если же цель - снижение калорийности, контроль уровня сахара в крови или предотвращение рисков, связанных с избыточным потреблением сахара, стевия может быть предпочтительным вариантом.

Список использованной литературы

1. Мануйлов, А.В. Основы химии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.hemi.nsu.ru>. – Дата доступа: 05.03.2025.

2. Петров, С.В. Сахар и здоровье: научный подход / С.В. Петров. – Минск : Знание, 2021. – 300 с.

## **ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА** **Шевцова Анна (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)** **Научный руководитель – И.Н. Крикало, старший преподаватель**

Состояние здоровья детей является важнейшим критерием благополучия общества, составляет фундаментальную основу формирования репродуктивного, трудового потенциала общества [1].

Функциональные возможности организма зависят во многом от состояния здоровья ребенка (наличия хронической патологии, частоты острой заболеваемости в год и др.).

Анализ структуры детской патологии показывает, что частота первичной заболеваемости ежегодно увеличивается, в Гомельской области темп прироста в 2023 г. к предыдущему году положительный (+1,9 %) [2].

Группы здоровья используются для комплексной оценки функционального состояния организма детей.

Цель работы: определение групп здоровья детей старшего дошкольного возраста.

В исследовании приняли участие 40 детей (по 20 мальчиков и девочек) детей 6–7 лет г. Светлогорск, Гомельской области.

Использован метод анализа медицинских карт (определение группы здоровья, наличие хронических заболеваний) детей.

При исследовании групп здоровья старших дошкольников, нами установлено, что преимущественно у мальчиков – I (55,0 %), а у девочек – II группа (70,0 %) (рисунок 1).

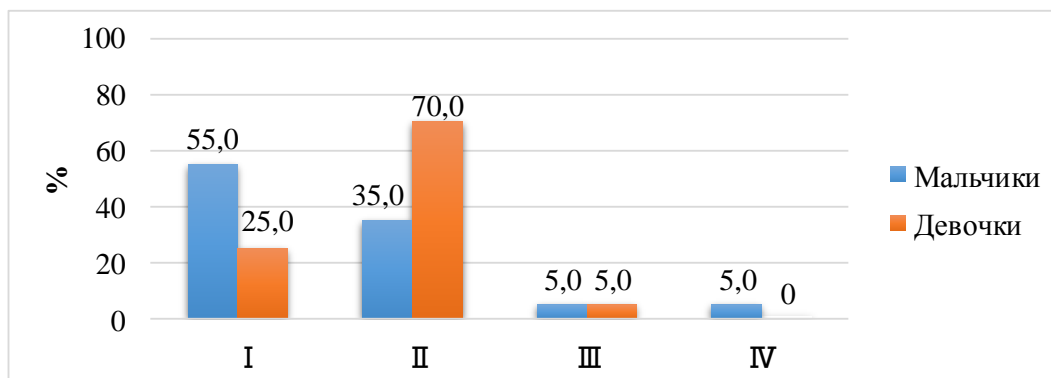


Рисунок 1 – Группы здоровья детей 6–7 лет

К I группе (40,0 %) относятся практически здоровые дети или имеющие незначительные единичные морфологические отклонения, не требующие коррекции, редко болеющие острыми респираторными заболеваниями (до 3-х раз в год).

Вторую группу здоровья составляют 52,5 % детей с небольшими морфофункциональными нарушениями, часто (4 раза в год и более) болеющие острыми заболеваниями. Так как сопротивляемость организма несколько снижена, они могут иметь риск развития хронической патологии (рисунок 1).

К III группе здоровья относится 5,0 % детей, имеющие хронические заболевания в стадии субкомпенсации и компенсации (хронический гастрит, аденоидит, анемия).

Также выявлено, что 1 мальчик относится к IV группе здоровья (рисунок 1). К этой группе относятся дети-инвалиды, имеющие хронические заболевания или врожденную патологию в стадии декомпенсации, сопровождающуюся частыми обострениями, ухудшающими общее состояние.

Таким образом, установлено, что у большинства исследуемых детей первая (40,0 %) и вторая (52,5 %) группа здоровья, а 7,5 % дошкольников имеют хронические заболевания.

#### Список использованной литературы

1. Баширова, Г.И. Состояние здоровья детей 5–7-летнего возраста, посещающих дошкольные образовательные учреждения / Г.И. Баширова, В.А. Малиевский // Российский педиатрический журнал. – 2014 – Т. 17, № 1 – С. 30–33.
2. Здоровье населения и окружающая среда Гомельской области: мониторинг достижения Целей устойчивого развития / ГУ «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья». – Гомель, 2024 – 176 с.