Коллекция гуманитарных исследований. Электронный научный журнал.
The Collection of Humanitarian Researches. Electronic scientific journal

peer-reviewed • open access journal ISSN 2500-3585

DOI: 10.21626/j-chr/2024-2(39)/9 Молодежная наука
УДК: 613.3:663.86

ОТНОШЕНИЕ МОЛОДЕЖИ К ПОТРЕБЛЕНИЮ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ: ОПЫТ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

© А.Е. Попова, М.С. Филиппович

Попова А.Е. – студентка, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Филиппович М.С. – аспирант кафедры философии ФГБОУ ВО КГУ, тьютор социального центра ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России

Адрес: 305041, Курск, ул. К. Маркса, 3, Российская Федерация

АННОТАЦИЯ

Здоровый образ жизни – неотъемлемая часть нормального функционирования организма человека любого возраста. Социально-культурным измерением здоровья профессиональных групп занимались социологи, которые предприняли попытку описать влияние роли на ведение здорового образа жизни. В данном исследовании фокус был поставлен на употребление энергетических напитков, влияющих как на образ жизни, так и на осведомленность о последствиях после длительного их употребления. Исследования показывают, что напиток содержит компоненты, которые могут обеспечить умственную и физическую стимуляцию.

В современном мире здоровый образ жизни – основа социальной сферы человека. Популяризация отказа от вредных привычек – главная задача профилактики. Важно донести до индивида целесообразность следования нормам, предложенным здравоохранением РФ и закреплённым законодательством.

Цель. Изучить степень зависимости от энергетических напитков современной молодежи и обозначить направления развития тенденции их употребления в результате проведения социологического опроса.

Задачи: установить причину употребления энергетиков среди молодежи. Оценить степень информированности населения в данном вопросе. Выявить тенденции употребления энергетических напитков в молодежной среде.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 100 обучающихся высшего учебного заведения и общеобразовательной школы (юношей – 38 человек, девушек – 62 человек. Все было предложено пройти опрос, сформированный на платформе Google.forms.

Выводы. На основании полученных данных можно сказать, что только некоторая часть современной молодёжи подвержена частому употреблению энергетических напитков. Большинство целевой аудитории заботиться о состоянии своего здоровья, поэтому воздерживается от употребления таковых напитков. При этом та часть опрошенных, которая прибегает к использованию данных средств продления времени работоспособности, делает это в разумных пределах, осознавая возможные последствия. Стоит отметить, что большая часть аудитории знает о альтернативных способах достижения данной цели и даже применяет эти знания на практике.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: здоровый образ жизни; вредная привычка; социальная практика; энергетический напиток; обучающиеся образовательной организации

Важнейшей задачей социальной политики государства является профилактика общественного и индивидуального здоровья. Здоровье – это наиболее ценный и функциональный источник, который позволяет противостоять агрессивной среде, а потому становится важный фактором приспособления к различным жизненным ситуациям [9, 10]. Вот эта множественность, на которую указывает Е.В. Одинцова [9], определяет дальнейшее конструирования как индивидуального, так и общественного здоровья, а также определяет необходимость не только уже сложившихся гигиенических позиций, но и социально-культурное изменение, то есть поведенческие, этические и нравственные параметры.

Теоретико-практические исследования подходов Р. Арона, М. Вебера, Э. Дюркгейма, Г. Спенсера [2, 5, 6], классиков социологической мысли, раскрывают процесс развития культуры здорового образа жизни и, как правило, исследования проводились ими в профессиональных группах. Но помимо современных научных исследований, в античном представлении о здоровье уже присутствовало разнообразие дефиниций. Так, Аристотель полагал, что социокультурный признак может проявлять себя как зависимость индивидуального здоровья от общественного. Об этом также упоминает французский философ и социолог М. Фуко, характеризуя культуру оздоровления как «культура себя» [18], забота о себе.

В современном мире здоровье также является фундаментом для нормального функционирования организма человека. Причём психологический аспект важен так же, как и физический. Для поддержания баланса необходимо не только отсутствие вредных привычек, но и наличие «полезных». К таковым относят занятия спортом, четкая организация распорядка дня, налаженный режим сна и гигиена труда. Эта важная практика, которая формирует поведенческий уровень, выражающаяся через жизненные принципы, которые определяют «адекватность взаимодействия с внешней средой и способность личности эффективно трудиться» [16, с. 57]. Культура оздоровления, заботы о своем здоровье, а также здоровьесберегающие практики не утрачивают популярность, о чем говорят исследования И.И. Брехмана, И.В. Дубровиной, Н.М. Амосова [3, 7, 1] и других исследователей-практиков.

По данным ВОЗ на 50-55% здоровье человека зависит от его образа жизни, 20-25% относятся к состоянию окружающей среды, 10-15% связаны с генетической детерминированностью и только 10-15% – с качеством медицинского обслуживания. При этом выборочные исследования за последние 10 лет говорят о том, что треть молодежи в возрастном диапазоне от 15 до 24 лет употребляет табачные изделия и не видит в этом особой проблемы [15]. Такая же ситуация с употреблением энергетических напитков [12]. Это может служить доказательством недостаточной профилактики ведения здорового образа жизни у лиц подросткового и юношеском возрасте. Для этого необходимо ввести соответствующий ряд мероприятий в школах, колледжах и высших учебных заведений, например, ввести такую дисциплину как валеология [8]. Однако даже несмотря на наличии превентивных мер по обеспечению здорового образа жизни, у молодежи складывается негативное отношение к подобным методам обучения, так как это носит принудительный характер. В таком случае исследователи рекомендуют проводить мероприятия, включающие соревновательный компонент: фестивали юношества, приуроченные к каким-либо важным событиям для страны, создание различных тематических клубов с поощрительными мерами для обучающихся.

С.С. Шматова выделяет четыре группы факторов, от которых зависит здоровый образ жизни, и в данном случае, респонденты в большей степени отражают третью группу, которая составляет режим дня, то есть то, «что человек делает с собой в результате волевых усилий и осознания необходимости своих действий» [16, с. 57].

Согласно парадигме социального пространства П. Бурдье, последнее способствует обращению исследователя к анализу образа жизни человека. Респонденты осознают влияние на организм, стало быть, происходит формирование сознательного отношения индивида к своему здоровью [19] как социальной ценности, что, последовательно, составляет здоровый образ жизни человека.

Например, в ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России в число действующих спортивных секций входят: баскетбол, волейбол, мини-футбол, настольный теннис, шахматы, лыжные гонки, легкая атлетика, тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, гиревой спорт, футбол, самбо, дзюдо, армспорт, рукопашный бой, спортивное ориентирование, плавание, гандбол, дартс, студенческое многоборье, бадминтон. Также в университете работают оздоровительные секции: шейпинг, фитнес-йога, фитмикс, боди-фит, атлетическая гимнастика [11].

Однако занятия спортом не могут гарантировать четкого соблюдения здорового образа жизни: в студенческой среде популярностью стал пользоваться энергетический напиток, который имеет негативное воздействие на организм человека [4, 13, 17].

Результаты исследования.

Для выяснения вопроса, об осведомленности воздействия энергетических напитков на здоровье человека, было проведено исследование методом опроса. Согласно исследованию, проведенному на базе ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России и средней образовательной школы №10 им. Е.И. Зеленко города Курска, в 2023 году, в опросе приняли участие 100 человек, 62 из которых девушки и 38 – юноши, существует целевая аудитория, подверженная употреблению данного продукта. Возрастной состав анкетированных составляет от 14 и более лет. Преобладает группа 17-19 лет (55%).

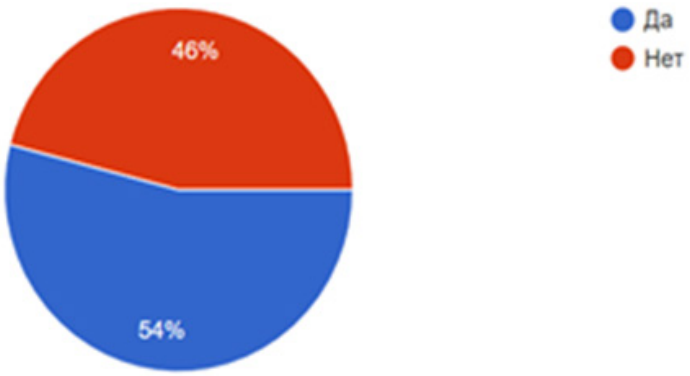

Рисунок 1. Результаты ответа респондентов на вопрос «Употребляете ли Вы энергетические напитки?», в % .

Как видно из рисунка 1, почти половина опрошенных респондентов (54 %) используют энергетические напитки (Рис. 1).

По итогам опроса, 91 % респондентов считают, что энергетические напитки влияют на сердечно-сосудистую систему, 77 % респондентов – на пищеварительную систему, 72% респондентов - на нервную систему.

Как видно из рисунка 2, частота употребления энергетических напитков невысокая, лишь четверть опрошенных респондентов «пробовали один или несколько раз в жизни». Большинство ответов было отдано варианту «1-2 раза в месяц» (31 %), на втором месте – «не употребляю» (28 %), на третьем – «пробовал один или несколько раз в жизни» (25 %). Как мы видим, большинство респондентов употребляют энергетические напитки 1-2 раза в месяц, треть респондентов – не употребляют энергетические напитки.

Также интересен результат, что 38% опрошенных не скрывают тот факт, что им

нравится употреблять энергетические напитки, в то время как 21% делает это просто в силу обстоятельств.

Выводы

На основании полученных данных можно сказать, что только определенная часть респондентов подвержена употреблению энергетических напитков. Большинство опрошенных респондентов осведомлены о последствиях употребления энергетических напитков. Между тем, следует отметить, что для десятой части респондентов (11 %) употребление энергетических напитков 1-2 раза в неделю является «нормой».

Социальные и поведенческие практики (занятия в спортивных секциях, обучение здоровьесберегающим практикам на занятиях), которые реализуются через воспитательный процесс образовательных учреждений, позволяют склонить обучающихся в пользу благоприятных условий жизнедеятельности, которые положительно могут повлиять на здоровье.

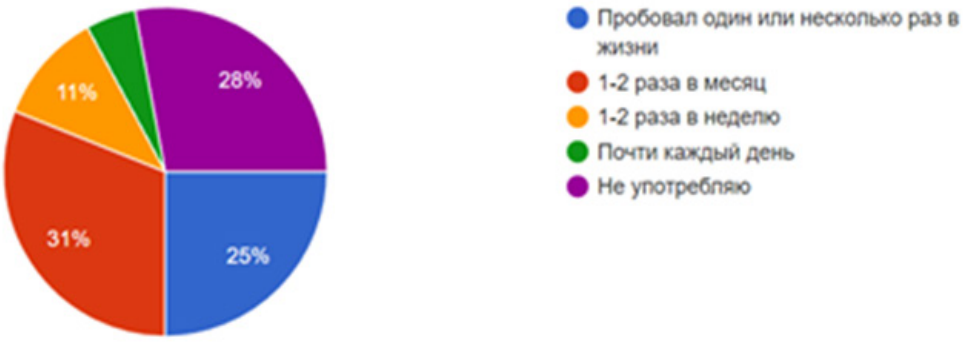

Рисунок 2. Результаты ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы употребляете энергетические напитки?», в %.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. М. : АСТ ; Донецк : Сталкер, 2004. 672 с.

2. Арон Р. Избранное: введение в философию истории / отв. ред., пер. и сост. И. А. Гобозов. М., 2000. 380 с.

3. Брехман И. И. Философско-методологические аспекты проблемы здоровья человека // Вопр. философии. 1988. № 2. С. 52–53

4. Вакула, Т. Н. Энергетические напитки: за или против? / Т. Н. Вакула, С. П. Кремплевская // Бюллетень медицинских интернет-конференций. 2012. Т. 2, № 11. С. 877.

5. Вебер М. О некоторых категориях понимающей социологии / М. Вебер // Западноевропейская социология XIX-начала XX веков / под ред. В.И. Дебренькова. Москва, 1996. С. 491-506.

6. Дюркгейм Э. Социология и теория познания. Хрестоматия по истории психологии / Э. Дюркгейм. Москва, 1980. 380 с.

7. Дубровина И. В. Психологический словарик. М.: Владос, 1998. 632 с.

8. Дударенко, Е. А. Тенденции развития представлений о здоровом образе жизни среди молодого поколения / Е. А. Дударенко, Д. А. Цевенко, И. В. Половодов // Наука-2020. 2021. № 7(52). С. 159-165.

9. Одинцова, Е. В. Анализ феноменов здоровья и здорового образа жизни в формате социологии культуры / Е. В. Одинцова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. 2020. Т. 20, № 3. С. 307-311.

10. Воротилкина И. М. Современные тренды здорового образа жизни студентов / И. М. Воротилкина, Н. Г. Баженов // Мир науки. Социология, филология, культурология. 2022. Т. 13. № 4. С. 1-15

11. Касенова, Г. К. Популяризация здорового образа жизни среди студентов / Г. К. Касенова // Инновационный потенциал молодежи: гражданственность, профессионализм, творчество: сборник научных трудов Международной молодежной научно-исследовательской конференции, Екатеринбург, 24 ноября 2020 года. Екатеринбург: Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, 2020. С. 220-226.

12. Лазоренко А.А., Курганова Е.В., Жуков Р.С., Апарина М.В., Рыкова Н.Ф. влияние энергетических напитков на здоровье молодёжи // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 6. URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=27202 (дата обращения: 25.07.2024).

13. Морозова, С. А. Осведомленность студентов медицинского вуза в вопросах влияния на здоровье безалкогольных и энергетических напитков / С. А. Морозова, К. А. Радченко // Молодежный инновационный вестник. 2020. Т. 9, № S2. С. 53-55.

14. Решетников А. В. Социология медицины: руководство. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. 800 с.

15. Шамхалова З. А. Формирование здорового образа жизни студентов / З. А. Шамхалова // Автономия личности. 2022. №1 (27). С. 220-224.

16. Шматова, С. С. Социальные детерминанты здоровьесберегающего поведения (на примере студентов вузов) / С. С. Шматова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. 2017. Т. 17, № 1. С. 56-58.

17. Ханферьян Р.А., Раджабкадиев Р.М., Евстратова В.С. И др. Потребление углеводсодержащих напитков и их вклад в общую калорийность рациона // Вопр. питания.2018 Т. 87, № 2 С. 39-43.

18. Фуко М. История сексуальности III : Забота о себе / пер. с фр. Т. Н. Титовой, О. М. Хомы ; под общ. ред. А.Б. Мокроусова. Киев: Дух и Литера; Грунт; М.: Рефл-бук, 1998. С. 283. (Astrum Sapientiale).

19. Azevedo, G. Bodily self-consciousness and its relation with health / G. Azevedo, J. S. Filippovich // Коллекция гуманитарных исследований. 2020. No. 1(22). P. 6-12.

Получена: 23.08.2024 г. Принята к публикации: 19.06.2024 г.

YOUNG PEOPLE'S ATTITUDE TOWARDS THE CONSUMPTION OF ENERGY DRINKS: EXPERIENCE OF EMPIRICAL RESEARCH

© Anastasia E. Popova, Maria S. Filippovich

Anastasia E. Popova – Student, Kursk State Medical University

Maria S. Filippovich – PhD Student In Philosophy, Kursk State University, Tutor, Kursk State Medical University

Address: 305041, Kursk, K. Marx str., 3, Russian Federation

ABSTRACT

Relevance. A healthy lifestyle is an integral part of the normal functioning of the human body of any age. Sociologists have been engaged in the socio-cultural dimension of the health of professional groups, who have attempted to describe the impact of the role on maintaining a healthy lifestyle. In this study, the focus was on the consumption of energy drinks, which affect both lifestyle and awareness of the consequences after prolonged use. Research shows that the drink contains ingredients that can provide mental and physical stimulation.

In the modern world, a healthy lifestyle is the basis of a person's social sphere. Popularization of giving up bad habits is the main task of prevention. It is important to convey to the individual the expediency of following the norms proposed by the healthcare of the Russian Federation and enshrined in legislation.

Purpose. To study the degree of dependence on energy drinks by modern youth and to identify the trends in the development of trends in their use as a result of a sociological survey.

Objectives: To establish the reason for the use of energy drinks among young people. Assess the degree of awareness of the population on this issue. Identify trends in the use of energy drinks among young people.

Methodology. The study involved 100 students of a higher educational institution and a secondary school (38 boys, 62 girls). All were asked to complete a survey generated on the Google. forms platform.

Conclusion. Based on the data obtained, it can be said that only a certain part of modern youth is prone to frequent consumption of energy drinks. The majority of the target audience cares about their health, so they refrain from drinking such drinks. At the same time, the part of the respondents who resort to using these means of extending the working time does so within reasonable limits, realizing the possible consequences. It is worth noting that most of the audience knows about alternative ways to achieve this goal and even applies this knowledge in practice.

KEYWORDS: healthy lifestyle; bad habit; social practice; energy drink; students of educational organizations

REFERENCES

1. Amosov N. M. Enciklopediya Amosova. Algoritm zdorov'ya. M. : ACT ; Doneck : Stalker, 2004. 672 s.

2. Aron R. Izbrannoe: vvedenie v filosofiyu istorii / otv. red., per. i sost. I. A. Gobozov. M., 2000. 380 s.

3. Brekhman I. I. Filosofsko-metodologicheskie aspekty problemy zdorov'ya cheloveka // Vopr. filosofii. 1988. № 2. S. 52–53

4. Vakula, T. N. Energeticheskie napitki: za ili protiv? / T. N. Vakula, S. P. Kremplevskaya // Byulleten' medicinskih internet-konferencij. 2012. T. 2, № 11. S. 877.

5. Veber M. O nekotoryh kategoriyah ponimayushchej sociologii / M. Veber // Zapadnoevropejskaya sociologiya XIX-nachala XX vekov / pod red. V.I. Debren'kova. Moskva, 1996. S. 491-506.

6. Dyurkgejm E. Sociologiya i teoriya poznaniya. Hrestomatiya po istorii psihologii / E. Dyurkgejm. Moskva, 1980. 380 s.

7. Dubrovina I. V. Psihologicheskij slovarik. M.: Vlados, 1998. 632 s.

8. Dudarenko, E. A. Tendencii razvitiya predstavlenij o zdorovom obraze zhizni sredi molodogo pokoleniya / E. A. Dudarenko, D. A. Cevenko, I. V. Polovodov // Nauka-2020. 2021. № 7(52). S. 159-165.

9. Odincova, E. V. Analiz fenomenov zdorov'ya i zdorovogo obraza zhizni v formate sociologii kul'tury / E. V. Odincova // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Sociologiya. Politologiya. 2020. T. 20, № 3. S. 307-311.

10. Vorotilkina I. M. Sovremennye trendy zdorovogo obraza zhizni studentov / I. M. Vorotilkina, N. G. Bazhenov // Mir nauki. Sociologiya, filologiya, kul'turologiya. 2022. T. 13. № 4. S. 1-15

11. Kasenova, G. K. Populyarizaciya zdorovogo obraza zhizni sredi studentov / G. K. Kasenova // Innovacionnyj potencial molodezhi: grazhdanstvennost', professionalizm, tvorchestvo: sbornik nauchnyh trudov Mezhdunarodnoj molodezhnoj nauchno-issledovatel'skoj konferencii, Ekaterinburg, 24 noyabrya 2020 goda. Ekaterinburg: Ural'skij federal'nyj universitet imeni pervogo Prezidenta Rossii B.N. El'cina, 2020. S. 220-226.

12. Lazorenko A.A., Kurganova E.V., ZHukov R.S., Aparina M.V., Rykova N.F. vliyanie energeticheskih napitkov na zdorov'e molodyozhi // Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya. 2017. № 6. URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=27202 (data obrashcheniya: 25.07.2024).

13. Morozova, S. A. Osvedomlennost' studentov medicinskogo vuza v voprosah vliyaniya na zdorov'e bezalkogol'nyh i energeticheskih napitkov / S. A. Morozova, K. A. Radchenko // Molodezhnyj innovacionnyj vestnik. 2020. T. 9, № S2. S. 53-55.

14. Reshetnikov A. V. Sociologiya mediciny: rukovodstvo. M.: GEOTAR-Media, 2010. 800 s.

15. SHamhalova Z. A. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni studentov / Z. A. SHamhalova // Avtonomiya lichnosti. 2022. №1 (27). S. 220-224.

16. SHmatova, S. S. Social'nye determinanty zdorov'esberegayushchego povedeniya (na primere studentov vuzov) / S. S. SHmatova // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Sociologiya. Politologiya. 2017. T. 17, № 1. S. 56-58.

17. Hanfer'yan R.A., Radzhabkadiev R.M., Evstratova V.S. I dr. Potreblenie uglevodsoderzhashchih napitkov i ih vklad v obshchuyu kalorijnost' raciona // Vopr. pitaniya.2018 T. 87, № 2 S. 39-43.

18. Fuko M. Istoriya seksual'nosti III : Zabota o sebe / per. s fr. T. N. Titovoj, O. M. Homy ; pod obshch. red. A.B. Mokrousova. Kiev: Duh i Litera; Grunt; M.: Refl-buk, 1998. C. 283. (Astrum Sapientiale).

19. Azevedo, G. Bodily self-consciousness and its relation with health / G. Azevedo, J. S. Filippovich // Kollekciya gumanitarnyh issledovanij. 2020. No. 1(22). P. 6-12.

Received: 23.08.2024 Accepted: 19.06.2024