

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА
ТЕМУ:
ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ И
ГИГИЕНИЧЕСКОЕ
ЗНАЧЕНИЕ ПИТАНИЯ**

г. Ростов-на-Дону
2014г.

Содержание

- ◎ 1. Основные элементы рационального питания
- ◎ 2. К чему может привести недостаток белка?
- ◎ 3. Признаки витаминной недостаточности.
- ◎ 4. Рациональное питание.
- ◎ 5. Производства органолептического исследование молока.
- ◎ 6. Понятие о лечебно-профилактическом питании.
- ◎ 7. Классификация пищевых отравлений.
- ◎ 8. Личная гигиена персонала пищеблока.
- ◎ 9. Физиологическое значение минеральных элементов.

К чему может привести недостаток белка

- Недостаток белка чреват не только атрофией мышц, но и нарушением пищеварения, депрессиями, ослаблением иммунитета. По оценке Института питания РАМН, если человек потребляет всего 0,6 г белка на 1 кг своего веса в день, риск возникновения заболеваний составляет 50%.



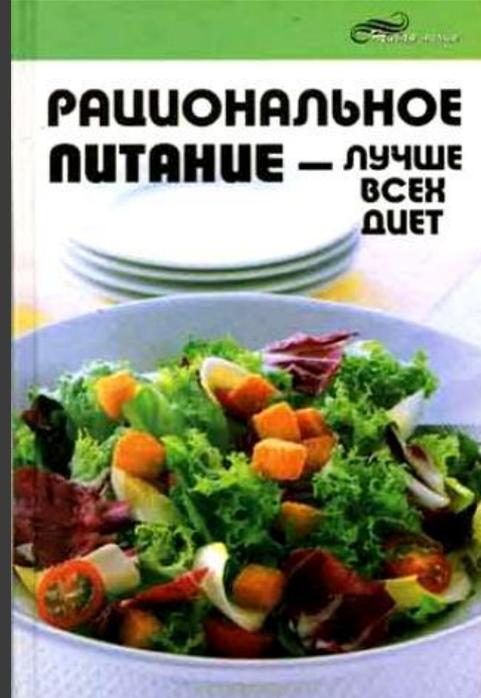
Признаки витаминной недостаточности

- ⊙ **Витаминная недостаточность** - заболевание, возникающее при дефиците витаминов в пище, а также если поступающие с пищей витамины не всасываются из кишечника, либо интенсивно разрушаются в организме. В зависимости от степени витаминной недостаточности различают:
 - ⊙ **Авитаминозы** - тяжелая форма витаминной недостаточности, развивающаяся при длительном отсутствии витаминов в пище или нарушении их усвоения.
 - ⊙ **Гиповитаминоз** - заболевание, возникающее при неполном удовлетворении потребностей организма в витаминах.



Рациональное питание

Рациональное питание — это питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее улучшению его здоровья и профилактике заболеваний.



Органолептического исследование молока

- Внешний вид
- Запах молока
- Вкус молока
- Консистенция молока
- Плотность



Понятие о лечебно-профилактическом питании

- В системе мероприятий по защите от неблагоприятного воздействия повреждающих веществ обязательным составляющим является лечебно-профилактическое питание- одно из мероприятий, направленное на повышение устойчивости здорового организма к воздействию неблагоприятных факторов производственных условий.



Классификация пищевых отравлений

--Отравления микробного происхождения

1. Бактериями рода *E. Coli*
2. Бактериями рода *V. Proteus*
3. Энтерококками, спороносными бактериями
4. Патогенными галофилами

--Отравления немикробного происхождения

1. Грибы
2. Растения



Личная гигиена персонала

пищеблока

- 1. Сотрудник пищеблока приходит на работу с коротко стриженными ногтями, в чистой одежде и обуви.
- 2. Верхняя одежда, головной убор, уличная обувь и личные вещи помещаются в индивидуальный шкаф.
- 3. Перед началом работы сотрудник пищеблока проходит осмотр медицинским работником ДООУ.
- 4. Перед началом работы сотрудник тщательно моет руки, надевает чистый халат или другой специальный костюм, аккуратно убирает волосы под колпак или косынку.
- 5. Для работы в пищеблоке используются: в холодном цеху – халат, косынка; горячем цеху – халат, косынка; для раздачи пищи в группы – халат, косынка; уборки помещений – темный халат.
- 6. Во время работы запрещается носить кольца, серьги, закалывать одежду булавками, принимать пищу и курить на рабочем месте.
- 7. Перед посещением туалетной комнаты следует снять халат, после посещения – тщательно вымыть руки с мылом. 8. Перед уходом из ДООУ халат убирается в шкаф для специальной одежды

Физиологическое значение минеральных элементов

- они участвуют: - в поддержании нормального солевого состава крови;
- - в нормализации водно-солевого обмена;
- - в структуре и функциях большинства ферментативных систем и процессов, протекающих в организме;
- - в поддержании кислотно-щелочного равновесия;
- - в пластических процессах и построении тканей организма, особенно костной ткани;



Использованная литература

- http://www.novostioede.ru/article/vitaminy_i_mineralnyje_elementy/
- Учебник «Общая гигиена с основами экологии человека» Л.Ю Трушкина, А.Г Трушкин, Л.М Демьянова.
- andex.ru/images/search?img_url=http%3A%2F%2Fnatural-medicine.ru%2Fuploads%2Fposts%2F2012-03%2F1332142779_vitamin.jpg&uinfo=sw-1366-sh-768-ww-1349-wh-664-pd-1-wp-16x9_1366x768&_ =1417187915811&viewport=wide&p=2&text=Физиологическое%20значение%20минеральных%20элементов%20фото&noreask=1&pos=72&rpt=simage&lr=39