

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТА БЕЛКОВО-ВИТАМИННОГО «КЕДРОВАЯ СИЛА - СПОРТИВНАЯ» И БАД К ПИЩЕ «МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ КАПСУЛИРОВАННОЕ «ДОЛГОЛЕТИЕ» В ПРОГРАММАХ ОЗДОРОВЛЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ

Профессор кафедры восстановительной медицины, д.м.н. И.А.Несина
Старший лаборант кафедры профпатологии
и восстановительной медицины А.Н.Гагарин
Инженер НИС, к.м.н. Л.Н.Захарова

Отчет по результатам исследования Государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию (ГОУ ВПО НГМУ Росздрава), Новосибирск, 2010 г.

Воздействие экопатогенов, современные технологии получения продуктов питания, способы кулинарной обработки пищевых продуктов, приводящие к потерям эссенциальных нутриентов, скрытая и явная мальабсорбция, лекарственная агрессия, нарушение режима питания и однотипное питание приводят к полинутриентной недостаточности населения. Особенно актуальна проблема рационального, сбалансированного питания у лиц занимающихся спортом. Оптимизация питания является ключевым фактором в подготовке спортсменов к соревнованиям, обеспечивая улучшение спортивных результатов на фоне сохранения высокого адаптационного потенциала и общего уровня здоровья. Одним из путей решения этой проблемы является обеспечение спортсменов продуктами питания, которые бы не только обеспечили энергетическую составляющую организма, восполнили дефицит витаминов, минералов, но и помогли организму быстрее восстановиться после перенесенных нагрузок.

Продукты из натурального растительного сырья отвечают этим требованиям и зарекомендовали себя как эффективное средство оптимизации рациона питания для спортивной медицины. В данном исследовании в качестве продуктов функционального питания для обогащения рациона питания спортсменов-боксеров были использованы натуральные продукты на основе сырья из кедрового ореха: белково-витаминный продукт «Кедровая сила - Спортивная»¹ и «Масло растительное капсулированное «Долголетие».

Задачи исследования.

1. Оценить состояние психоэмоционального статуса в динамике профилактической программы.
2. Оценить функциональные пробы в динамике программы оздоровления.
3. Определить динамику кистевой динамометрии.
4. Оценить показатели вегетативного статуса по показателям variability сердечного ритма.
5. Определить адаптационный потенциал у спортсменов боксеров.

Объект исследования.

В основной группе (I группа) наблюдалось 15 спортсменов-боксеров возрасте от 12 до 15 лет (средний возраст $13,66 \pm 0,83$ лет).

Группу сравнения (II группа) составили 14 спортсменов в возрасте от 13 до 16 лет, которым не проводилась программа оздоровления (средний возраст $14,14 \pm 0,99$ лет).

Методика оздоровления.

БВП «Кедровая сила - Спортивная» назначался по 2 столовые ложки 2 раза в день во время еды, «Масло растительное капсулированное «Долголетие» по 5 капсул 3 раза в день во время еды.

¹ В 2018 году состав продукта был усилен и в настоящее время продукт «Кедровая сила - Спортивная» называется Кедровая сила «Активная».

Курс приема белково-витаминного продукта «Кедровая сила Спортивная» и «Масло растительное капсулированное «Долголетие» и составил 40 дней.

Выявленные положительные эффекты оздоровительной программы, включающей применение белково-витаминного продукта «Кедровая сила - Спортивная» и «Масло растительное капсулированное «Долголетие», на функциональное состояние сердечно - сосудистой и дыхательной системы, психоэмоциональный и вегетативный статус, адаптивные реакции, позволяют рекомендовать включать БВК «Кедровая сила - Спортивная» и масляную композицию «Долголетие» в рацион дополнительного питания у спортсменов - боксеров. Рекомендуется 3 разовый прием кедровых продуктов и растительного масла «Долголетие» в учебно-тренировочном процессе в течение 40 дней. Очевидно, что для закрепления полученных положительных эффектов нужны повторные курсы приема БВП «Кедровая сила - Спортивная» и «Масло растительное капсулированное «Долголетие», кратность курсов может быть уточнена при проведении дальнейших исследований оценки данной продукции.