

УДК: 572:155.9

ПОЛОВЫЕ И ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПИЩЕВЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ И ИХ СВЯЗЬ С ЛИЧНОСТНЫМИ И КОГНИТИВНЫМИ СВОЙСТВАМИ
О.В.Филипцова

Национальный фармацевтический университет (Харьков, Украина)

Проведен анализ пищевых предпочтений по основным макронутриентам в населении Украины среди лиц разных возрастных групп и разного пола. Выявлены высокие предпочтения по отношению к сладкой пище, фруктам и мясу. Обнаружена отрицательная корреляция между возрастом и предпочтениями к сладкой пище и фруктам среди мужчин и к пище группы «фастфуд» среди женщин. Показана большая выраженность предпочтений к фруктам у женщин и к первым овощным блюдам у мужчин. Найдены ассоциации предпочтений к сладкой пище с тревожностью и спонтанной агрессивностью. Выявлена общая тенденция к смещению от оптимума личностных и когнитивных свойств у лиц, предпочитающих сладкое.

Ключевые слова: *пищевые предпочтения, пол, возраст, личностные и когнитивные свойства.*

Введение

Выбор пищи человеком обусловлен рядом факторов, которые по современным представлениям укладываются в три основные теории – биологическую, эколого-материальную и культурную (Pantzar, 1996). В соответствии с биологической теорией, у человека существуют генетически детерминированные системы, лежащие в основе вкусовой оценки в направлении врожденных предпочтений сладкой, соленой и жирной пищи. Сладкая пища является быстрым и легкодоступным источником энергии. Вкусовая чувствительность по отношению к сладкой пище является эволюционным преимуществом для всех видов животных. Вкусовая чувствительность к соленой пище проявляется при постнатальном созревании (в среднем с 4 по 24 месяцы жизни ребенка) сенсорных механизмов, участвующих в опосредовании этого вида пищи. Определенное количество соли (NaCl) необходимо для нормального функционирования организма, в частности, для функционирования возбудимых тканей, поддержания буферных свойств крови. Менее очевидные, но все же стабильно присутствующие врожденные предпочтения по отношению к жирной пище, возможно, объясняются необходимостью жиров для миелинизации нервных волокон, обеспечения синтеза половых гормонов и полового поведения, построения клеточных мембран, растворимости ряда витаминов, повышения органолептических свойств пищи. В современном обществе эти изначально полезные пищевые предпочтения вышли за рамки своих адаптивных границ, способствуя развитию в популяции целого ряда болезней с нарушением метаболизма, в частности, сахарного диабета, ожирения и психических заболеваний. Эколого-материальная теория объясняет вкусовые предпочтения экологическими и экономическими факторами, которые зависят от средовых условий. Введение новых или несколько модифицированных продуктов в рацион может нарушать прежние пищевые предпочтения. Примерами, иллюстрирующими данную теорию, является сниженное потребление мяса в популяциях Индии вследствие возникшего табу на «священных» коров, а также наличие большой доли взрослых людей в северных популяциях Европы с активным ферментом лактазой, употребляющих свежее молоко без нежелательных последствий для желудочно-кишечного тракта. Культурная теория пищевых предпочтений, получившая значительное развитие в Европе, предполагает их отстраненность от физиологических нужд человека и значительную роль восприятия пищевого продукта на уровне психики. Например, в очень немногочисленных популяциях практикуется употребление в пищу насекомых, а во Франции же деликатесом считаются лягушки. В целом формирование пищевых отторжений объясняется более просто, чем формирование пищевых предпочтений. Так, нежелательные последствия, вызванные приемом той или иной пищи (тошнота, рвота), могут приводить к формированию отторжения к ней (Batsell, Brown, 1998).

Обнаружены определенные гены, отвечающие за вкусовую чувствительность (Menella et al., 2005). В ряде исследований для вкусовых предпочтений, наследуемых не по моногенным, а по более сложным механизмам, рассчитана наследуемость (Van den Bree et al., 1999, Keskitalo et al., 2006). В целом наследуемость вкусовой чувствительности к горькому выше, чем к сладкому (Menella et al., 2005). Показано, что воздействие определенных компонентов пищевых продуктов на плод через амниотическую жидкость и на новорожденного через материнское молоко может в дальнейшем способствовать формированию пищевых предпочтений к данному продукту (Birch et al., 1998).

Пищевые предпочтения играют важную роль в развитии психопатологии человека, причем их эффекты могут быть как прямыми, так и опосредованными. Среди лиц с девиациями пищевого поведения (анорексия, булимия) выше частота психопатологии, включая попытки к суициду, депрессии, психозы и т.д. (Ruuska et al., 2005). Показана значительная роль диеты в коррекции когнитивных способностей. В частности, при синдроме дефицита внимания/гиперактивности рекомендована диета Фейнгольда, исключающая потребление салицилатов, искусственных красителей и ароматизаторов, а также ряда синтетических консервантов, хотя другие исследователи не находят научной обоснованности данной тактики (Schnoll et al., 2003). Показана роль омега-3 жирных кислот в коррекции проблем, связанных с вниманием (Singh, 2005.). Имеются данные о более высоких значениях IQ у детей, получавших материнское молоко. Показана важная роль исключения из рациона пищи, содержащей глютен и казеин, в коррекции симптомов аутизма (Reichelt, Knivsberg, 2003).

Отсутствие генетико-популяционных исследований в области пищевых предпочтений в населении Украины, а также отягощенность популяции генетическим грузом по «болезням цивилизации» (Паньків, 2003; Караченцев и др., 2004) диктует актуальность настоящих исследований.

Объекты и методы исследования

В исследованиях приняли участие 517 жителей Украины, этнические украинцы и русские. О них была получена социо-демографическая информация, а также данные о личностных и когнитивных свойствах и пищевых предпочтениях по отношению к основным макронутриентам. Пищевые предпочтения изучались при установке исследуемых на равную доступность пищи, отсутствие голода и возможность выбора нескольких пищевых категорий. В качестве пищевых групп, по отношению к которым изучались предпочтения, нами были выбраны семь следующих: сладкое (высококалорийная углеводная пища), мясо (белковая пища), фрукты (клетчатка и витамины), соленая пища (источник NaCl), первые овощные блюда (клетчатка и витамины), фастфуд («вредная» пища, содержащая пищевые добавки, красители, консерванты) и жирное (источник жирных кислот, в том числе незаменимых, высококалорийная пища).

Целью работы было изучение популяционной структуры по пищевым предпочтениям в целом, в разных возрастных группах, среди мужчин и женщин, а также поиск ассоциаций личностных и когнитивных свойств с пищевыми предпочтениями.

Определение личностных свойств проводилось по следующим методикам. Для оценки личностной тревожности использовался опросник Спилбергера (Практикум ..., 2000), экстраверсии и нейротизма – опросник Айзенка (Практикум ..., 2000), депрессивности, раздражительности, уравновешенности, эмоциональной лабильности, спонтанной и реактивной агрессивности – опросник FPI (Практикум ..., 2000), физической, косвенной и вербальной агрессивности – опросник Басса-Дарки (Психологические тесты, 2000), коэффициента IQ – тест Айзенка (Айзенк, 2002). Статистический анализ проведен с использованием критериев t и χ^2 (Лакин, 1990). Рассчитан бисериальный коэффициент корреляции (Лакин, 1990). База данных сформирована в программе Microsoft Excel. Обработка данных произведена в программе Biostat.

Результаты и обсуждение

Для расчета среднепопуляционных характеристик использованы лица, не состоящие в родстве и не являющиеся брачными партнерами; из 517 обследованных к данной категории были отнесены 288 человек. В выборке оказалось 222 женщины (77,1%) и 66 мужчин (22,9%). Смещение выборки по полу мы объяснили гендерными причинами в связи с преимущественным участием в исследованиях подобного рода женщин. Средний возраст мужчин составил $27,1 \pm 1,4$ лет, женщин – $28,8 \pm 0,9$ лет, разница в возрасте лиц противоположного пола недостоверна ($p > 0,05$).

45,5% обследованных выявило сочетанные пищевые предпочтения. В относительном порядке по отдельным пищевым предпочтениям обследованные распределились следующим образом: сладкое, фрукты, мясо, «фастфуд», жирное, первые овощные блюда, соленое. Сравнения проводились в группах предпочитающих и не предпочитающих, которые были названы «тестеры» и «не тестеры» соответственно. Следует отметить условность данных терминов по отношению к настоящему исследованию, поскольку вкусовая чувствительность к изучаемым категориям продуктов присутствует во всей популяции (табл. 1).

В табл. 2 приведены коэффициенты корреляции пищевых предпочтений у мужчин и женщин разного возраста. Видно, что с возрастом происходит снижение предпочтений к сладкому и фруктам у мужчин и к пище группы «фастфуд» у женщин.

Поскольку зарубежные исследования часто констатируют факт наличия существенных изменений пищевых предпочтений в определенных возрастных диапазонах (Pantzar, 1996, Van den Bree et al., 1999), то исследуемые были разбиты на три категории на основании возможности

установления стабильных пищевых предпочтений – молодые люди (неустановившиеся пищевые предпочтения, склонны пробовать новую пищу), люди среднего возраста (частично установившиеся пищевые предпочтения, склонны к употреблению разной пищи вне зависимости от ее полезности) и люди старшего возраста (установившиеся пищевые предпочтения, склонны к регуляции пищи в зависимости от ее полезности). Результаты изучения пищевых предпочтений в разных возрастных группах отражены в табл. 3.

Видно, что в исследованной выборке населения Украины обнаружена тенденция снижения с возрастом пищевого предпочтения по отношению к сладкому, выявляемая и в зарубежных исследованиях, что можно рассматривать как фактор снижения риска ожирения в этой возрастной группе. Действительно, известно, что в детском возрасте, т.е. в период интенсивного роста, максимально выражены вкусовые предпочтения по отношению к сладкому, которые в дальнейшем значительно снижаются. Примерно до 2,5 лет дети могут потреблять самую разнообразную пищу без выраженных предпочтений, однако к 4 годам они отвергают большинство продуктов, избирательно отторгаемых и взрослыми (Pantzar, 1996). Показано изменение пищевого поведения под воздействием стрессов, в частности, увеличение потребления сладкой и жирной пищи лицами женского пола (Oliver et al., 2000). Известны исследования в области коррекции ожирения антагонистами опиатов налоксоном и налтрексоном, избирательно снижающими потребление шоколада (Drewnowski et al., 1995).

Таблица 1.

Частоты «тестеров» (%) определенных пищевых групп (n=288)

Пищевая группа*	«Тестеры»	
	n	%
Сладкое	183	82,4
Фрукты	130	58,6
Мясо	72	32,4
Фастфуд	64	28,8
Жирное	50	22,6
Первые овощные блюда	27	12,2
Соленое	26	11,7

Примечание. * – количество «тестеров» учитывалось отдельно по каждой пищевой группе вне зависимости от их принадлежности к «тестерам» других пищевых групп, n – число обследованных.

Таблица 2.

Коэффициенты корреляции (r) пищевых предпочтений среди мужчин и женщин разного возраста

Пищевая группа	Мужчины (n=66)			Женщины (n=222)			t*	p
	r ± S _r	t	p	r ± S _r	t	p		
Сладкое	-0,25 ± 0,12	2,06	<0,05	-0,10 ± 0,12	1,02	>0,05	0,22	>0,05
Фрукты	-0,30 ± 0,12	2,56	<0,05	-0,07 ± 0,12	0,60	>0,05	1,36	>0,05
Мясо	-0,02 ± 0,12	0,13	>0,05	0,03 ± 0,12	0,26	>0,05	–	>0,05
Фастфуд	-0,06 ± 0,12	0,47	>0,05	-0,33 ± 0,11	2,91	<0,01	1,59	>0,05
Жирное	-0,08 ± 0,12	0,68	>0,05	-0,04 ± 0,12	0,33	>0,05	–	>0,05
Первые овощные блюда	-0,08 ± 0,12	0,67	>0,05	0,10 ± 0,12	0,81	>0,05	–	>0,05
Соленое	-0,20 ± 0,12	1,60	>0,05	-0,06 ± 0,12	0,55	>0,05	–	>0,05

Примечание. n – число обследованных, r ± S_r – бисериальный коэффициент корреляции и его статистическая ошибка, t – критерий Стьюдента для оценки достоверности коэффициентов корреляции среди лиц одного пола, t* – критерий Стьюдента для оценки достоверности разности коэффициентов корреляции между лицами противоположного пола, p – уровень значимости.

Таблица 3.

Распределение «тестеров» (%) среди лиц разных возрастных групп (n=288)

Пищевая группа	Возрастная группа, годы			χ^2 (v=2)	p
	до 20	21–40	старше 41		
	«Тестеры», %				
Сладкое	54,1	27,9	18,0	9,07	<0,05
Фрукты	56,9	23,9	19,2	8,61	<0,05
Мясо	45,8	33,4	20,8	0,35	>0,05
Фастфуд	79,7	14,1	6,2	34,35	<0,001
Жирное	56,0	22,0	22,0	2,35	>0,05
Первые овощные блюда	44,4	26,0	29,6	1,09	>0,05
Соленое	57,7	30,8	11,5	2,01	>0,05

Примечание. n – число обследованных, χ^2 – критерий хи-квадрат, v – степень свободы, p – уровень значимости.

С возрастом же при ослаблении ранее сильно генетически детерминированной вкусовой чувствительности к определенной пище, в частности, к сладкому, и усилении социальных факторов при выборе пищи у человека расширяется спектр вкусовых предпочтений. Так, в изученной выборке почти 80% «тестеров» пищи группы «фастфуд» являются лицами в возрасте до 20 лет. Лица более старшего возраста (группы от 21 до 40 лет и от 41 и более лет) относительно индифферентны к этой пище. В то же время данную тенденцию можно рассматривать как временной тренд, поскольку новые продукты питания (чипсы и т.д.) в большей степени употребляются более молодыми людьми, а более консервативное население старших возрастных групп, по-видимому, старается исключать подобные продукты из своего рациона. Показано, что наличие дополнительной информации об определенном продукте, в частности, маркировки о содержании жиров, консервантов, может влиять на пищевые предпочтения людей (Engell et al., 1998). Возможно, в исследованной выборке более старшее население также руководствовалось этим критерием при формировании пищевых предпочтений.

Неблагоприятной тенденцией в исследованной выборке выступает снижение с возрастом пищевых предпочтений к фруктам – источнику витаминов и клетчатки. В то же время известно, что многие фрукты и овощи, например, грейпфрут, зеленый чай, брюссельская капуста и соевые продукты содержат фитохимические вещества с онкопротекторной активностью. К ним, в частности, относятся флавоноиды цитрусовых, полифенолы зеленого чая и красного вина, глюкозинолаты овощей семейства крестоцветных и изофлавоны соевых продуктов. Потребление указанной растительной пищи может в значительной степени зависеть от наследственных факторов вкусовой чувствительности и соответственно иметь определенные клинические последствия (Drewnowski, Gomez-Garneros, 2000; Drewnowski et al., 2001).

При анализе пищевых предпочтений в зависимости от пола обнаружены статистически значимые различия по предпочтению фруктов и первых овощных блюд между лицами разного пола (табл. 4). Так, каждый пятый мужчина и всего лишь каждая пятнадцатая женщина предпочитают в отсутствие ощутимого голода первые овощные блюда, отнесенные нами в категорию «здоровой» пищи. Данную тенденцию можно объяснить особенностями культуры (национальной потребностью мужчин в традиционном украинском борще) и изменением ролевых установок женщин в современном обществе (отсутствие времени на кулинарные «изыскания» и ориентацию на пищу быстрого приготовления). В то же время в отношении фруктов половые различия свидетельствуют о том, что половина женщин и всего треть мужчин предпочитают данную категорию пищи.

Широко распространенным в западном мире является психосоциальный анализ пищевых предпочтений (Baranowski et al., 1999). При изучении личностных и когнитивных свойств (предварительный анализ показал нормальность их распределения) обследованных в трех наиболее многочисленных группах пищевых предпочтений из изученных нами были получены следующие результаты (табл. 5). Так, у «тестеров» сладкого (сладкоежек) по сравнению с «не тестерами» достоверно выше тревожность и спонтанная агрессивность. Другими исследователями также обнаружены ассоциации пищевых предпочтений с личностной тревожностью, а, кроме того, с поиском новизны. В частности, считается, что лица с высокой выраженностью тенденции к поиску новизны предпочитают острую пищу и являются гурманами, и наоборот, среди лиц с низкими значениями данного признака много вегетарианцев (Potts, Wardle, 1998). В нашей же выборке у «тестеров» сладкого повышены, хотя и недостоверно, по сравнению с «не тестерами» ряд других показателей – нейротизм, депрессивность, раздражительность, эмоциональная лабильность, косвенная и вербальная агрессивность, и понижены уравновешенность и IQ. В то же время установить причинно-

следственные связи между определенными психологическими признаками и пищевыми предпочтениями сложно.

Таблица 4.

Распределение «тестеров» (%) среди мужчин и женщин (n=288)

Пищевая группа	Пол		χ^2 (v=1)	p
	мужчины	женщины		
	«Тестеры», %			
Сладкое	57,6	65,3	1,00	>0,05
Фрукты	28,8	50,0	8,41	<0,01
Мясо	33,3	22,5	2,62	>0,05
Фастфуд	16,7	23,9	1,14	>0,05
Жирное	21,2	16,2	0,57	>0,05
Первые овощные блюда	19,7	6,3	9,22	<0,01
Соленое	7,6	9,4	0,05	>0,05

Примечание. n – число обследованных, χ^2 – критерий хи-квадрат, v – степень свободы, p – уровень значимости.

Таблица 5.

Ассоциации пищевых предпочтений с личностными и когнитивными свойствами

Личностные и когнитивные свойства	«Тестеры»			«Не тестеры»			t	p
	n	$X \pm S_x$	s	n	$X \pm S_x$	s		
<i>Сладкое</i>								
Личностная тревожность	125	43,28 ± 0,84	9,43	75	40,41 ± 0,94	8,14	2,38	<0,05
Экстраверсия	103	12,52 ± 0,40	4,08	57	11,86 ± 0,53	4,03	0,99	>0,05
Нейротизм	103	13,39 ± 0,41	4,15	57	12,81 ± 0,58	4,39	0,82	>0,05
Депрессивность	116	6,00 ± 0,16	1,70	67	5,54 ± 0,23	1,89	1,64	>0,05
Раздражительность	116	6,54 ± 0,19	2,05	67	6,22 ± 0,22	1,81	1,10	>0,05
Уравновешенность	116	5,30 ± 0,19	2,04	67	5,22 ± 0,24	1,98	0,26	>0,05
Эмоциональная лабильность	116	6,13 ± 0,18	1,90	67	5,64 ± 0,24	1,94	1,66	>0,05
Спонтанная агрессивность	116	5,76 ± 0,21	2,30	67	4,94 ± 0,30	2,42	2,25	<0,05
Реактивная агрессивность	116	6,40 ± 0,18	1,97	67	5,82 ± 0,26	2,16	1,81	>0,05
Физическая агрессивность	57	3,86 ± 0,25	1,90	40	4,17 ± 0,29	1,84	0,80	>0,05
Косвенная агрессивность	57	4,79 ± 0,22	1,68	40	4,55 ± 0,22	1,38	0,77	>0,05
Вербальная агрессивность	57	6,53 ± 0,35	2,66	40	6,12 ± 0,40	2,54	0,77	>0,05
IQ	94	109,94 ± 0,95	9,25	39	113,10 ± 1,85	11,53	1,50	>0,05
<i>Фрукты</i>								
Личностная тревожность	49	41,37 ± 1,22	8,54	151	42,59 ± 0,75	9,23	0,90	>0,05
Экстраверсия	38	12,84 ± 0,75	4,64	122	12,11 ± 0,35	3,88	0,88	>0,05
Нейротизм	38	12,66 ± 0,64	3,95	122	13,34 ± 0,39	4,32	0,90	>0,05
Депрессивность	42	5,90 ± 0,25	1,61	141	5,81 ± 0,15	1,84	0,31	>0,05
Раздражительность	42	6,60 ± 0,26	1,70	141	6,38 ± 0,17	2,04	0,70	>0,05
Уравновешенность	42	5,21 ± 0,27	1,72	141	5,29 ± 0,18	2,09	0,30	>0,05
Эмоциональная лабильность	42	5,90 ± 0,28	1,82	141	5,96 ± 0,17	1,97	0,20	>0,05
Спонтанная агрессивность	42	5,64 ± 0,42	2,71	141	5,40 ± 0,19	2,30	0,52	>0,05
Реактивная агрессивность	42	6,55 ± 0,32	2,09	141	6,08 ± 0,18	2,10	1,28	>0,05
Физическая агрессивность	25	4,12 ± 0,39	1,94	72	3,94 ± 0,22	1,86	0,40	>0,05

Продолжение таблицы 5.

Косвенная агрессивность	25	4,92 ± 0,29	1,47	72	4,61 ± 0,19	1,59	0,89	>0,05
Вербальная агрессивность	25	6,40 ± 0,54	2,72	72	6,35 ± 0,30	2,58	0,08	>0,05
IQ	31	112,71 ± 1,87	10,42	102	110,30 ± 0,98	9,90	1,14	>0,05
<i>Мясо</i>								
Личностная тревожность	86	42,30 ± 0,93	8,64	114	42,28 ± 0,88	9,41	0,02	>0,05
Экстраверсия	74	12,76 ± 0,46	3,94	86	11,88 ± 0,45	4,15	1,37	>0,05
Нейротизм	74	13,62 ± 0,45	3,91	86	12,80 ± 0,52	4,84	1,18	>0,05
Депрессивность	87	5,98 ± 0,18	1,68	96	5,70 ± 0,19	1,86	1,07	>0,05
Раздражительность	87	6,48 ± 0,22	2,04	96	6,37 ± 0,19	1,91	0,38	>0,05
Уравновешенность	87	5,07 ± 0,21	1,95	96	5,46 ± 0,21	2,05	1,30	>0,05
Эмоциональная лабильность	87	6,02 ± 0,20	1,90	96	5,88 ± 0,20	1,96	0,49	>0,05
Спонтанная агрессивность	87	5,47 ± 0,26	2,45	96	5,44 ± 0,24	2,37	0,08	>0,05
Реактивная агрессивность	87	6,51 ± 0,22	2,07	96	5,90 ± 0,23	2,10	1,93	>0,05
Физическая агрессивность	38	3,95 ± 0,29	1,79	59	4,02 ± 0,25	1,94	0,20	>0,05
Косвенная агрессивность	38	4,89 ± 0,25	1,57	59	4,60 ± 0,20	1,55	0,89	>0,05
Вербальная агрессивность	38	6,45 ± 0,46	2,83	59	6,31 ± 0,32	2,48	0,25	>0,05
IQ	69	111,72 ± 1,22	10,16	64	109,94 ± 1,24	9,90	1,02	>0,05

Примечание. n – число обследованных, $X \pm S_x$ – среднее арифметическое и его статистическая ошибка, s – стандартное отклонение, t – критерий Стьюдента, p – уровень значимости.

Таким образом, в целом видны связи избытка сладкой и недостатка белковой пищи с возможностью развития тревожности, депрессивности, нейротизма и состояний, ассоциированных с повышенным уровнем этих характеристик (генерализованная тревожная болезнь, суицидальные наклонности, фобии, анорексия, депрессивный синдром, синдром раздраженного кишечника и т. д.). Кроме того, не отрицается нахождение определенных пищевых предпочтений в одном генетическом спектре с указанными личностными свойствами и когнитивными способностями, однако для констатации подобных ассоциаций требуются дополнительные исследования.

Установлено, что потребление некоторых пищевых продуктов может оказывать психическое влияние на людей, имеющих генетически детерминированные вкусовые предпочтения к определенной пище, а также имеющих и некоторые особенности метаболизма (в частности, на уровне экскреции). Это важно учитывать при установлении пищевых предпочтений у лиц с определенными психологическими профилями (Mitchell, 2001).

Полученные результаты являются основой для последующего проведения генетического анализа пищевых предпочтений среди жителей Украины. Кроме этого, они представляют интерес для антропологов, диетологов, психологов, психотерапевтов, а также для специалистов по разработке лекарственных препаратов, направленных на коррекцию расстройств питания и пищевого поведения в целом.

Автор выражает искреннюю благодарность профессору кафедры генетики и цитологии ХНУ имени В.Н.Каразина д.б.н. Л.А.Атраментовой за ценные советы по статистическому анализу.

Список литературы

- Айзенк Г. Супертесты IQ. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 208с.
 Караченцев Ю.И., Гончарова О.А., Герасименко В.Л. Частота и структура госпитальной тиреоидной патологии в возрастно-половом аспекте // Проблемы эндокринной патологии. – 2004. – №2. – С. 60–64.
 Лакин Г.Ф. Биометрия: Учеб. пособие для биол. спец. вузов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: Высш. шк., 1990. – 352с.
 Паньків В.І. Шляхи оптимізації ендокринологічної служби та критерії ефективності диспансерного спостереження за хворими на цукровий діабет // Проблеми ендокринної патології. – 2003. – №1. – С. 20–23.

- Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие / В.Д.Балин, В.К.Гайда, В.К.Гербачевский и др. // Под общей ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 560с.
- Психологические тесты / Под ред. А.А.Карелина: В 2 т. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – Т.1. – 312с.
- Baranowski T., Cullen K.W., Baranowski J. Psychosocial correlates of dietary intake: advancing dietary intervention // *Annual Review of Nutrition.* – 1999. – Vol.19. – P. 17–40.
- Batsell W.R., Brown A.S. Human flavor-aversion conditioning: a comparison of traditional and cognitive aversions // *Learning and Motivation.* – 1998. – Vol.29. – P. 383–396.
- Birch L.L., Gunder L., Grimm-Thomas K., Laing D.G. Infants' consumption of a new food enhances acceptance of similar foods // *Appetite.* – 1998. – Vol.30. – P. 283–295.
- Drewnowski A., Gomez-Garneros C. Bitter taste, phytonutrients and the consumer: a review // *Am. J. Clin. Nutr.* – 2000. – Vol.72. – P. 1424–1435.
- Drewnowski A., Henderson S.A., Barratt-Fornell A. Genetic taste makers and food preferences // *Drug metabolism and disposition.* – 2001. – Vol.29, Issue 4. – P. 535–538.
- Drewnowski A., Krahn D.D., Demitrak M.A. et al. Naloxone, an opiate blocker, reduces the consumption of sweet high-fat foods in obese and lean female binge eaters // *Am. J. Clin. Nutr.* – 1995. – Vol.61. – P. 1206–1212.
- Engell D., Bordi P., Borja M. et al. Effects of information about fat content on food preferences in pre-adolescent children // *Appetite.* – 1998. – Vol.30. – P. 269–282.
- Keskitalo K., Knaapila A., Kallela M. et al. Preferences for sweet foods is partially genetically determined; a Finnish family study // *Final program and abstracts of European human genetics conference.* – Amsterdam, 2006. – P.94.
- Mennella J.A., Pepino Ya., Reed D.R. Genetic and environmental determinants of bitter perception and sweet preferences // *Pediatrics.* – 2005. – Vol.115, №2. – P. 216–222.
- Mitchell S.C. Food idiosyncrasies: beetroot and asparagus // *Drug metabolism and disposition.* – 2001. – Vol.29, Issue 4. – P. 539–543.
- Oliver G., Wardle J., Gibson E.L. Stress and food choice: a laboratory study // *Psychosomatic Medicine.* – 2000. – Vol.62. – P. 853–865.
- Pantzar M. Rational choice of food – on the domain of the premises of the consumer choice theory // *Journal of Consumer Studies and Home Economics.* – 1996. – Vol.20. – P. 1–20.
- Potts H.W.W., Wardle J. The list heuristic for studying personality correlates of food choice behaviour: a review and results from two samples // *Appetite.* – 1998. – Vol.30, №1. – P. 79–92.
- Reichelt K., Knivsberg A.M. Can the pathophysiology of autism be explained by the nature and the discovered urine peptides? // *Nutr. Neuroscience.* – 2003. – Vol.6. – P. 19–28.
- Ruuska J., Kaltiala-Heino R., Rantanen P., Koivisto A. Psychopathological distress predicts suicidal ideation and self-harm in adolescent eating disorder outpatients // *European Child and Adolescent Psychiatry.* – 2005. – Vol.14, №5. – P. 276–281.
- Schnoll R., Burshteyn D., Cea-Aravena. Nutrition in the treatment of attention-deficit hyperactivity disorder: a neglected but important aspect // *J. Appl. Psychophysiol. Biofeedback.* – 2003. – Vol.28, №1. – P. 63–75.
- Singh M. Essential fatty acids, DHA and human brain // *Indian J. Pediatr.* – 2005. – Vol.72, №3. – P. 239–242.
- Van den Bree M.B.M., Eaves L.J., Dwyer J.T. Genetic and environmental influences on eating patterns of twins aged 50 y // *Am. J. Clin. Nutr.* – 1999. – Vol.70. – P. 456–465.

**СТАТЕВІ ТА ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧОВИХ ПЕРЕВАГ ТА ЇХ ЗВ'ЯЗОК З
ОСОБИСТІСНИМИ ТА КОГНІТИВНИМИ ВЛАСТИВОСТЯМИ
О.В.Філіпцова**

Проведено аналіз харчових переваг з основних макронутрієнтів у населенні України серед осіб різних вікових груп і різної статі. Виявлено високі переваги стосовно солодкої їжі, фруктів і м'яса. Виявлено негативну кореляцію між віком та перевагами до солодкої їжі і фруктів серед чоловіків і до їжі групи «фастфуд» серед жінок. Показано велику виразність переваг до фруктів у жінок і до перших овочевих блюд у чоловіків. Знайдено асоціації переваг до солодкої їжі з тривожністю і спонтанною агресивністю. Виявлено загальну тенденцію до відхилення від оптимуму особистісних і когнітивних властивостей в осіб, які мають перевагу до солодкого.

Ключові слова: харчові переваги, стать, вік, особистісні та когнітивні властивості.

SEX AND AGE PECULIARITIES OF FOOD PREFERENCES AND THEIR RELATIONSHIP TO PERSONALITY TRAITS AND COGNITIVE ABILITIES**O.V.Philipstsova**

The analysis of food preferences on principal macronutrients in the population of Ukraine among people of different age groups and sex is conducted. High preferences in relation to sweet food, fruit and meat are detected. The inverse correlation between age and preferences to sweet food and fruit among males and to fast-food among females is found. Higher expression of preferences to fruit among females and to processed vegetable food among males is shown. The associations of preferences to sweet food with anxiety and spontaneous aggression are found. The general tendency of personality traits and cognitive abilities to be «shifted» from optimum among people preferring sweet food is detected.

Key words: food preferences, sex, age, personality traits, cognitive abilities.

Представлено Л.В.Бєляєвою

Рекомендовано до друку Є.Е.Перським