

FOOD SUPPLEMENTS USED BY THE POPULATION OF CHISINAU MUNICIPALITY

Burlac Crina

Scientific adviser: Rubanovici Vladislav

Hygiene discipline, Department of Preventive Medicine, *Nicolae Testemitanu* SUMPh

Background. Food supplements are concentrated sources of vitamins and minerals. Currently, as the population leads an increasingly fast-paced lifestyle, the lack of time to eat properly and especially the agitation caused by the SARS-CoV-2 virus pandemic motivates society to resort to supplements. **Objective of the study.** The aim of the study was to analyze and evaluate the consumption of food supplements by the population of Chisinau and some effects of this consumption. **Material and Methods.** The materials used were questionnaires on the consumption of food supplements. In the study were involved 100 residents of Chisinau aged between 10 and 70 years. The questionnaire consisted of 12 questions. **Results.** The analysis of the answers in the questionnaire showed that 95% of the people in the study consume food supplements. It was confirmed that 47% of respondents consume these products at the doctor's indication, 35% - on their own initiative, and the others on the recommendation of the pharmaceuticals and friends. Adverse reactions were reported by 22% of respondents and 77% of them used food supplements more frequently during the pandemic with COVID-19. **Conclusion.** Food supplements are used by a very large number of residents of Chisinau. COVID-19 pandemic has increased the consumption of food supplements highlighting the beneficial effects of some nutrients from them.

Keywords: food supplements, nutrition, prevention

SUPLIMENTELE ALIMENTARE UTILIZATE DE POPULAȚIA MUNICIPIULUI CHIȘINĂU

Burlac Crina

Conducător științific: Rubanovici Vladislav

Disciplina de igienă, Departamentul Medicină Preventivă, USMF „Nicolae Testemitanu”

Introducere. Suplimentele alimentare sunt surse concentrate de vitamine și minerale sau alte substanțe cu efect nutrițional sau fiziologic, scopul cărora este suplینirea unei diete obișnuite. Actualmente, când populația duce un mod de viață tot mai accelerat și mai stresant, lipsa timpului de a se alimenta corect și, îndeosebi, starea de agitație cauzată de pandemia cu noul virus SARS-CoV-2, motivează populația să apeleze din ce în ce mai des la suplimentele alimentare. **Scopul lucrării.** Scopul studiului este analiza și evaluarea consumului de suplimente alimentare de către populația din Chișinău și unele efecte ale acestora. **Material și Metode.** Materialele utilizate au fost chestionarele privind consumul suplimentelor alimentare. În studiu au participat 100 de locuitori ai municipiului Chișinău cu vârstele cuprinse între 10 și 70 ani. Chestionarul a fost constituit din 12 întrebări. **Rezultate.** Analiza răspunsurilor din chestionar a permis să constatăm că, 95% dintre persoanele din studiu consumă suplimente alimentare. S-a confirmat că, 47% dintre respondenți consumă aceste produse la indicația medicului, 35% - din propria inițiativă, iar ceilalți la recomandarea farmacistului și a prietenilor. Reacțiile adverse au fost înregistrate la 22% dintre cei intervievați, iar 77% dintre ei au utilizat mai frecvent suplimente alimentare în perioada pandemiei COVID-19. **Concluzii.** Suplimentele alimentare sunt utilizate de un număr foarte mare de locuitori ai municipiului Chișinău. Pandemia COVID-19 a sporit consumul suplimentelor alimentare, evidențiind efectele benefice ale unor nutrienți din componența acestora.

Cuvinte cheie: suplimente alimentare, nutriție, prevenție.