



Лекция



**Социальная
сущность
питания и
концептуальные
аспекты его
оптимизации**

***Основные
вопросы***

1

Социальная сущность питания и характеристика основных заболеваний и нарушений, связанных с питанием

2

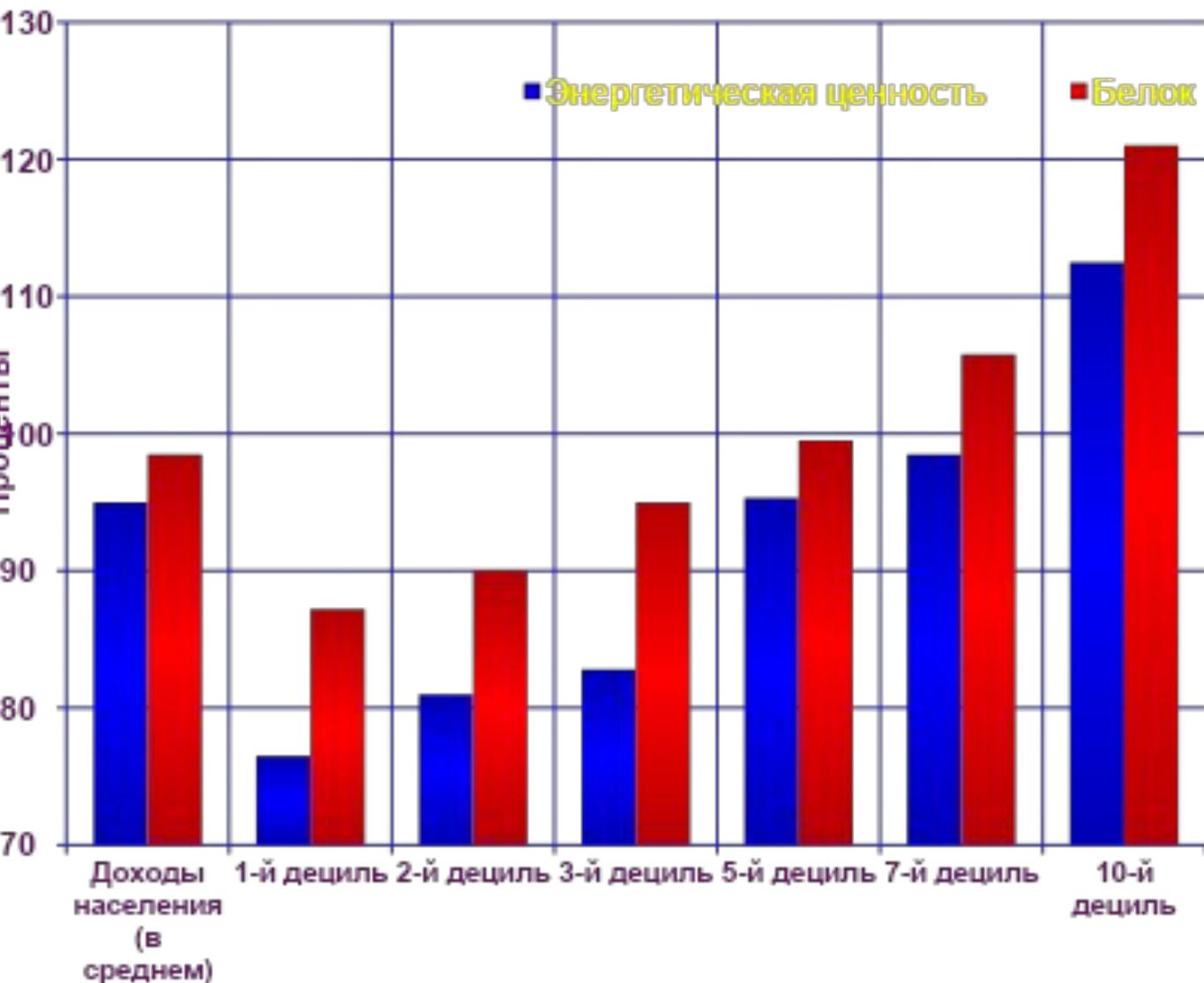
Концептуальные аспекты оптимизации питания населения

3

Основы нормирования в области гигиены питания

1 вопрос

**Социальная сущность
питания и
характеристика
основных заболеваний
и нарушений,
связанных с питанием**



Удовлетворение потребностей в энергии и белке в семьях с разными доходами

***Рост производительности труда после
месяца регулярного 2-разового питания
по месту работы***

Отрасль промышленности	Рост производительности труда, %
<i>Угольная</i>	6,2
<i>Металлургическая</i>	9,3
<i>Химическая</i>	11,1

***Рост количества отработанных
человеко-дней после получения
горячего питания в течение года***

Отрасль промышленности	Рост количества отработанных человеко-дней, %
<i>Угольная</i>	9,1
<i>Металлургическая</i>	14,9
<i>Химическая</i>	7,9



***Врачи непрестанно
трудятся над
сохранением
нашего здоровья, а
повара – над
разрушением его;
однако последние
более уверены в
успехе***

Дени Дидро

***Группы болезней,
этиологически,
патогенетически и
опосредованно
связанные с
питанием***

**1
группа**

**Первичные (экзогенные)
расстройства питания организма и
первичные болезни недостаточного
и избыточного питания –
алиментарные заболевания**

**2
группа**

**Вторичные (эндогенные)
расстройства питания организма и
вторичные болезни недостаточного и
избыточного питания**

**3
группа**

**Болезни с алиментарными
факторами риска патологии**

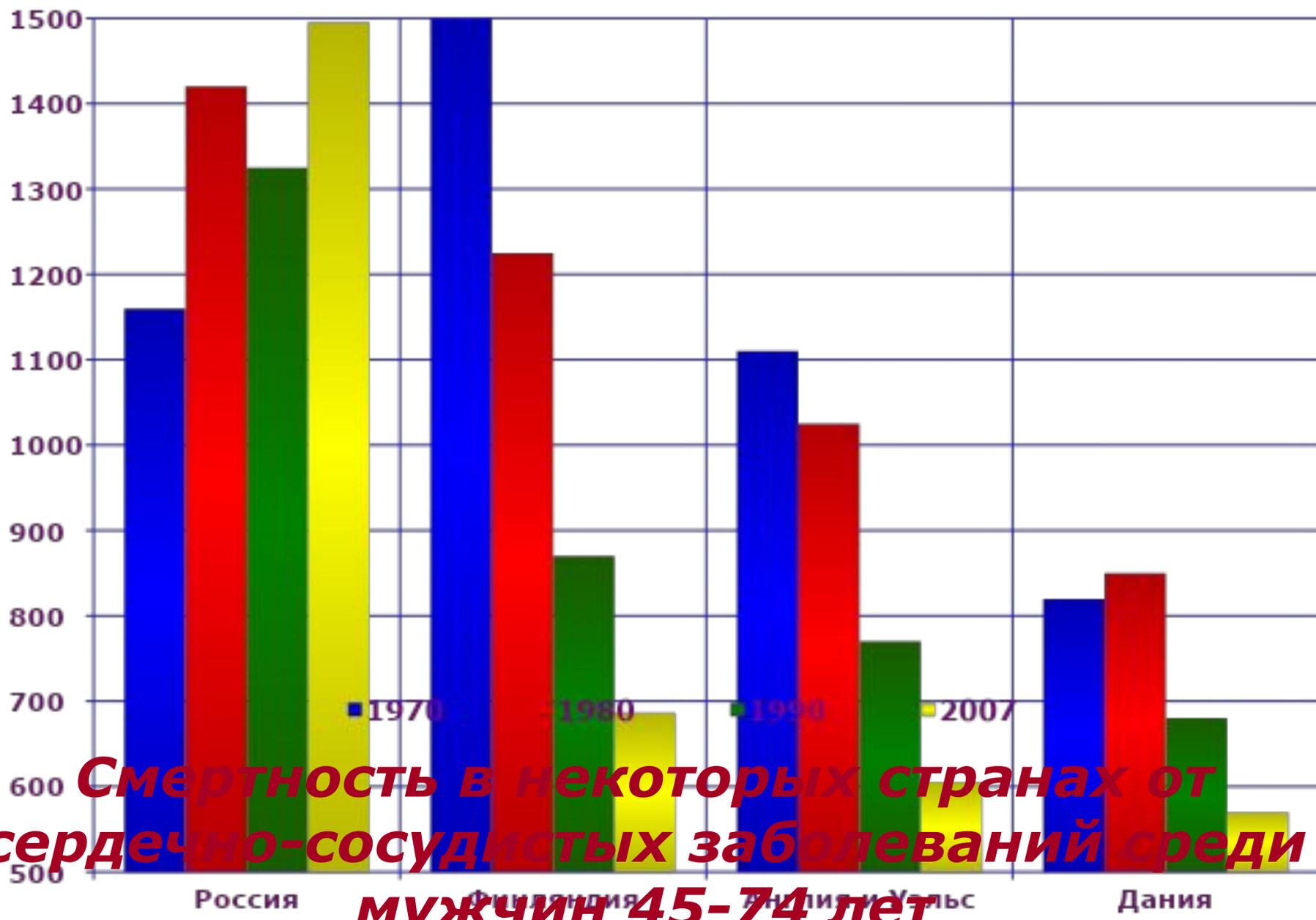
**4
группа**

***Болезни, обусловленные
пищевой
непереносимостью***

**5
группа**

***Болезни с алиментарными
факторами передачи
возбудителя патологии или
токсичного вещества***

Смертность от ССЗ на 100 тыс. чел.



Смертность в некоторых странах от сердечно-сосудистых заболеваний среди мужчин 45-74 лет

2 вопрос

**Концептуальные
аспекты
оптимизации
питания
населения**

Цель XXI века в области питания

***Обеспечение
всего населения
планеты
здоровым
(оптимальным)
питанием***

Пища XXI века

**Натуральные продукты питания
с высокой пищевой и биологической
ценностью**

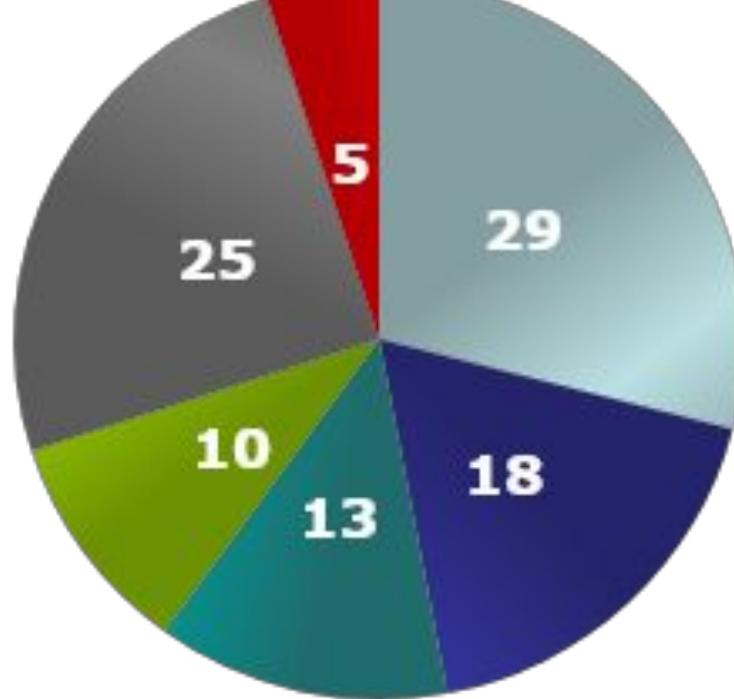
+

**Натуральны
е
продукты,
обогащенны
е
незаменимы
ми
факторами
питания**

+

+

**Биологическ
и
активные
добавки к
пище**



- Овощи, фрукты, бобовые
- Зерновые
- Картофель
- Мясо, птица, рыба, яйца
- Молочные продукты
- Жиры

**Структура сбалансированного
пищевого
рациона XXI века (проценты)**

**ОСНОВЫ
государственной политики
Российской Федерации
в области здорового питания
населения на период до
2020 года**

**Утверждены распоряжением
Правительства РФ
от 25 октября 2010 г.
№ 1873-р**

***Целями
государственной
политики в области
здорового питания
являются:***

1

- **Сохранение и укрепление здоровья населения**
- **Профилактика заболеваний, обусловленных неполноценным и несбалансированным питанием**

2

**Основными
задачами
государственной
политики в области
здорового питания
являются:**

- **Расширение отечественного производства основных видов продовольственного сырья, отвечающего современным требованиям качества и безопасности**
- **Развитие производства пищевых продуктов, обогащенных незаменимыми компонентами, специализированных продуктов детского питания, продуктов функционального назначения, диетических (лечебных и профилактических) пищевых продуктов и биологически активных добавок к пище, в том числе для питания в организованных коллективах (трудовые, образовательные и др.)**

3

Разработка и внедрение в сельское хозяйство и пищевую промышленность инновационных технологий, включая био- и нанотехнологии

4

Совершенствование организации питания в организованных коллективах, обеспечения полноценным питанием беременных и кормящих женщин, а также детей в возрасте до 3 лет, в том числе через специальные пункты питания и магазины, совершенствование диетического (лечебного и профилактического) питания в лечебно-профилактических учреждениях как неотъемлемой части лечебного процесса

5

**Разработка
образовательных
программ для различных
групп населения по
вопросам здорового
питания**

6

**Мониторинг
состояния питания
населения**

***Направления
реализации
государственной
политики в области
здорового
питания***

1

***Разработка и принятие
технических регламентов,
касающихся продуктов
питания***

2

***Законодательное закрепление
усиления ответственности
производителя за выпуск не
соответствующей установленным
требованиям и
фальсифицированной пищевой
продукции***

3

Разработка национальных стандартов, обеспечивающих соблюдение требований технических регламентов, касающихся пищевых продуктов и продовольственного сырья

4

Совершенствование механизмов контроля качества производимых на территории Российской Федерации и поставляемых из-за рубежа пищевых продуктов и продовольственного сырья

5

Разработка комплекса мероприятий, направленных на снижение распространенности заболеваний, связанных с питанием

6

Законодательное обеспечение условий для инвестиций в производство витаминов, ферментных препаратов для пищевой промышленности, пробиотиков и других пищевых ингредиентов, продуктов массового потребления, обогащенных витаминами и минеральными веществами, продуктов функционального назначения, диетических (лечебных и профилактических) продуктов, продуктов для питания здоровых и больных детей

7

Обеспечение приоритетного развития фундаментальных исследований в области современных биотехнологических и нанотехнологических способов получения новых источников пищи и медико-биологической оценки их качества и безопасности

8

Разработка и внедрение единых форм государственной статистической отчетности о заболеваемости, связанной с нарушением питания, в том числе с анемией, недостаточностью питания, ожирением, болезнями органов пищеварения, а также о грудном вскармливании детей

9

Разработка и внедрение программ государственного мониторинга питания и здоровья населения на основе проведения специальных исследований индивидуального питания, в том числе групп риска (дети раннего возраста, беременные и кормящие женщины, малоимущее население), включая вопросы безопасности и развития распространенных алиментарно-зависимых состояний

10

Усиление пропаганды здорового питания населения, в том числе с использованием средств массовой информации

**Ожидаемые
результаты
реализации
государственной
политики в области
здорового
питания**

1

Обеспечение 80-95 процентов ресурсов внутреннего рынка основных видов продовольственного сырья и пищевых продуктов за счет продуктов отечественного производства

2

Увеличение доли производства продуктов массового потребления, обогащенных витаминами и минеральными веществами, включая массовые сорта хлебобулочных изделий, а также молочные продукты, - до 40-50 процентов общего объема производства

3

Увеличение доли производства молочных и мясных продуктов со сниженным содержанием жира - до 20-30 процентов общего объема производства

4

Увеличение доли производства отечественного мясного сырья и продуктов его переработки - до 45-50 процентов общего объема производства (в том числе мяса птицы - в 2 раза)

5

Увеличение доли отечественного производства пищевой рыбной продукции, включая консервы, - до 7-8 процентов общего объема производства

6

Увеличение доли отечественного производства овощей и фруктов, а также продуктов их переработки - до 40-50 процентов общего объема производства (в том числе продуктов органического производства)

7

Достижение уровня обеспечения сбалансированным горячим питанием в организованных коллективах, в том числе трудовых, - не менее 80 процентов лиц, входящих в состав организованных коллективов

8

Обеспечение 80 процентов рынка специализированных продуктов для детского питания, в том числе диетического (лечебного и профилактического), за счет продуктов отечественного производства

- **9** Увеличение доли детей в возрасте 6 месяцев, находящихся на грудном вскармливании, - до 50 процентов общего количества детей в возрасте 6 месяцев
- **10** Снижение заболеваемости среди детей и подростков, связанных с питанием (анемия, недостаточность питания, ожирение, болезни органов пищеварения), - до 10 процентов

11

- **Повышение числа обучающихся в общеобразовательных учреждениях детей, отнесенных к первой группе здоровья, - на 1 процент и детей, отнесенных ко второй группе здоровья, - на 2 процента**
- **Повышение адекватной обеспеченности витаминами детей и взрослых - не менее чем на 70 процентов**

12

13

- ***Снижение распространенности ожирения и гипертонической болезни среди населения - на 30 процентов, сахарного диабета - на 7 процентов***

3 вопрос

**ОСНОВЫ
нормирования
в области
гигиены
питания**

**Направления
нормирования
в области
гигиены питания**

```
graph TD; A[Направления нормирования в области гигиены питания] --- B[Обеспечение безопасности питания]; A --- C[Обеспечение высокой пищевой ценности питания];
```

**Обеспечение
безопасности
питания**

**Обеспечение
высокой
пищевой
ценности
питания**

***Назначение
норм пищевой
ценности
питания***

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

***Основные
виды норм
питания***

1

2

*(например, минимальная
продовольственная корзина)*

3

4

5

6

Рекомендуемые объемы потребления пищевых продуктов (2010)

Группа продуктов	Рекомендуемый объем, кг/чел. в год
Хлебобулочные изделия в пересчете на муку: мука, крупы, бобовые (всего)	95-105
В том числе мука пшеничная, обогащенная микронутриентами	30-40
Картофель	95-100
Овощи и бахчевые	120-140
Фрукты и ягоды	90-100
Мясо и мясопродукты (всего)	70-75
В том числе:	
говядина	25
баранина	1

Группа продуктов	Рекомендуемый объем, кг/чел. в год
свинина	14
птица	30
Молоко и молочные продукты в пересчете на молоко (всего)	320-340
В том числе обогащенные микронутриентами	70-100
Из них молоко, кефир, йогурт:	
1,5-3,2% жирности	60
0,5-1% жирности	50
Молоко животное	4
Творог жирный	9
Творог с жирностью < 9%	9
Сметана	4
Сыр	6
Рыба и рыбопродукты	18-22
Сахар	24-28

Группа продуктов	Рекомендуемый объем, кг/чел. в год
Масло растительное	10-12
Соль	2,5-3,5
Яйца	260 штук

Примечание. Рекомендуемые объемы потребления пищевых продуктов рассчитаны с учетом их использования, в том числе для производства пищевых продуктов, блюд и напитков

***Уровни
нормирования
питания***

1 уровень

Оптимальный
Строго
учитывающий
индивидуальные
потребности
организма в
пищевых веществах
и энергии
(оптимальное
питание)

2 уровень

Допустимый

**Обеспечивающий
сохранение здоровья
и работоспособности
у подавляющего
большинства
представителей той
или иной популяции,
когорты
(рациональное
питание)**

3 уровень

Максимально (или предельно) допустимый

При котором допускается некоторое временное снижение работоспособности, временное ухудшение здоровья, например, в чрезвычайных ситуациях, в условиях военного времени

4 уровень

Максимальный или предельно переносимый, уровень выживания

Допускающий снижение работоспособности, ухудшение здоровья, рассчитан на применение в исключительных ситуациях военного времени, в сложнейших чрезвычайных ситуациях

Принципы нормирования питания

```
graph TD; A((Принципы нормирования питания)) --- B[Учет современных научных концепций]; A --- C[Профилактическая направленность]; A --- D[Оптимальная сбалансированность]; A --- E[Социальная сбалансированность]; A --- F[Дифференциация по возрасту]; A --- G[Учет физиологических состояний]; A --- H[Учет традиций в области питания]; A --- I[Комплексность]; A --- J[Относительность (динамичность) норм]; A --- K[Международная интеграция]; A --- L[Направленность на перспективу]; A --- M[Учет климатических факторов]; A --- N[Дифференциация по полу]; A --- O[Учет характера труда];
```

Учет современных научных концепций

Профилактическая направленность

Оптимальная сбалансированность

Социальная сбалансированность

Учет характера труда

Дифференциация по возрасту

Дифференциация по полу

Учет физиологических состояний

Учет климатических факторов

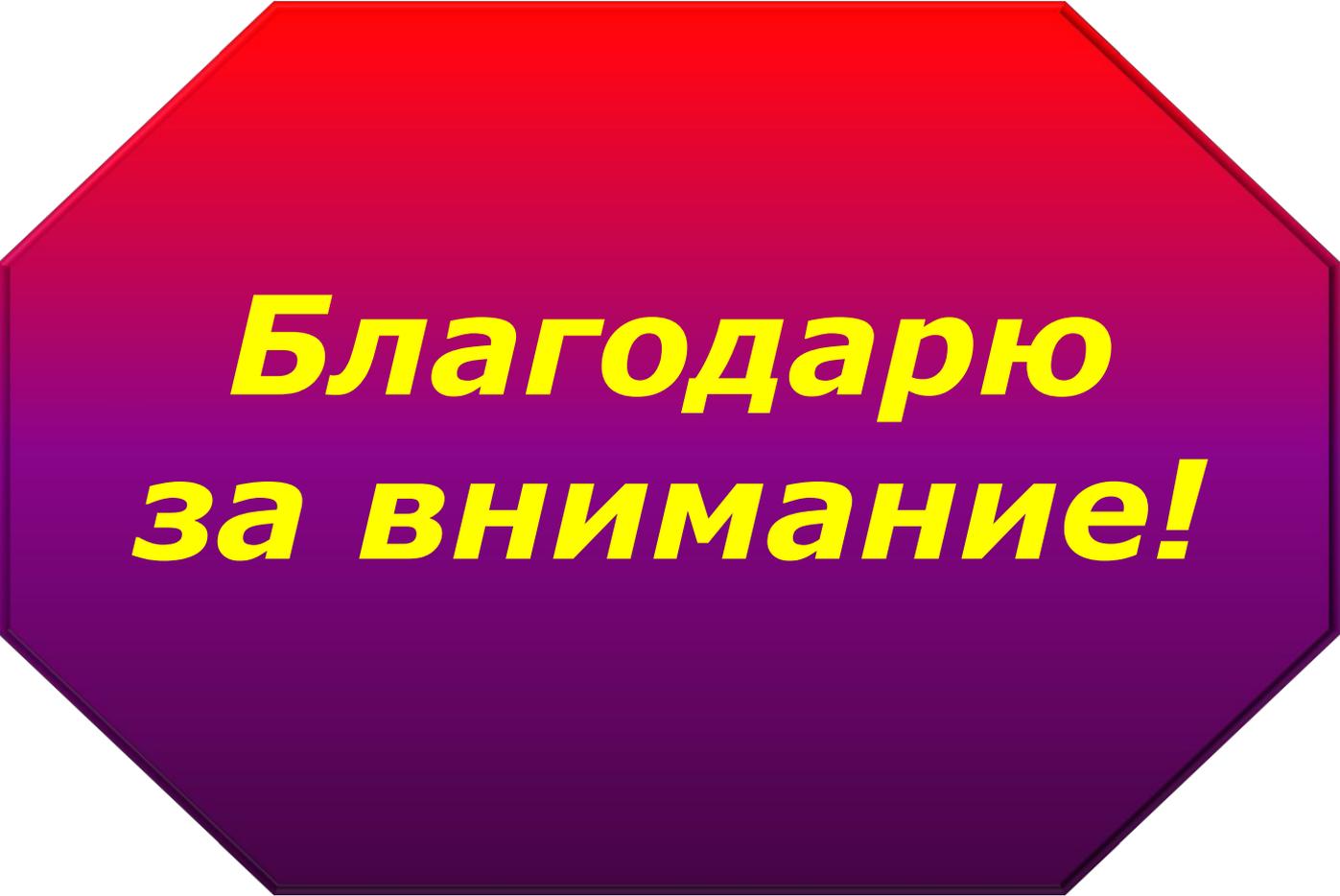
Учет традиций в области питания

Направленность на перспективу

Международная интеграция

Относительность (динамичность) норм

Комплексность



***Благодарю
за внимание!***