

## **ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, СВЯЗАННЫЕ С ПИТАНИЕМ**

*Кедров И.И., Сычик С.И., Федоренко Е.М.  
Республиканское унитарное предприятие  
«Научно-практический центр гигиены»,  
Беларусь, г.Минск,*

*В статье представлены данные об основных факторах риска развития неинфекционных заболеваний, связанных с питанием (насыщенные жиры, соль, сахара, трансизомеры жирных кислот), их уровнях в рационах населения республики, принимаемых профилактических мерах.*

***Ключевые слова:** неинфекционные заболевания; питание; насыщенные жиры; соль (натрий); сахара; трансизомеры жирных кислот*

## **THE RISK FACTORS FOR THE DEVELOPMENT OF NONCOMMUNICABLE DISEASES CONNECTED WITH NUTRITION**

*Kedrova I.I., Sychik S.I., Fedorenko E.V.  
Republican Unitary Enterprise «Scientific Practical Centre of Hygiene», Minsk*

*The primary nutrition-related risk factors for the development of noncommunicable diseases (saturated fats; sodium; sugars; trans fatty acids), levels of their content in rations of the population of the Republic, as well as the preventive measures taken are described in the article.*

***Keywords:** noncommunicable diseases; nutrition; saturated fats; sodium; sugars; trans fatty acids.*

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в Европейском регионе на четыре основные группы неинфекционных заболеваний (НИЗ) – болезни системы кровообращения, диабет, онкологические и хронические респираторные заболевания, приходится 77 % всего бремени болезней и почти 86 % преждевременной смертности. Ведущими факторами риска считаются избыточная масса тела, избыточное потребление энергии, насыщенных жиров, трансжиров, сахара и соли, а также недостаточное потребление овощей и фруктов, продуктов с использованием цельного зерна [1].

На международном и национальном уровнях уделяется пристальное внимание вопросам профилактики НИЗ, снижения влияния на человека факторов риска их возникновения.

Указанные проблемы и направления деятельности для их решения отражены в положениях Венской декларации о питании и неинфекционных заболеваниях в контексте политики Здоровье-2020, в Европейском Плане действий в области пищевых продуктов и питания на 2015-2020 гг., других документах.

В материалах ВОЗ подчеркивается, что среди вопросов профилактики НИЗ большое внимание должно уделяться улучшению рациона питания, повышению качества пищевых продуктов. При этом отмечается необходимость комплексных стратегий для уменьшения содержания соли, сахара, насыщенных жиров, трансизомеров жирных кислот в обработанных продуктах.

Результаты исследований фактического питания различных групп населения, проведенные республиканским унитарным предприятием «Научно-практический центр гигиены» в 2003-2015 гг., свидетельствуют, что одной из основных характеристик является избыточное потребление жиров. Средние величины их относительного содержания в суточных рационах, как правило, существенно превышали рекомендуемый уровень (~ 30 % от энергетической ценности рациона (ЭЦ)) и у отдельных категорий населения (в частности, у мужчин трудоспособного возраста) доходили до 40 % ЭЦ. Средние величины относительного содержания насыщенных жирных кислот варьировали, как правило, в диапазоне 13-16 % ЭЦ, также существенно превышая рекомендуемый уровень (не более 10 % ЭЦ).

Содержание добавленных сахаров в рационах мужчин, как правило, не превышало рекомендуемый уровень (не более 10 % ЭЦ), в рационах женщин их содержание было повышенным и варьировало в диапазоне 11-13 % ЭЦ. У детей отмечались высокие уровни потребления добавленных сахаров: их содержание в рационах варьировало от 11 % ЭЦ до 15 % ЭЦ.

По результатам выполненного в 2016-2017 гг. под эгидой ВОЗ STEPS-исследования факторов риска НИЗ в Беларуси среднее потребление соли составляет 10,6 г/день, что в два раза превышает рекомендованный ВОЗ уровень (менее 5 г/день) [2].

Указанные данные свидетельствуют об актуальности вопросов профилактики неинфекционных заболеваний среди населения республики.

Согласно отчету Европейского регионального бюро ВОЗ «Улучшение показателей по неинфекционным заболеваниям: барьеры и возможности систем здравоохранения. Страновая оценка: Беларусь» (2016 г.), при оценке таких характеристик, как снижение потребления соли и содержание соли в пищевых продуктах, исключение из рациона трансжирных кислот, снижение потребления свободных сахаров, увеличение потребления фруктов и овощей, снижение воздействия рекламы пищевых продуктов и безалкогольных напитков на детей, выполнение данных вмешательств на уровне популяции было оценено как ограниченное или умеренное [3].

Подпрограммой 2 «Профилактика и контроль неинфекционных заболеваний» Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2016 – 2020 годы предусмотрены мероприятия, направленные на:

ограничение ориентированной на детей рекламы пищевой продукции с высоким содержанием сахара, соли, жира;

актуализацию и реализацию требований к организации питания отдельных категорий населения (детское население, лица, находящиеся в организациях здравоохранения, в учреждениях социального обслуживания, на оздоровлении) с учетом снижения содержания соли, сахара, увеличения количества свежих овощей и фруктов;

разработку и внесение в законодательство изменений в части ужесточения гигиенических нормативов содержания трансизомеров жирных кислот в отдельных видах масложировой продукции, снижение содержания сахара в рецептурах кисломолочной продукции, другой продукции для детей дошкольного и школьного возраста, снижение содержания соли в колбасных изделиях, плодоовощных консервах, расширение ассортимента хлебобулочных изделий со сниженным содержанием соли.

Принимаются меры по уменьшению потребления детьми соли и сахара в учреждениях образования. Соответствующие предложения Министерства здравоохранения Республики Беларусь учтены при внесении изменений в постановление Совета Министров Республики Беларусь от 27.04.2013 № 317 «О нормах питания и денежных нормах расходов на питание обучающихся, а также участников образовательных мероприятий из числа лиц, обучающихся в учреждениях образования» в части норм питания учащихся кадетских училищ, проживающих в общежитии (количество сахара уменьшено до 45 г, соли – до 5 г). В отношении других категорий учащихся обоснована необходимость внесения соответствующих изменений в нормы питания, рецептуры блюд и кулинарных изделий (уменьшить в рецептурах блюд и кулинарных изделий закладку сахара – на 20-25%, соли – на 30-35%).

Вопросы разработки критериев для отнесения к пищевой продукции с высоким содержанием соли, сахара, жира, позволяющих обосновать ограничение рекламы такой продукции, ориентированной на детей, включены в планы научных исследований.

В документы законодательства в области санитарно-эпидемиологического благополучия населения внесены изменения в части ужесточения гигиенических нормативов к содержанию трансизомеров жирных кислот в отдельных видах масложировой продукции, к указанию данного показателя на маркировке пищевой продукции.

В рамках Евразийского экономического союза Министерством здравоохранения Республики Беларусь предложено при внесении изменений в технический регламент Таможенного союза «Пищевая продукция в части ее

маркировки» (ТР ТС 022/2011) дополнить соответствующих раздел положением о необходимости указания на маркировке, наряду с количеством белков, жиров, углеводов, энергетической ценности (калорийности), количества насыщенных жиров, суммарного количества сахаров (моно- и дисахаридов), натрия (или соли). Указанное направлено на гармонизацию ТР ТС 022/2011 с требованиями документов Комиссии Кодекс Алиментариус (CAC/GL 2-1985, в ред. 2017 г.).

Повышение уровня осведомленности населения о пищевых продуктах, обеспечение их информированного выбора являются важными шагами, направленными на оптимизацию питания.

Таким образом, в Республике Беларусь предпринимаются системные меры, направленные на снижение влияния факторов риска НИЗ, связанных с питанием.

#### Список литературы

1 План действий в области пищевых продуктов и питания на 2015-2020 гг. – Копенгаген : Европейское региональное бюро ВОЗ, 2015. – 31 с.

2 Распространенность факторов риска неинфекционных заболеваний в Республике Беларусь. STEPS 2016 [Электронный ресурс] / Европейское региональное бюро ВОЗ. – Режим доступа: <http://www.euro.who.int/ru/countries/belarus/publications/prevalence-of-noncommunicable-disease-risk-factors-in-republic-of-belarus.-steps-2016-2017.-> Дата доступа: 14.05.2019.

3 Улучшение показателей по неинфекционным заболеваниям: барьеры и возможности систем здравоохранения. Страновая оценка: Беларусь [Электронный ресурс] / Европейское региональное бюро ВОЗ; М. Скарпединсдоттир [и др.]. – Режим доступа: <http://www.euro.who.int/ru/countries/belarus/publications/better-noncommunicable-disease-outcomes-challenges-and-opportunities-for-health-systems-belarus-country-assessment-2016.-> Дата доступа: 14.05.2019.