

УДК 614.2 (470.43)

ПОЛИТИКА В ОБЛАСТИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

© 2012 Г.П. Котельников, Н.Н. Крюков, О.В. Сазонова, И.Ф. Сухачева,
А.В. Галицкая

Самарский государственный медицинский университет

Поступила в редакцию 03.10.2012

В статье показан системный анализ фактического питания населения Самарской области как на популяционном, так и на индивидуальном уровнях, которое характеризуется избыточным потреблением жиров и добавленного сахара – основных факторов риска развития ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний, диабета. Обоснована необходимость принятой областной целевой программы оздоровления характера питания населения региона.

Ключевые слова: *региональная программа, фактическое питание, риск недостаточного потребления пищевых веществ, заболеваемость*

Питание является одним из важнейших факторов, определяющих здоровье населения. Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей, способствует профилактике заболеваний, продлению жизни, повышению работоспособности и создает условия для адекватной адаптации их к окружающей среде. С 2009 г. Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации в рамках реализации приоритетного национального проекта «Здоровье» приступило к осуществлению программы «Здоровая Россия». В 2010 г. Правительством Российской Федерации были приняты «Доктрина продовольственной безопасности» и «Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года». В августе того же года на государственном уровне были утверждены «Рекомендуемые объемы потребления пищевых продуктов». Не вызывает сомнения то, что реализация принятых документов в субъектах Российской Федерации требует конкретизации с учетом региональных особенностей и традиций. Поэтому было необходимо проведение системного анализа состояния питания населения и связи его со здоровьем, как на популяционном, так и индивидуальном уровнях. Результаты такого анализа были использованы

для обоснования и разработки областной целевой программы «Здоровое питание населения Самарской области на 2012-2015 годы», как одного из рычагов укрепления здоровья и улучшения демографической ситуации в регионе.

Самарская область является одним из крупных промышленных регионов Российской Федерации с высокой частотой заболеваний сердечно-сосудистой и эндокринной систем, злокачественных новообразований у населения, причины которых в значительной степени обусловлены нарушениями питания (табл. 1). Уровень общей заболеваемости, а также при патологии пищеварительной, эндокринной систем и злокачественных новообразований, причины которых в значительной степени обусловлены алиментарным фактором, выше аналогичных показателей по Российской Федерации. В структуре смертности населения Самарской области более 60% занимают болезни, связанные с питанием: заболевания сосудов и сердца – 51%, онкологические болезни – 13%; болезни органов пищеварения – 4% (рис. 1). Исследование фактического питания выполнено на значительных выборках взрослого населения с использованием частотного метода, в том числе с количественной оценкой потребления пищи.

Несмотря на положительные тенденции, наблюдаемые в последние годы в структуре фактического питания населения Самарской области, которые характеризуются ростом потребления фруктов, мясо-, молокопродуктов и рыбы, в целом оно не соответствует современным принципам построения оптимальных рационов (табл. 2). Самарскую область отличают более низкие, чем в среднем по России, величины потребления большинства основных групп пищевых продуктов: наиболее значимые отличия от рекомендуемых величин относятся к потреблению картофеля, овощей, фруктов и ягод.

*Котельников Геннадий Петрович, академик РАМН, доктор медицинских наук, профессор, ректор
Крюков Николай Николаевич, доктор медицинских наук, профессор, проректор по научной и инновационной работе*

Сазонова Ольга Викторовна, доктор медицинских наук, доцент, директор НИИ гигиены и экологии человека

*Сухачева Инна Федоровна, кандидат медицинских наук, заведующая лабораторией гигиены окружающей среды НИИ гигиены и экологии человека
Галицкая Анна Владимировна, научный сотрудник НИИ гигиены и экологии человека*

Таблица 1. Впервые выявленная заболеваемость всего населения Самарской области по некоторым классам болезней
(Самарский статистический ежегодник, Российский статистический ежегодник)

Класс болезни	На 1000 человек населения				
	Самарская область				РФ
	2001	2005	2010	СМУ*	2010
Все болезни	802,7	865,1	944,7	875,5	779,6
из них:					
новообразования	11,2	13,0	17,8	13,8	10,8
болезни крови, кроветворных органов	3,6	3,9	3,7	4,1	4,9
болезни эндокринной системы, расстройства питания	8,5	9,96	12,1	11,9	10,2
болезни системы кровообращения	18,7	23,2	25,1	25,5	26,1
болезни органов дыхания	327,9	356,2	390,1	358,3	323,8
болезни органов пищеварения	37,8	39,8	41,2	39,8	33,4
болезни кожи и подкожной клетчатки	50,3	55,5	59,2	55,4	48,2
болезни мочеполовой системы	46,0	61,2	81,9	60,1	47,9
врожденные аномалии	1,8	2,6	3,7	2,5	2,1

Примечание: * - средний многолетний уровень

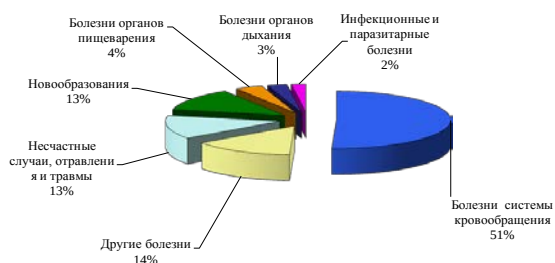


Рис. 1. Структура общей смертности населения Самарской области
(Самарский статистический ежегодник)

Анализ соотношений основных пищевых веществ фактического рациона питания населения Самарской области свидетельствует о негативных тенденциях, выражающихся, главным образом, ростом потребления жира (более 36% от общей калорийности рациона в 2009 г. по сравнению с 31% в 2000 г.) (рис. 2) Одновременно несколько возросло потребление белка и значительно снизилось суммарное количество углеводов. Данную ситуацию следует расценивать как неблагоприятную.

Таблица 2. Динамика потребления основных пищевых продуктов в Самарской области в 2000-2010 гг. (кг/год на человека)
(Потребление продуктов питания в домашних хозяйствах)

Наименование группы продуктов	Самарская область			ПФО	РФ
	2000	2005	2010	2010	2010
хлеб и хлебные продукты	81,5	102,1	94,9	106,3	101,5
картофель	63,6	58,7	45,1	65,9	66,3
овощи и бахчевые	64,4	87,0	96,3	94,6	96,5
фрукты и ягоды	25,9	52,7	71,2	67,2	70,2
мясо и мясные продукты	51,0	65,9	72,3	74,8	79,0
молоко и молочные продукты	205,2	253,8	262,4	252,0	262,5
яйца (штук)	203	237	244	211	211
рыба и рыбные продукты	12,3	15,7	22,1	20,2	21,2
сахар и кондитерские изделия	26,6	28,7	27,8	33,4	32,5
масло растительное и другие жиры	8,2	10,6	9,7	10,7	11,2

«Рекомендуемые объемы потребления пищевых продуктов» также были использованы для оценки продовольственной безопасности Самарской области. Анализ производства и расчетной потребности основных групп пищевых продуктов свидетельствует о достижении

продовольственной безопасности только по объемам зерновых продуктов и яиц (табл. 3). О разбалансированности рациона питания свидетельствует и данные проведенного индивидуального анкетирования лиц различных социально-демографических групп населения, которое

было выполнено на различных выборках взрослого населения (студенты младших и старших курсов, работающее население, всего – более 4

тыс. человек) с использованием частотного метода, в том числе с количественной оценкой потребления пищи.

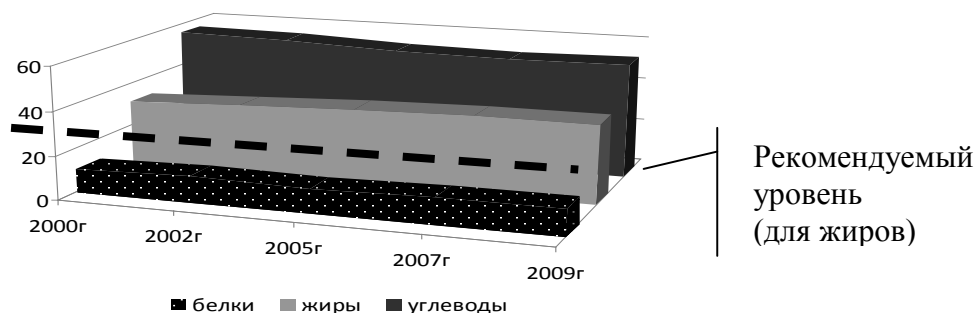


Рис. 2. Динамика потребления основных пищевых веществ

Для оценки пищевого статуса измеряли массу тела и рост обследуемых, на основании чего рассчитывали величину индекса массы тела (ИМТ). Статистическая обработка результатов исследования проводилась методами вариационной статистики, корреляционного анализа с использованием пакета статистических программ «Statistica», Microsoft Excel (2007), SPSS 11.5.

Таблица 3. Производство и расчетная потребность основных групп пищевых продуктов для населения Самарской области (2010 г.)

Группы продуктов	Производство (тысяч тонн)	Потребность (тысяч тонн)
зерновые	489	322
картофель	267	311
овощи	175	418
скот и птица	92	234
молоко	399	1062
яйца (млн. шт.)	213	83

Среди обследованного работающего населения только 46,3% имели нормальную массу тела, тогда как у 41,5% была выявлена избыточная масса тела, а у 10,9% – ожирение. При этом среди женщин распространенность ожирения встречалась чаще, чем среди мужчин (18 и 7%, соответственно). В рационе питания отмечено высокое содержание жиров, сахара и кондитерских изделий, на фоне недостаточного потребления рыбы, молока, картофеля, хлеба, овощей и фруктов (табл. 4). В отличие от студентов работающее население в среднем потребляет достаточное количество овощей и фруктов, возрастает потребление хлебных, жировых, молочных продуктов и рыбы, одновременно снижается потребление сахара и кондитерских изделий.

Анализ потребления основных пищевых веществ (табл. 5) позволил сделать вывод о резких нарушениях соотношений между ними среди всех обследуемых групп населения: превышение доли суммарного потребления жира, насыщенных жирных кислот и добавленного сахара – основных факторов риска развития ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний, диабета и др.

Таблица 4. Потребление пищевых продуктов различными группами населения г. Самары

Группы продуктов	Количество продуктов, г/день	
	студенты	трудоспособное население
мужчины		
хлебопродукты	122,2	210,0
картофель	66,5	78,4
овощи	192,1	507,5
фрукты	102,6	158,0
мясопродукты	152,3	163,5
молочные продукты	222,3	268,4
рыбопродукты	12,7	32,6
жировые продукты	40,1	56,9
сахар, кондитерские изделия	159,9	101,1
яйца	19,4	11,7
женщины		
хлебопродукты	79,8	123,1
картофель	40,9	50,2
овощи	201,5	369,2
фрукты	118,9	199,0
мясопродукты	105,9	142,5
молочные продукты	218,4	250,1
рыбопродукты	17,1	31,9
жировые продукты	39,3	51,3
сахар, кондитерские изделия	130,0	90,7
яйца	15,4	12,3

Таблица 5. Доля основных пищевых веществ (% от общей калорийности рациона)

Группы	% по калорийности							
	белок	общие углеводы	общий жир	НЖК	ПНЖК	n-6 ПНЖК	n-3 ПНЖК	добавленный сахар
норма	10-15	55-60	30	10	6-10	5-8	1-2	10
студенты	13	43	41	15	7	7	1	12
работающее население	14	40	41	14	9	8	1	11

Отдельно следует остановиться на проблеме соответствия фактических рационов питания потребностям населения в витаминах и минеральных веществах. Если средние уровни потребления микронутриентов приближались к величинам определенными Нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для населения Российской Федерации, то более 20% обследуемых испытывали риск недостаточного (ниже 50%-го уровня) потребления витаминов группы В, около 7% кальция, 15% женщин – железа. Полученные данные по обеспеченности рациона обследуемого контингента микроэлементами свидетельствуют о необходимости расширения производства пищевых продуктов массового потребления, обогащенных витаминами и минеральными веществами.

Полученные данные о популяционных и индивидуальных характеристиках состояния здоровья и питания населения Самарской области, а также многочисленные подтверждения взаимосвязи питания и здоровья населения и возможности положительного влияния на здоровье путем изменения пищевого рациона и привычек в питании, свидетельствуют о необходимости активного «вмешательства» в сложившуюся структуру питания населения Самарской области. Принимая также во внимание, что Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 октября 2010 г. N 1873-р рекомендовало субъектам Российской Федерации при формировании и осуществлении региональных программ социально-экономического развития учитывать положения Основ государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года, существует настоятельная необходимость реализации целевой программы «Здоровое питание населения Самарской области» на 2012-2015 годы. Главной целью программы является сохранение и укрепление здоровья населения региона путем профилактики заболеваний, обусловленных избыточным и недостаточным, а также несбалансированным питанием.

Учитывая то, что в Самарской области обращается особое внимание на здоровье детского населения, программа предусматривает мероприятия, направленные на

увеличение распространенности грудного вскармливания, совершенствование системы организации питания в детских образовательных учреждениях. Результатом реализации программы должно явиться увеличение продолжительности жизни населения области за счет комплекса мероприятий, направленных на снижение распространенности ожирения, а также заболеваемости и смертности от сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, злокачественных новообразований и ряда других нозологий, причины развития которых обусловлены нарушениями питания.

Достаточно развитый агропромышленный комплекс Самарской области, несомненно, способен внести весомый вклад в укрепление здоровья населения не только области, но России в целом. Конечной целью новой идеологии является полное самообеспечение области необходимыми пищевыми продуктами. Несомненно, что необходимо предусмотреть возможность развития производства пищевой продукции, обладающей функциональными и лечебно-профилактическими свойствами, включая обогащение незаменимыми факторами (витаминами, минеральными веществами, пищевыми волокнами), пищевые продукты массового и специального назначения. Отдельный блок программы посвящен образовательным мерам в области здорового питания. Эти программы будут распространены как на специалистов (медиков, педагогов), так и на население в целом. При этом в распространении информации о здоровом питании должны принимать активное участие не только официальные средства массовой информации Самарской области, но и в качестве партнеров – коммерческие организации.

Как известно, любые профилактические мероприятия должны сопровождаться оценкой их эффективности, поэтому в программу включен блок мониторинга состояния питания населения области, который, по нашему мнению, должен реализовываться с участием областного управления статистики и Центров здоровья. Для осуществления реализации программы необходима планомерная и скоординированная деятельность различных министерств. Решается вопрос по организации экспертного совета по

здравоохранению, создан межкафедральный научный совет по проблемам питания. При успешном решении поставленных задач становится реальным осуществление главной цели данной программы – сохранение и укрепление

здоровья населения региона путем профилактики заболеваний, обусловленных недостаточным и избыточным, а также несбалансированным питанием.

POLICY IN THE FIELD OF HEALTHY NUTRITION OF SAMARA OBLAST POPULATION

© 2012 G.P. Kotelnikov, N.N. Kryukov, O.V. Sazonova, I.F. Sukhacheva,
A.V. Galitskaya

Samara State Medical University

In article the system analysis of the actual nutrition of the population in Samara oblast both on population, and on individual levels which is characterized by superfluous consumption of fats and added sugar – major risk factors of development the obesity, cardiovascular diseases, diabetes is shown. Need of the accepted regional target program of improvement the nature of nutrition of the population in the region is proved.

Key words: regional program, actual nutrition, risk of insufficient consumption of nutrition substances, case rate

*Gennadiy Kotelnikov, Academician of RAMS, Doctor of Medicine,
Professor, Rector*

*Nikolay Kryukov, Doctor of Medicine, Professor, Deputy Rector
on Scientific and Innovative Work*

*Olga Sazonova, Doctor of Medicine, Associate Professor, Director
of the Scientific Research Institute of Hygiene and Human Ecology*

*Inna Sukhacheva, Candidate of Medicine, Chief of the
Environmental Hygiene Laboratory at the Scientific Research
Institute of Hygiene and Human Ecology*

*Anna Galitskaya, Research Fellow at the Scientific Research
Institute of Hygiene and Human Ecology*