

**Секция «7. Развитие управленческого потенциала в инновационной экономике»**

**ПОТЕНЦИАЛ РЕАЛИЗАЦИИ КОНЦЕПЦИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ  
НА ГОСУДАРСТВЕННОМ, ОБЩЕСТВЕННОМ И  
ИНДИВИДУАЛЬНОМ УРОВНЕ**

*Мацук Елизавета Алексеевна*

*Москва, Россия*

*E-mail: Liza-mb@mail.ru*

*Научный руководитель*

*к. э. н. Азарова Светлана Петровна*

В современном мире существует проблема здоровья населения, которая находится в центре внимания ученых разных стран и международной общественности. Так, «Политическая декларация совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний (далее – НИЗ)» и борьбе с ними, констатирует, что глобальное бремя и угроза неинфекционных заболеваний — это один из основных вызовов развитию в XXI веке.<sup>1</sup>

Потребность в здоровье носит не только индивидуальный характер, но и общественный. Общественное здоровье оказывает огромное влияние на социально – экономическое развитие государства. Уровень общественного здоровья является наиболее ярким и всеобъемлющим показателем условий жизни, и, одновременно, зависит от них. Как подчеркивается в «Московской декларации», принятой Глобальной министерской конференцией по здоровому образу жизни и неинфекционным заболеваниям, в настоящее время НИЗ оказывают значительное влияние на службы здравоохранения всех уровней, на стоимость медицинской помощи, на кадровое обеспечение здравоохранения, а также на национальную производительность труда.<sup>2</sup>

По данным Всемирной организации здравоохранения (далее – ВОЗ), распространенность неинфекционных заболеваний является самой серьезной угрозой благополучию человечества: неинфекционные заболевания являются причиной 60% всех смертей в мире, а это 36 млн. человек в год; онкологические, сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет и болезни дыхательной системы уносят жизни 80% из этого числа.<sup>3</sup> По прогнозам ВОЗ, в случае бездействия, к 2030 году болезни, не связанные с инфекциями, будут уносить жизни около 52 млн. человек в день во всем мире, а потери государств составят около 47 трлн. долларов<sup>4</sup>. Международное сообщество с озабоченностью отмечает растущий уровень ожирения среди детей и молодежи. Отмечается также прямая связь ожирения, нездорового режима питания и недостатка физической активности с четырьмя главными неинфекционными заболеваниями.

По статистике ВОЗ, избыточным весом в разных странах страдают около 1,5 млрд. взрослых людей и еще 350 млн. склонны к ожирению.<sup>5</sup> Первое место по количеству людей, страдающих ожирением, занимает США. Ожирение в США является национальным бедствием. По самым скромным подсчетам, примерно две трети населения США страдают излишним весом. Второе место следует отдать Великобритании<sup>6</sup>. В

таких странах, как Мальта, Чехия, Германия, Словакия и Финляндия ожирением страдают около 20% населения.<sup>7</sup>

Необходимость решения проблемы ожирения признали более 150 государств, входящих в ООН, отмечая в качестве направлений деятельности сокращение факторов риска и создание благоприятных для здоровья условий. В принятой «Политической декларации совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними»<sup>8</sup> предусматривается ускорение осуществления общенациональных мер по ослаблению последствий неправильного питания путем принятия следующих мер:

a) разработки многопрофильной государственной политики, направленной на создание благоприятных для здоровья условий, которые позволяют отдельным лицам, семьям и общинам делать правильный выбор и вести здоровый образ жизни;

b) развития медицинского просвещения и медицинской грамотности, в том числе путем использования в школах и за их пределами, а также с помощью общественно-просветительских кампаний;

c) поощрения здорового питания и повышение физической активности среди всего населения, включая все аспекты повседневной жизни;

d) поощрения разработки эффективных с точки зрения затрат мер по сокращению содержания соли, сахара и насыщенных жиров и исключению трансжиров промышленного изготовления в продуктах питания;

e) поощрения осуществления набора рекомендаций Всемирной организации здравоохранения по сбыту детям продуктов питания и безалкогольных напитков, включая продукты с высоким содержанием насыщенных жиров, трансжирных кислот, свободных сахаров или соли;

f) поощрения производства и пропаганды продуктов массового питания, соответствующих требованиям здорового питания, в том числе путем изменения формул продуктов питания в целях производства более здоровых видов продуктов, которые недороги, доступны и соответствуют необходимым фактам в отношении питания и стандартам маркировки, включая информацию о содержании сахаров, соли и жиров, трансжиров;

g) облегчение производства и доступа для использования местных полезных для здоровья сельскохозяйственных продуктов, тем самым обеспечение продовольственной безопасности.

Признавая профилактику краеугольным камнем глобального реагирования на неинфекционные заболевания, международное сообщество констатирует, что ресурсы, выделяемые на борьбу с проблемами, которые неинфекционные заболевания создают на национальном, региональном и международном уровнях, несопоставимы масштабов этих проблем. Оно также признает необходимость консолидации вклада и важной роли всех заинтересованных сторон, в том числе индивидов, семей и сообществ, межправительственных организаций и религиозных институтов, гражданского общества, академических кругов, средств массовой информации, добровольных объединений, частного сектора и промышленных кругов, в деле поддержки национальных усилий по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними.

Рассматривая решение проблем по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними на государственном уровне, необходимо упомянуть о принятой «Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на

период до 2020 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р.<sup>9</sup>

В данном документе, разработанном с учетом рекомендаций ООН, в области питания государством поставлены следующие задачи: пропаганда и формирование здорового образа жизни; повышение ответственности работодателей за здоровье своих работников и населения за собственное здоровье; формирование культуры здорового питания населения. Тем самым Россия, вслед за международным сообществом, подтвердила необходимость поиска решений как на уровне всего государства, общества, так и со стороны каждого индивида.

Не умаляя роль государства в разработке и реализации государственной политики, направленной на создание благоприятных для здоровья условий, развития потребительской грамотности и поощрения производства и пропаганды продуктов массового питания, соответствующих требованиям здорового питания, важным видится достоверное информирование потребителей по вопросам питания с помощью общественно-просветительских кампаний, направленных на осознанное потребление.

Следует также подчеркнуть индивидуальную ответственность каждого за собственное здоровье, образ жизни, питание и вкусовые привычки. Способность обеспечить индивидуальную профилактику болезней и относиться к своему здоровью с вниманием – обязанность каждого человека. Личная стратегия здорового питания каждого человека должна включать следующие положения:

- 1) приобретение знаний в области здорового питания;
- 2) составление примерного личного рациона питания с учетом требования разнообразия, калорийности продуктов, состава основных пищевых веществ (белки, жиры, углеводы), наличия витаминов и минеральных веществ;
- 3) поддержание кратности питания (не менее четырех раз в день);
- 4) поддержание достаточности питьевой воды (1,5-2 л. чистой воды в день);
- 5) включение в рацион свежих, переработанных овощей, зелени и фруктов, мяса и рыбы, согласно представлениям о «пищевой пирамиде»;
- 6) сокращение потребления соли, сахара и насыщенных жиров, а также исключение из рациона питания продуктов, содержащих трансжиры;
- 7) сокращение потребления безалкогольных газированных напитков;
- 8) пропаганда продуктов массового питания, соответствующих требованиям здорового питания среди своей семьи и друзей, знакомых.

Кроме того, актуальным представляется проведение контроля собственного веса. «Индекс массы тела» до настоящего времени является важным при определении показаний для необходимости лечения. На уровне каждого индивида он позволяет определить степень соответствия массы человека и его роста и, тем самым, косвенно оценить, является ли масса недостаточной, нормальной или избыточной.

«Индекс массы тела (ИМТ)» рассчитывается по формуле:

$$I = m/h^2$$

где:  $m$  — масса тела в килограммах,  $h$  — рост в метрах, и измеряется в кг/м.

В соответствии с рекомендациями ВОЗ разработана следующая интерпретация показателей ИМТ<sup>10</sup>:

Индекс массы тела	Соответствие между массой человека и его ростом
16 и более	выраженный дефицит массы
16 - 18,5	недостаточная (дефицит) масса тела
18,5 - 25	норма
25 - 30	избыточная масса тела (предожирение)
30 - 35	ожирение первой степени
35 - 40	ожирение второй степени
40 и более	ожирение третьей степени (морбидное)

Индекс массы тела следует применять для ориентировочной оценки, например, попытка оценить с его помощью телосложение профессиональных спортсменов может дать неверный результат (высокое значение индекса в этом случае объясняется развитой мускулатурой). С учетом недостатков метода определения индекса массы тела был разработан индекс объема тела<sup>11</sup>.

Подводя итог вышеизложенному, следует признать, что на уровне государственных и негосударственных организаций, а также на личном уровне, забота россиян о своем здоровье только набирает силу. Главными мерами на уровне государства видится создание механизмов выполнения положений «Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года» и рекомендаций ООН в области питания. Общественно-просветительские кампании, имеющие целью развитие потребительской грамотности, в России развиты слабо, также, как консьюмеристское движение в целом. Потребительская грамотность населения растет, в основном, за счет информации, размещаемой в он-лайн пространстве, однако ее качество не всегда является достоверным.

Учитывая, что на законодательном уровне Россия приняла на себя обязательства по реализации рекомендаций ООН в области питания, потенциал реализации концепции здорового питания на государственном, общественном и индивидуальном уровне в России очень высок. Существенной при этом является задача консолидации всех заинтересованных сторон, в том числе индивидов, семей, социальных и потребительских сообществ, общественных и государственных организаций. [1] Политическая декларация совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний, принята резолюцией 66/2 Генеральной Ассамблеи от 19 сентября 2011 года [2] Московская декларация, принята Глобальной министерской конференцией по здоровому образу жизни и неинфекционным заболеваниям в Москве 28 и 29 апреля 2011 года [3] Информационный бюллетень №310, Июль 2013 г [4] Доклад Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) о ситуации в области неинфекционных болезней в мире, 27.04.11 [5] Информационный бюллетень №311 Март 2013 г. [6] <http://ruswww.com> [7] <http://statistic.su> [8] <http://www.un.org/ru> [9] «Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р. [10] <http://apps.who.int> [11] <http://www.bodyvolume.com>

### Литература

1. Политическая декларация совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний, принята резолюцией 66/2 Генеральной Ассамблеи от 19 сентября 2011 года

2. Московская декларация, принята Глобальной министерской конференцией по здоровому образу жизни и неинфекционным заболеваниям в Москве 28 и 29 апреля 2011 года
3. Доклад Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) о ситуации в области неинфекционных болезней в мире, 27.04.11
4. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р.
5. RusWWW Инновации и технологии <http://ruswww.com/ru/blog/statistika-ozhireniya-v-ssha-i-velikobritanii>