

Питание населения России

А.К.Батурин
ФГБУ «НИИ питания»

УТВЕРЖДЕНЫ
распоряжением Правительства
Российской Федерации
от 25 октября 2010 г. № 1873-р

О С Н О В Ы
государственной политики Российской Федерации в области здорового
питания населения на период до 2020 года



Распоряжение от 25 октября 2010 г. №1873-р

ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ОСНОВ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ОБЛАСТИ
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ НА ПЕРИОД ДО 2020 ГОДА

Распоряжение от 25 октября 2010 г. №1873-р

1. Утвердить прилагаемые Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года.
2. Минздравсоцразвития России с участием заинтересованных федеральных органов исполнительной власти в 3-месячный срок разработать и внести в Правительство Российской Федерации план мероприятий по реализации Основ государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года.
3. Рекомендовать органам исполнительной власти субъектов 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.

ения

сийской Федерации в области
дарственная политика в области
мероприятий, направленных на
летворение в соответствии с
ребностей различных групп
м их традиций, привычек и

йской Федерации от 10 августа
государственной политики в
йской Федерации на период до
и которой явилось принятие
зации программ, направленных
я региона, а также организация
оссийской Федерации центров

учения в области питания
требления пищевых продуктов
родуктов, фруктов и овощей),
ов, обогащается биологически
продуктов детского питания,
и молочных продуктов, а также

в организации детского и
кого) питания. В ряде регионов

Председатель Правительства
Российской Федерации **В.Путин**

«Основы государственной политики в области здорового питания на период до 2020 года»

Целевые индикаторы Показатели здоровья:

- Повышение распространенности грудного вскармливания до **40-50%** детей до 3 месяцев;
- Снижение числа детей и подростков со сниженным ростом и массой тела на **30-40%**
- Снижение распространенности неадекватной обеспеченности витаминами среди взрослого населения на **30-50%**
- Стабилизация и снижение на **15-30%** распространенности ожирения среди взрослого населения

ПРИОРИТЕТ – профилактика!

First global ministerial conference on healthy lifestyles and noncommunicable disease control

28-29 April 2011, Moscow, the Russian Federation



WHO/IOE

Moscow conference puts global focus on NCDs

The conference is a key milestone in the international campaign to curb the impacts of cancers, cardiovascular diseases, diabetes and chronic lung diseases. It is jointly organized by the Russian Federation and WHO, and takes place on 28-29 April 2011, Moscow, the Russian Federation.



FIRST GLOBAL MINISTERIAL CONFERENCE ON
HEALTHY LIFESTYLES AND
NONCOMMUNICABLE DISEASE CONTROL

28-29 April 2011
Moscow,
Russian Federation



World Health
Organization



MINISTRY OF PUBLIC HEALTH
AND SOCIAL
DEVELOPMENT
OF THE
RUSSIAN
FEDERATION

ПЕРВАЯ ГЛОБАЛЬНАЯ МИНИСТЕРСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ПО
ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ И
НЕИНФЕКЦИОННЫМ ЗАБОЛЕВАНИЯМ

Первая Глобальная министерская конференция по здоровому образу жизни и неинфекционным заболеваниям
(Москва, 28–29 апреля 2011 г.)

МОСКОВСКАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ



Организация Объединенных Наций

A/66/L.1



Генеральная Ассамблея

Distr.: Limited
16 September 2011
Russian
Original: English

Шестидесят шестая сессия

Пункт 117 повестки дня

Последующие меры по итогам Саммита тысячелетия

Проект резолюции, представленный Председателем
Генеральной Ассамблеи

Политическая декларация совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними

Генеральная Ассамблея

принимает Политическую декларацию совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними, приложенную к настоящей резолюции.



УКАЗ

ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

О совершенствовании государственной политики в сфере
здравоохранения

2. Правительству Российской Федерации совместно с органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации:

а) обеспечить дальнейшую работу, направленную на реализацию мероприятий по формированию здорового образа жизни граждан Российской Федерации, включая популяризацию культуры здорового питания, спортивно-оздоровительных программ, профилактику алкоголизма и наркомании, противодействие потреблению табака;

б) разработать до 1 января 2013 г. с участием общественных организаций Стратегию лекарственного обеспечения населения Российской Федерации на период до 2025 года и план ее реализации;

в) утвердить до 1 июля 2012 г. план мероприятий по реализации Основ государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года;



Президент

Российской Федерации

В.Путин

Москва, Кремль
7 мая 2012 года
№ 598



ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

РАСПОРЯЖЕНИЕ
от 30 июня 2012 г. № 1134-р

1. Утвердить прилагаемый план мероприятий по реализации Основ государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года.

2. Федеральным органам исполнительной власти обеспечить выполнение плана, утвержденного настоящим распоряжением, в пределах установленной Правительством Российской Федерации предельной численности работников федеральных органов исполнительной власти, а также бюджетных ассигнований, предусмотренных этим органам в федеральном бюджете на руководство и управление в сфере установленных функций.

3. Рекомендовать органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации при формировании и осуществлении региональных программ социально-экономического развития учитывать мероприятия плана, утвержденного настоящим распоряжением.

Председатель Правительства

Российской Федерации

Д.МЕДВЕДЕВ

Более чем в **100** городах России открыты и функционируют **700** Центров здоровья.

В центрах здоровья любой гражданин России может бесплатно получить рекомендации по поводу здорового образа жизни и отказу от вредных привычек, ему помогут подобрать диету, узнать, как правильно двигаться или бросить курить.

Многопрофильные специалисты ответят на вопросы, проведут тестирование и дадут рекомендации.



В 2014 году принято решение об организации на базе Центров здоровья кабинетов «Здоровое питание»

Источники информации о питании населения в Российской Федерации

- **Основанные на анализе группового питания:**
*баланс продовольствия,
семейные бюджеты,*
Индивидуальное потребление:
*регистрация
взвешивание порций,
пищевые дневники
воспроизведение по памяти
за предыдущие сутки,
частотный,
пищевой анамнез)*
- **Биомаркеры (исследования пищевого статуса):** *содержание пищевых веществ в крови или моче*

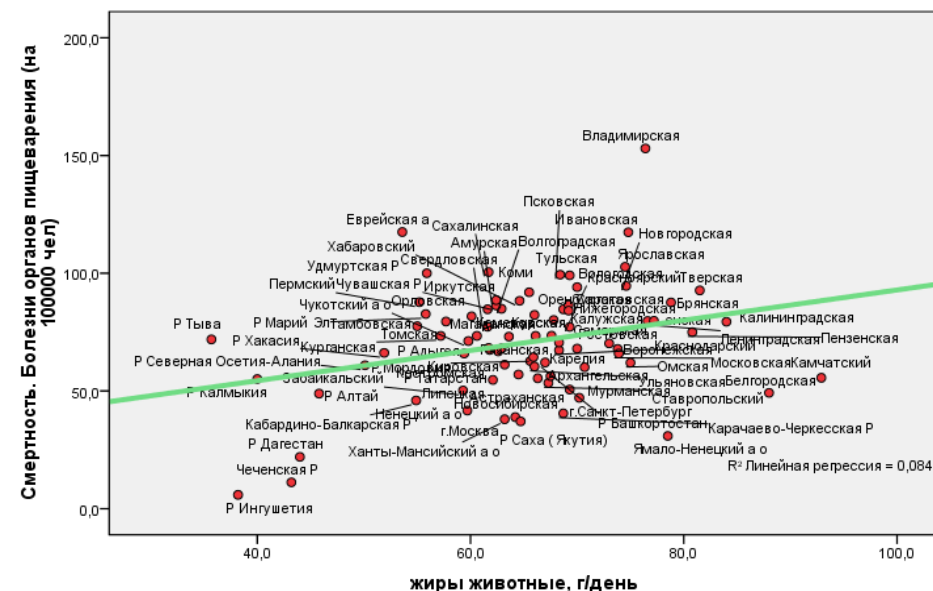
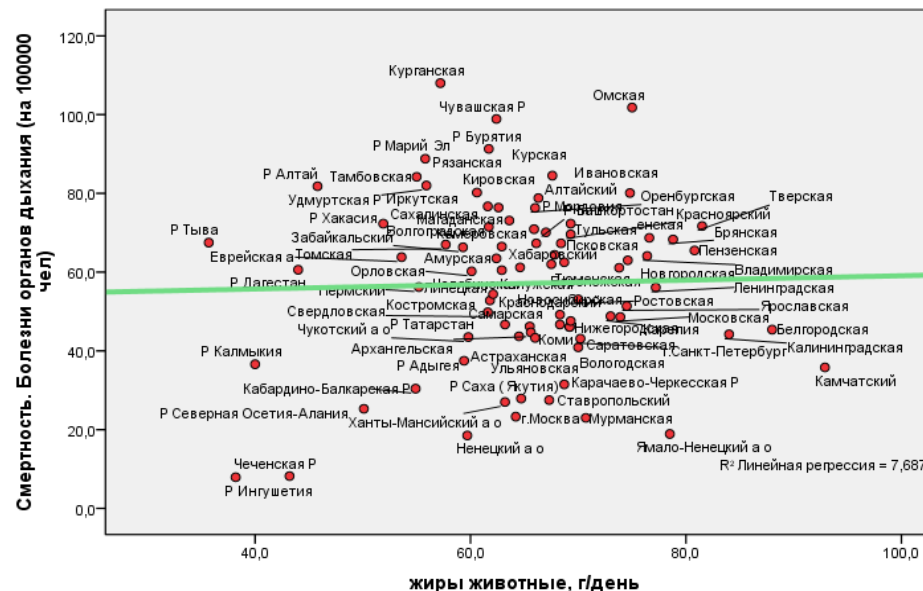
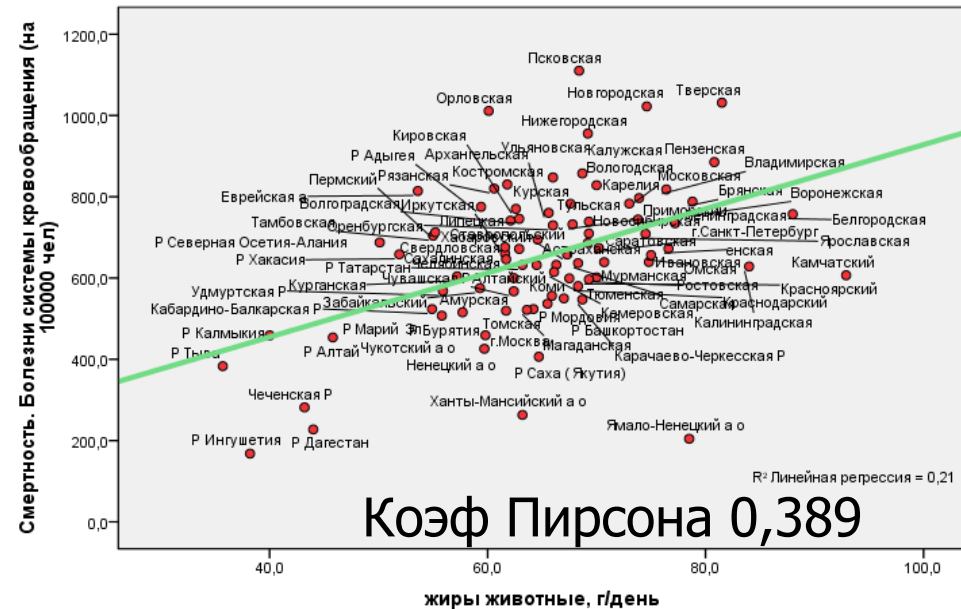
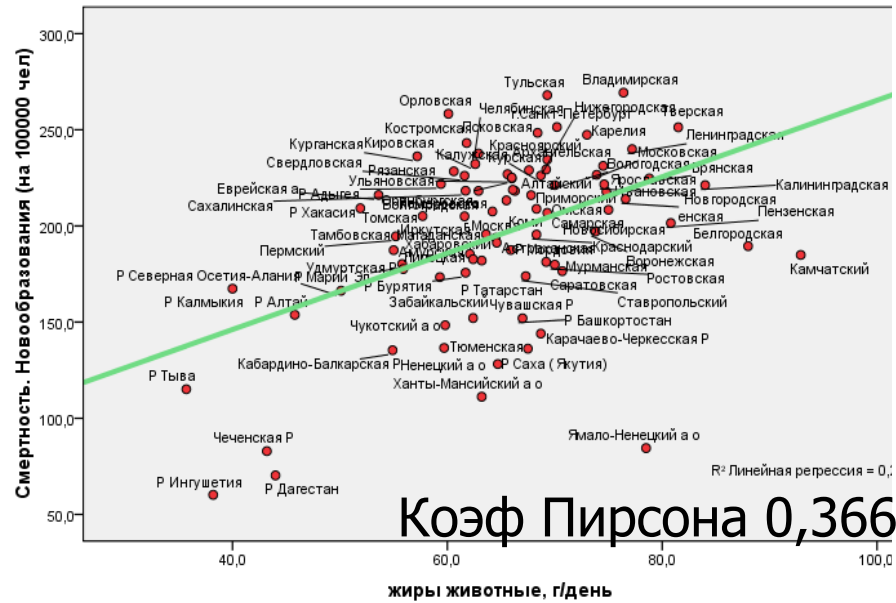
Динамика потребления основных групп пищевых продуктов населением Российской Федерации 2006 - 2014 гг. (кг/ год на одного чел., по данным бюджетного обследования)

Продукты, кг/год	2006 г.	2008 г.	2010 г.	2012 г.	2014 г.	2014/ 2006,%	Рекомендуемые	2014 г./ Рекомендуемые
Хлеб и хлебные продукты	107,3	109,9	101,5	98,1	95,4	89%	100	95%
Картофель	73,1	67,3	66,3	63,8	58,5	80%	97	60%
Овощи и бахчевые	88,0	89,3	96,5	99,6	97,7	111%	130	75%
Фрукты и ягоды	52,7	61,7	70,2	74,3	76,0	144%	95	80%
Сахар и кондитерские изделия	31,8	32,0	32,5	32,0	31,3	98%	26	120%
Мясо и мясные продукты	66,9	74,8	79,0	82,7	87,4	131%	72	121%
Рыба и рыбные продукты	17,0	19,7	21,2	21,7	22,3	131%	22	101%
Молоко и молочные продукты	244,4	246,5	262,5	267,4	265,5	109%	330	80%
Яйца (в штуках)	206	203	221	220	216	105%	260	83%
Масло растительное и др. жиры	10,7	10,6	11,2	10,8	10,5	98%	11	95%

Химический состав и энергетическая ценность рациона питания населения РФ

Продукты, кг/год	2006 г.	2008 г.	2010 г.	2012 г.	2014 г.	2014/2006,%
Белок	70,7	72,8	76,6	77,5	77,7	110%
в том числе, белок животный	39,9	43,4	46,7	48,3	49,1	123%
% белка живот./общий белок	56%	60%	61%	62%	63%	113%
% белка по калорийности	11,0%	11,4%	11,6%	11,8%	11,9%	108%
Жир	95,2	98,5	104,5	105,3	105,3	111%
% жира по калорийности	33,5%	35,0%	35,5%	36,0%	36,4%	109%
Углеводы	351	340,4	348,4	341	333	95%
Энергетическая ценность, ккал/сутки	2554	2550	2652	2633	2603	102%

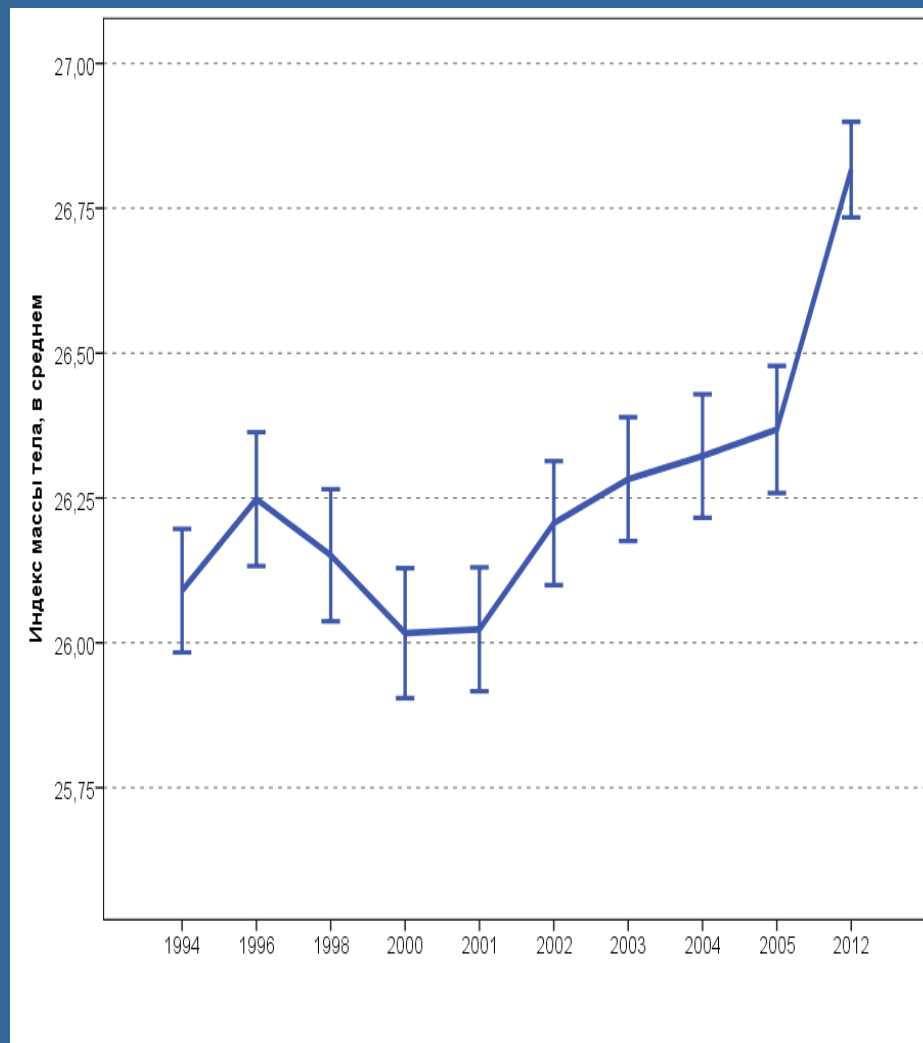
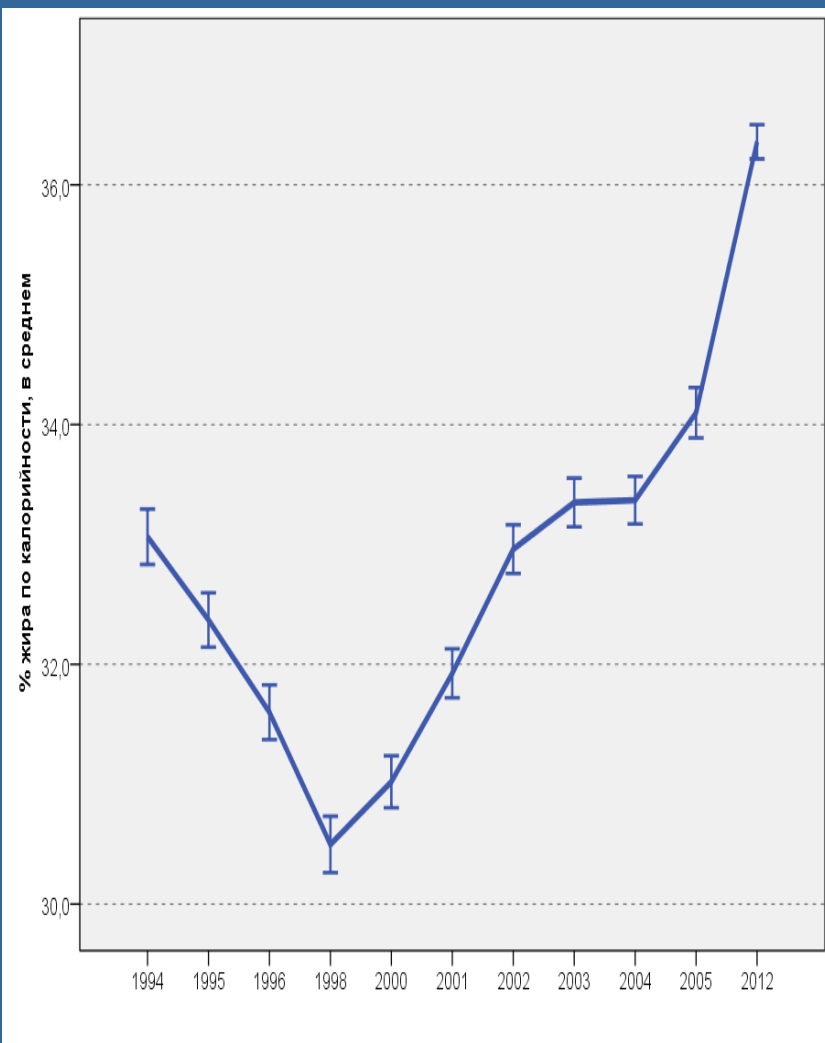
Корреляция между смертностью (на 100000 населения) в субъектах Российской Федерации от новообразований, ССЗ, органов дыхания и пищеварения и потреблением и потреблением жира



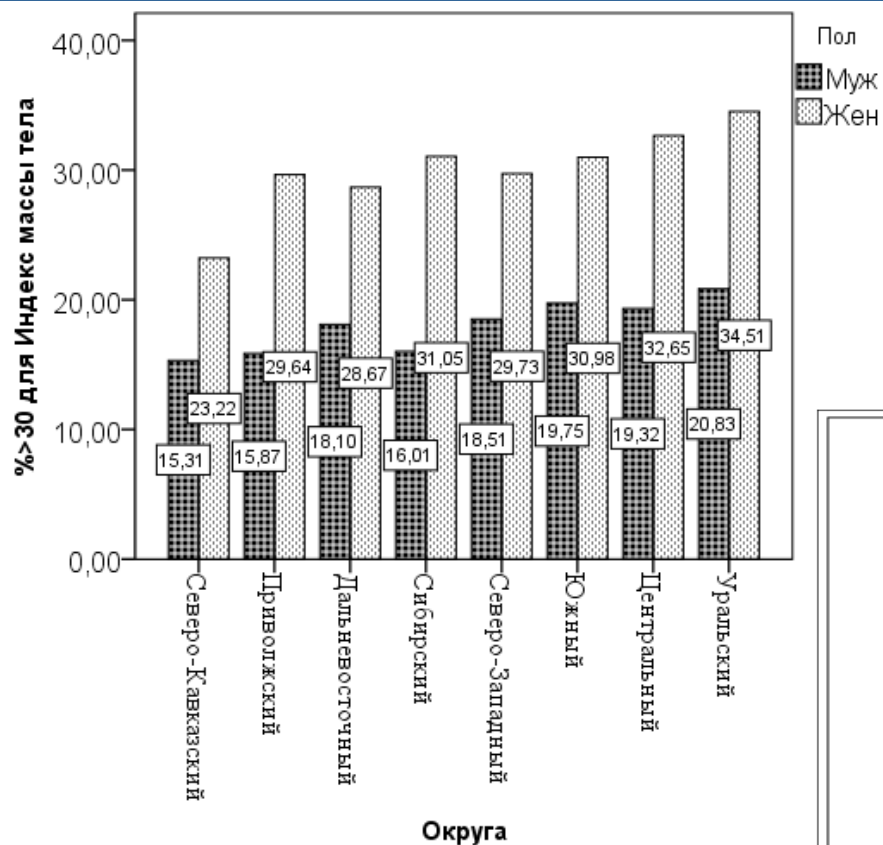
Источники информации о состоянии питания населения Российской Федерации, основанные на оценке индивидуального потребления

Исследования	Исполнители	Объем исследований
Региональные проекты состояния здоровья, питания и распространенности ожирения	НИУ и МедВУЗы (Новосибирск, Самара, Якутск, С.-Питербург, Архангельск и др.)	200-400 взрослое или детское население
Российский мониторинг экономического положения и состояния здоровья населения (RLMS) (1994-20012)	Высшая школа экономики Ин-т социологии РАН, Университет СК , Центры СЭН 20 регионов России	4000 семей (более 11тыс. человек)
Питание и здоровье детей 2-24 месяца	Программа «Расти здоровым с первых дней» Гербер-НИИ питания РАМН	Более 2500 детей. Общероссийская выборка
Питание населения РФ	Росстат, НИИ питания, 2013	Более 100 тыс человек

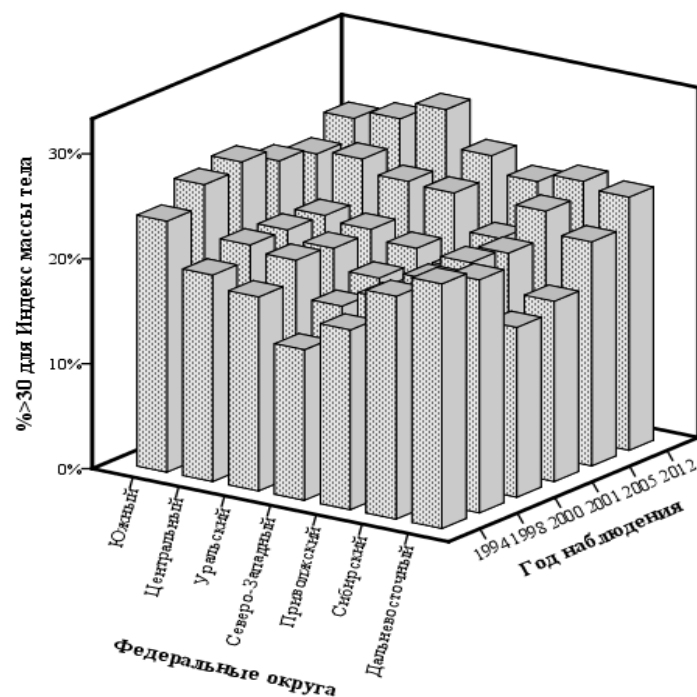
Динамика потребления населением жира (в г и % по калорийности) и величины ИМТ за период 1994-2012 гг.



Распространенность ожирения в Федеральных округах

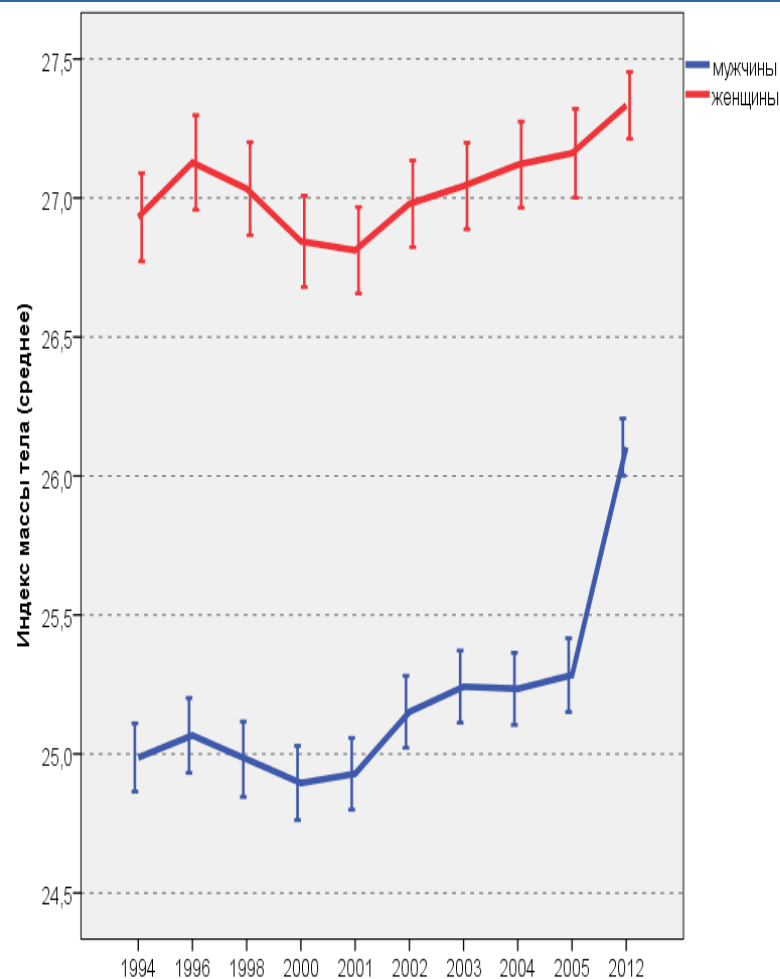
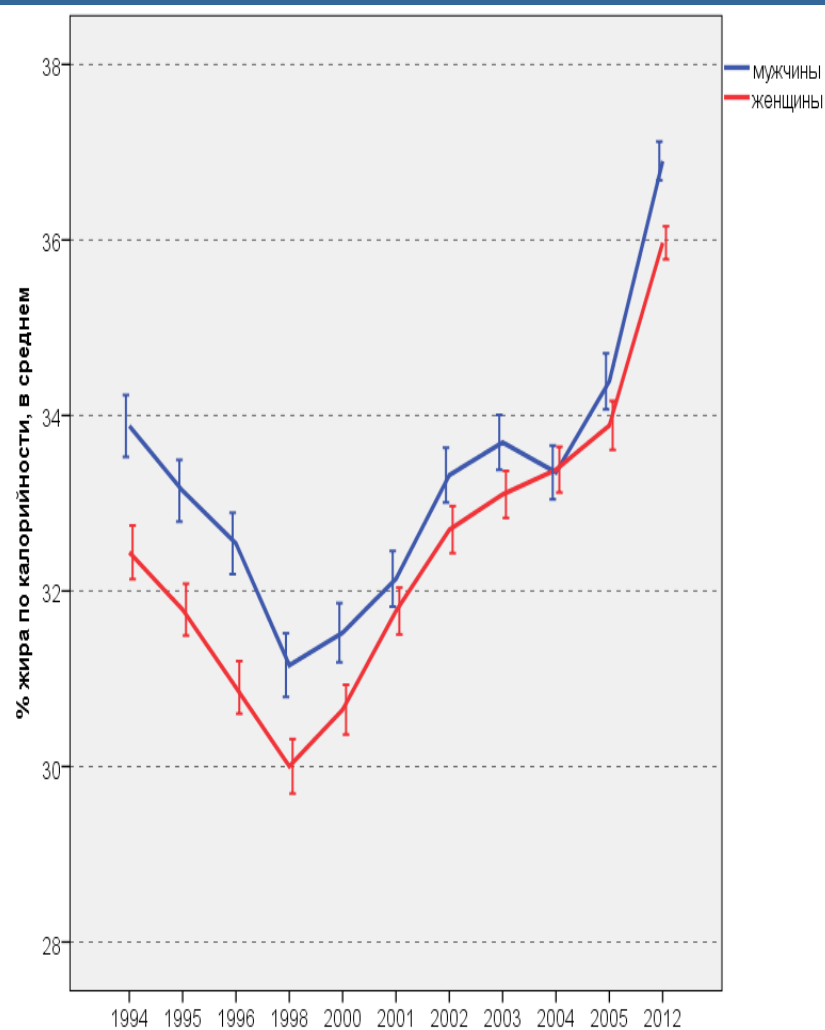


Увеличение частоты ожирения наблюдалось во всех Федеральных округах, за исключением Южного округа.



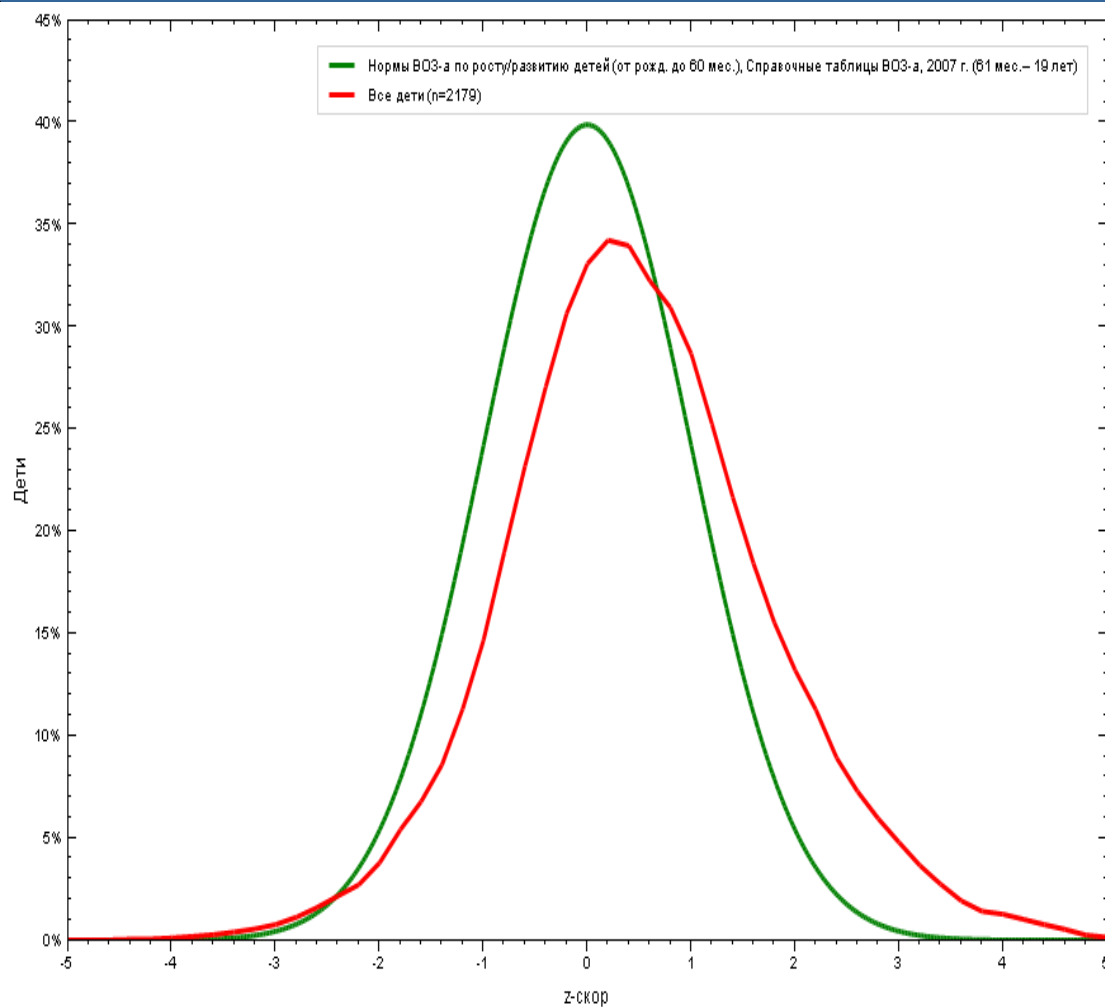
Гендерные особенности динамики потребления жира (в г и % по калорийности) величины и ИМТ за период 1994-2012 гг.

Доля лиц с избыточной массой тела увеличилась на 37% (мужчин - на 57%, женщин – на 23%), с ожирением – на 60% (на 100% и 41%)



Состояние питания детского населения РФ

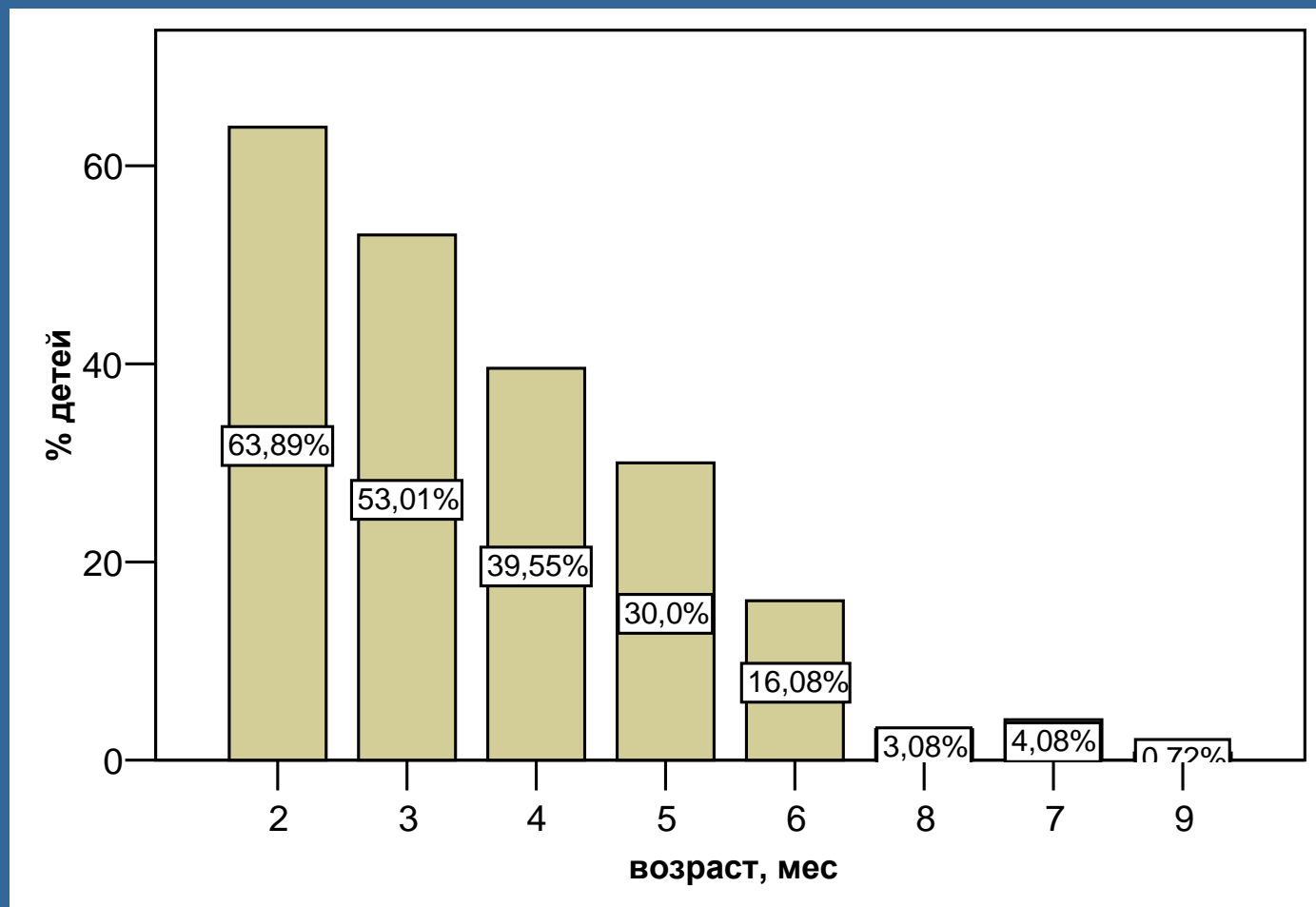
Потребление пищевых веществ	Дети 2-7 лет	Дети 7-17 лет
Белок (г)	47,4	59,5
Жир (г)	54	73
Углеводы (г)	206	243
Энергия (ккал)	1497	1868
% белка по калорийности	12,7	12,9
% жира по калорийности	32	35
Белок\МТ (г/кг)	2,69	1,44
Витамин А (р.э)	626	648
Витамин В1 (мг)	0,68	0,90
Витамин В2 (мг)	0,98	1,00
Витамин С (мг)	48	60
Кальций (мг)	606	568
Железо (мг)	10,3	13,3



Распределение величин Z-сгора массы тела для возраста, 2012 г.

Рис.2

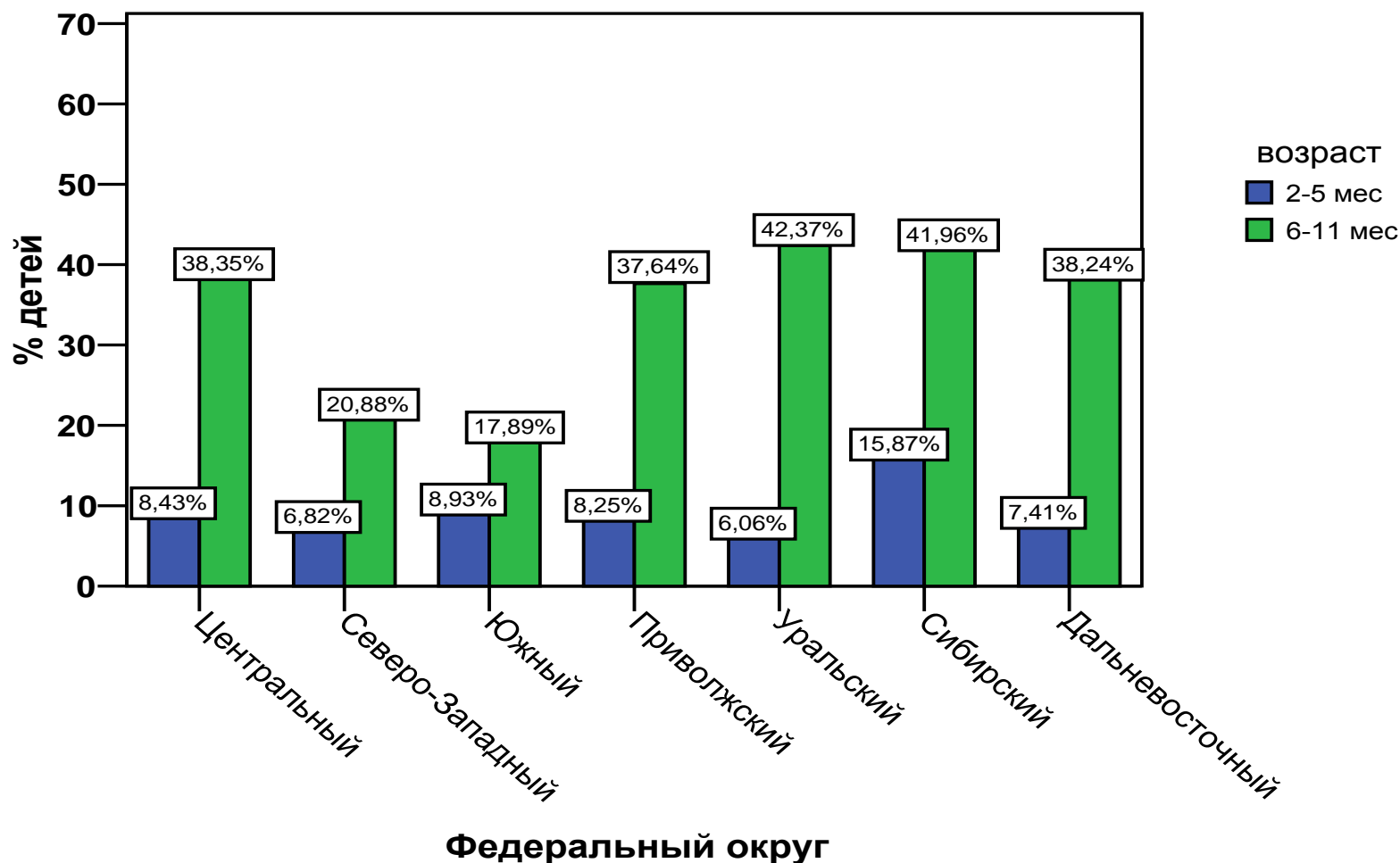
Распространенность преимущественно грудного вскармливания* по возрастам



*- грудное молоко обеспечивает более 90% калорийности рациона

Рис.3

Распространенность потребления неадаптированных молочных продуктов (молоко, кефир) по Федеральным округам

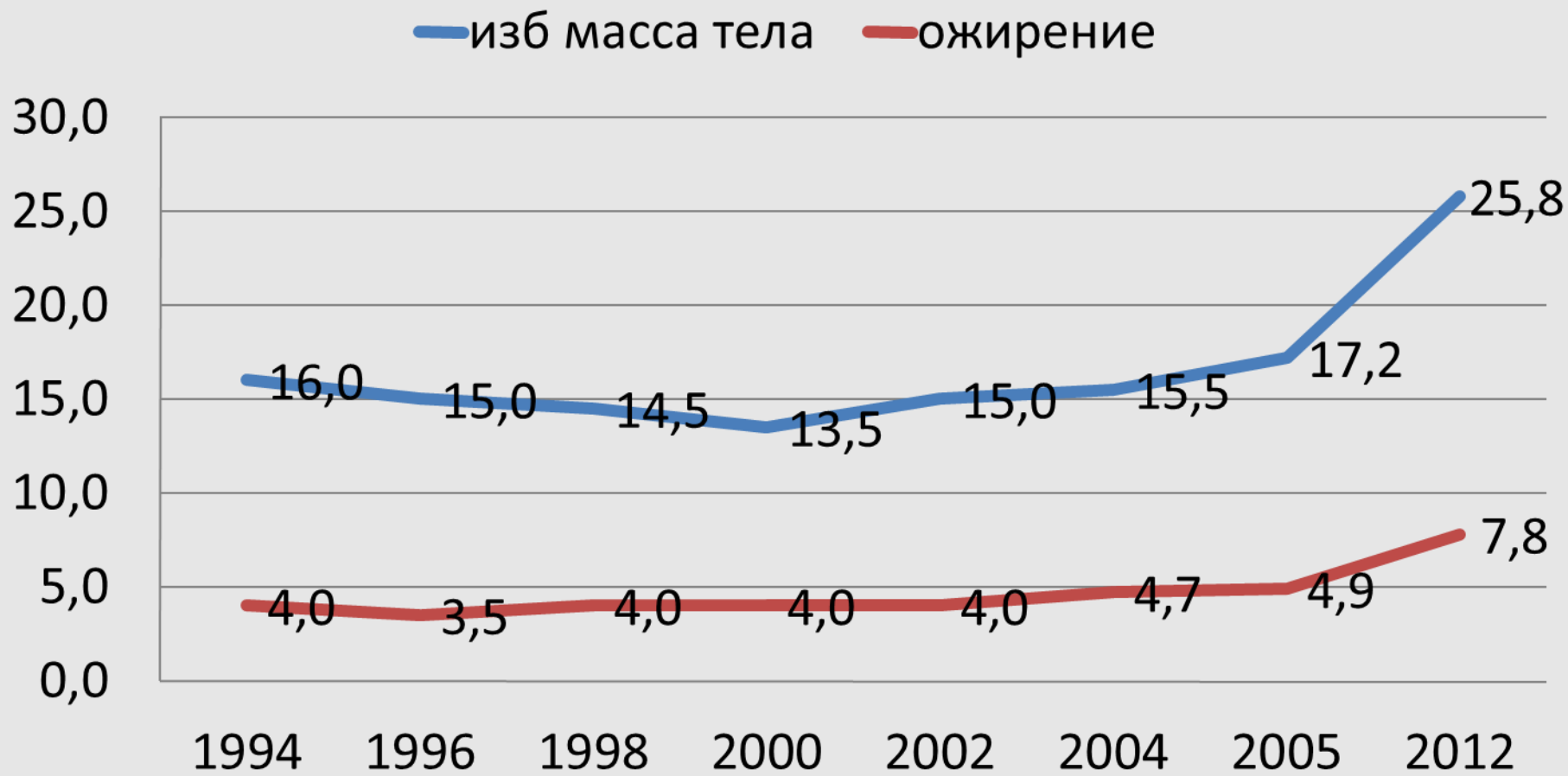


Таб. 1 Распределение величин z-сгора ИМТ для возраста у
детей 2-24 месяцев в %%

характеристика	z-скор	2-5 мес	6-11 мес	12-24 мес
Недостаточная МТ	< -2	4,8	2,8	3,0
Риск недостатка МТ	от -2 до -1	10,5	8,7	4,5
Нормальная МТ	от -1 до 1	57,3	51,6	43,2
Риск избыточной МТ	от 1 до 2	17,5	21,9	27,4
Избыточная МТ	> 2	10,0	15,0	21,9

С возрастом снижается число детей с низкой массой тела и увеличивается распространенность избыточной массы тела

Частота избыточной массы тела и ожирения среди детей 3-18 лет в Российской Федерации (%%)

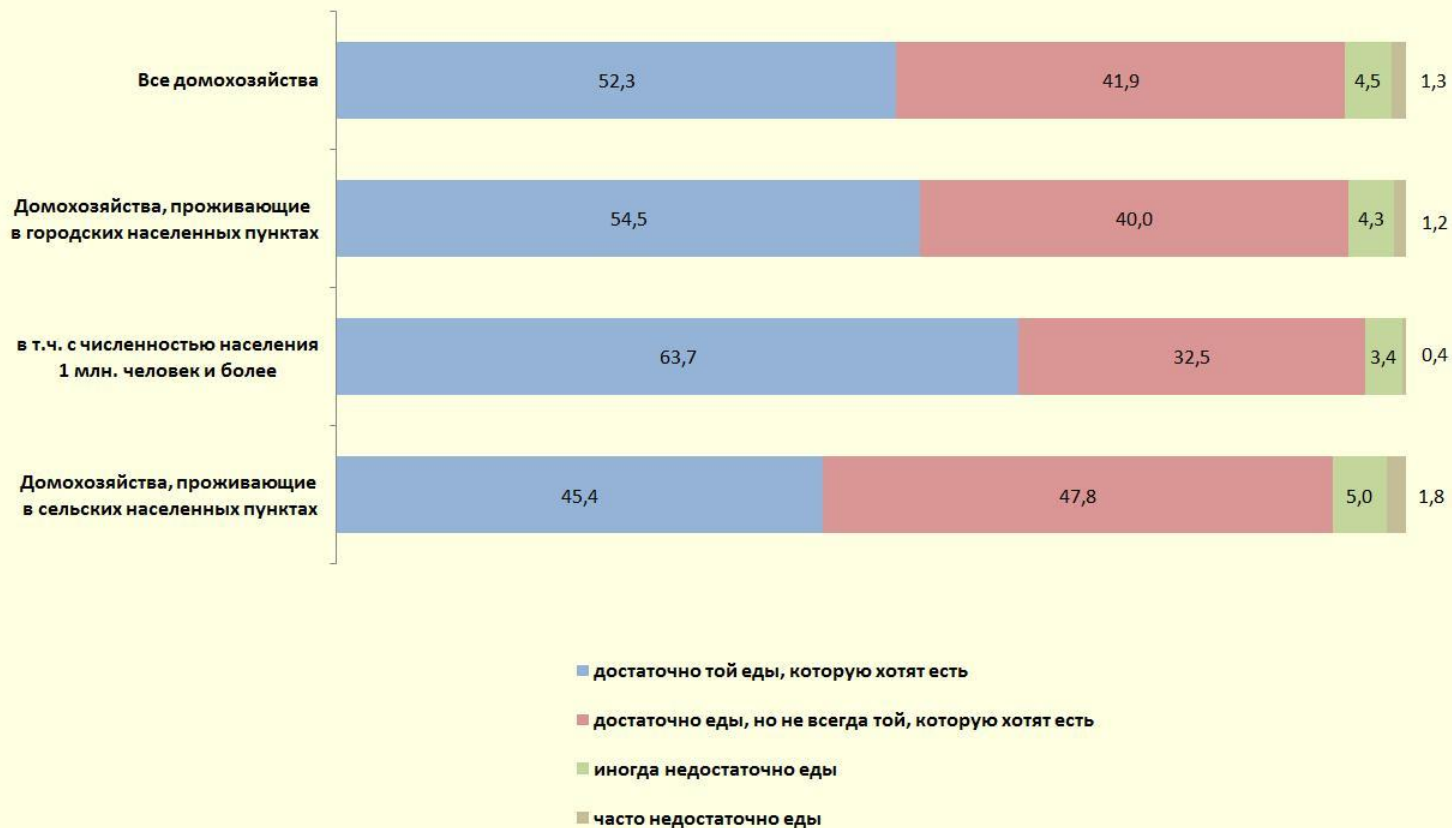


Диагностика факторов риска алиментарно-зависимых заболеваний

Факторы риска	Частота встречаемости
Гиперхолестеринемия	68,7%
Гипергликемия	29,4%
Низкая обеспеченность костей кальцием	24,5%
Избыточная масса тела	28,7%
Ожирение	34,8%
Полиморфизм генов FTO, ADR3, UCP 2, KCN11, MTHFR	7-55%

ОЦЕНКА ДОМОХОЗЯЙСТВАМИ ДОСТАТОЧНОСТИ ИМЕЮЩЕЙСЯ У НИХ ЕДЫ ПО ТИПАМ НАСЕЛЕННЫХ ПУНКТОВ

(в процентах к домохозяйствам соответствующей группы)



Основные нарушения в питании населения России

- **превышение калорийности рациона уровня энерготрат, избыточная масса тела и ожирения** среди детского (до 20%) и взрослого (**более 55%**) населения;
 - **избыточное потребление жира** – **более 35%** калорийности;
 - **избыточное потребление добавленного сахара** – **более 13%**;
 - **избыточное потребление поваренной соли** – около **70%** взрослого населения потребляют более 8 г поваренной соли
 - **недостаточное потребление фруктов** (менее 100 г в день без учета соков и нектаров) и овощей (около 200г в день) для населения в целом;
 - **недостаточное потребление минеральных веществ**: дефицит йода (у **70%** населения), железа (у **20-30%** женщин детородного возраста); кальция и др.
 - **недостаточное потребление большинства витаминов группы В** (**33-70%** взрослых и **60%** детей; витамина С - у **12%** взрослых и **8%** детей, витамина Е у **10%** взрослых и **30%** детей; каротиноидов у большинства детей и взрослых (**74-90%**))
-