

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОРРЕКЦИИ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ В РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ

В рамках реализации Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Национального проекта «Демография» (далее – Проект) Роспотребнадзором проведена:

- оценка качества пищевой продукции, реализуемой в предприятиях торговли и оценка доступности населению продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов;
- мониторинг состояния питания детей школьного возраста в организованных коллективах;
- проведены обучающие мероприятия по вопросам здорового питания, включая внедрение обучающих просветительских программ.

Реализация Проекта проводилась поэтапно, начиная с 5 «пилотных» субъектов Российской Федерации в 2019 году, до 85 в 2024 году.

Управление Роспотребнадзора по Рязанской области и ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Рязанской области» участвовали в реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» с 2022 года.

Роспотребнадзором при методической поддержке ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» в рамках задач федерального проекта проведена большая работа с населением по формированию приверженности здоровому образу жизни и здоровому питанию, профилактике ожирения и избыточной массы тела, иной патологии патогенетически связанной с нарушениями обмена веществ; проведены мониторинговые наблюдения доступности пищевой продукции для населения, качества пищевой продукции реализуемой населению, а также питания детей школьного возраста.

1. Оценка фактического питания.

1.1. Потребление основных групп продуктов по данным Росстата.

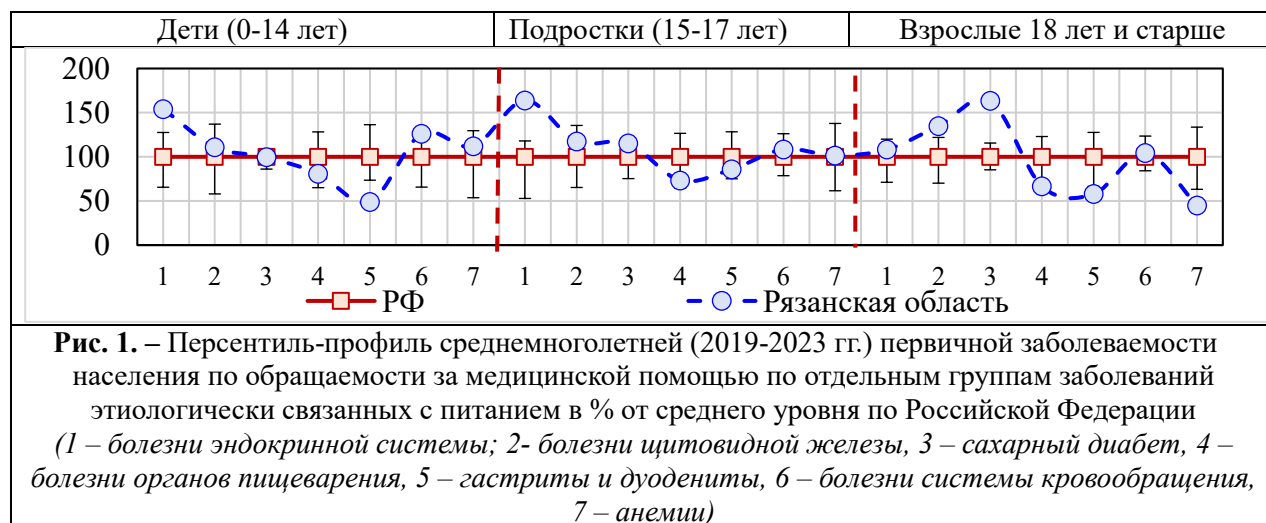
За период реализации Проекта, население в Рязанской области, в сравнении со средними показателями по Российской Федерации (по усредненным данным), потребляло существенно меньше фруктов и ягод 45,0 кг/год/чел (Российская Федерация – 61,6 кг/год/чел), овощей и бахчевых 73,2 кг/год/чел (Российская Федерация – 105 кг/год/чел); существенно больше яиц 316,0 шт/год/чел (Российская Федерация – 285,4 шт/год/чел). Кроме того, население Рязанской области потребляло ниже рекомендуемых рациональных норм потребления пищевых продуктов, отвечающих современным требованиям здорового питания, следующие группы продуктов: овощи и бахчевые, молоко и молочные продукты.

Оценка структуры нутриентной обеспеченности питания населения Рязанской области свидетельствует о дисбалансе в потреблении макронутриентов и микронутриентов (натрий, калия, железа, магния, фосфор, кальций, витаминов А, С, В1 и В2).

1.2. Заболеваемость населения.

По официальным данным Минздрава России¹ в период 2019-2023 гг. показатели первичной заболеваемости населения Рязанской области превышали средние значения по Российской Федерации:

- по болезням эндокринной системы – в возрастных группах «0-14 лет» и «15-17 лет»;
- по болезням щитовидной железы – в возрастной группе «18 лет и старше»;
- по сахарному диабету – в возрастной группе «18 лет и старше» (рис.1).



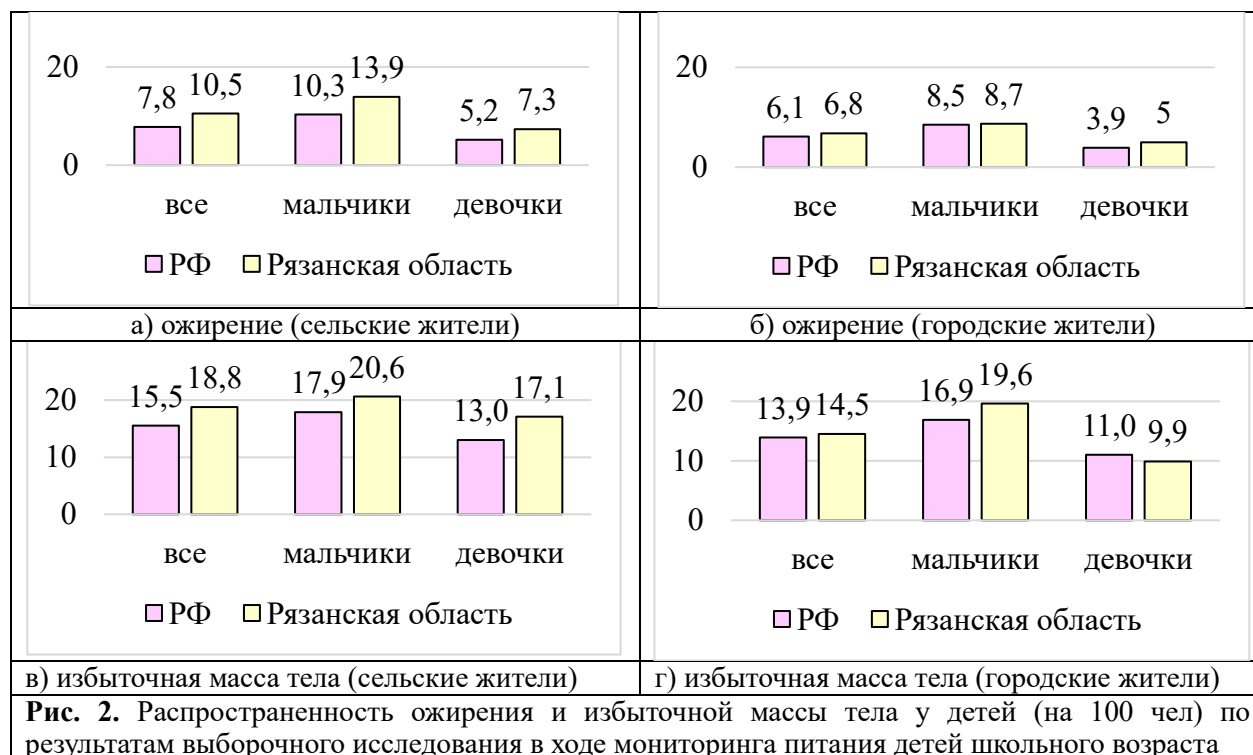
За период 2019-2023 гг. в Рязанской области отмечалась тенденция к росту первичной заболеваемости населения по обращаемости за медицинской помощью с темпом прироста более 5 % в год по следующим группам заболеваний, связанным с пищевым фактором:

- в группе «0-14 лет» – по болезням эндокринной системы (на 5,2 % в год), ожирению (на 7,8 % в год);
- в группе «15-17 лет» – по болезням эндокринной системы (на 7,5 % в год), ожирению (на 9,1 % в год), сахарному диабету I типа (на 9,6 % в год), болезням системы кровообращения (на 5,2 % в год), анемиям (на 6,0 % в год);
- в группе «18 лет и старше» – по болезням эндокринной системы (на 5,9 % в год), болезням щитовидной железы (на 6,3 % в год), сахарному диабету II типа (на 8,4 % в год).

По данным выборочных исследований у обучающихся в Рязанской области распространённость ожирения и избыточной массы тела, была выше средних

¹ Заболеваемость детского населения России (0-14 лет), подростков (15-17 лет), взрослого населения (18 лет и старше) в 2019 - 2023 гг. с диагнозом, установленным впервые в жизни: статистические материалы/ Минздрава России, 2020-2024 гг.

значений по РФ (рис.2). Оценка распространенности ожирения и избыточной массы тела осуществлялась по результатам расчёта индекса массы тела.



1.3. Оценка доступности пищевой продукции.

Ежегодно в рамках проекта проводилась оценка доступности населения Рязанской области к пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов в более чем 780 объектах торговли (таблица № 1 Приложения).

По результатам проведенного анализа установлено, что в динамике отмечается уменьшение наличия в торговых точках Рязанской области доли пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов с 66,55 % в 2022 году до 64,64 % в 2024 году.

Обеспеченность доступности населения Рязанской области к торговым объектам, реализующим пищевую продукцию, способствующую устранению дефицита макро- и микронутриентов, составляет 63,82 %.

По результатам оценки высокий уровень доступности для населения по ассортименту имеют следующие группы продуктов: рыбные и мясные консервы; специализированная пищевая продукция для питания детей на зерновой основе; сосиски; масло подсолнечное; молоко; яйцо куриное; колбаса вареная; говядина; яблоки; творог; кефир; рыба океаническая; обогащенная масложировая продукция; хлеб ржано-пшеничный.

Отрицательный коэффициент ассортимента отмечался по следующим продуктам: обогащенная соковая продукция; сыр; специализированная пищевая продукция для питания детей на молочной основе; йогурт; баранина; биологически активные добавки к пище; обогащенные хлеб и хлебобулочные изделия; сухофрукты.

1.4. Мониторинг качества пищевой продукции.

За период 2019-2024 гг. проведен отбор и исследование 445 проб пищевой продукции по заданным показателям качества и безопасности. По результатам проведенных лабораторных исследований 3,1 % проб не соответствовали по показателям качества и безопасности.

Оценка проводилась по основным видам и группам продукции, включая: молоко и молочную продукцию; мясо и мясопродукты; овощи; рыбу и продукты ее переработки; сахар и кондитерские изделия; соль йодированная; фрукты и продукты их переработки; хлебные продукты; яйца и яйцопродукты; сладкие газированные напитки; масложировую продукцию (таблица № 2 Приложения).

По результатам проведенных исследований установлено, что наибольший удельный вес нестандартных проб за весь период мониторинга зарегистрирован в группах продукции: рыба и продукты ее переработки (17 %); фрукты и продукты их переработки (13 %).

1.5. Мониторинг питания детей школьного возраста.

В мониторинге питания большое внимание уделялось изучению факторов риска избыточной массы тела и ожирения у детей школьного возраста. Детально оценивались вопросы организации школьного и внешкольного питания, в том числе структура и режим питания, пищевые привычки и пищевое поведение, продукты и блюда, которым отдается предпочтение детьми, частота потребления отдельных групп продуктов.

Ежегодно в мониторинге в Рязанской области принимали участие 50-60 общеобразовательных организаций. Всего проинтервьюировано за данный период 5733 обучающихся и их родителей.

Охват горячим питанием обучающихся всех возрастных групп составил в Рязанской области в 2024 году 89,4 %, в том числе по обучающимся 10-11 классов – 78,5 %, по школьникам 5-9 классов – 81,5 % (по Российской Федерации – 82,8 %, 65,9 % и 71,2 % соответственно).

На фоне высоких показателей информированности семей о принципах здорового питания, составивших в Рязанской области 96,0 % (по Российской Федерации – 95,6 %), придерживаются принципов здорового питания всего 79,1 % респондентов (по Российской Федерации – 79,2 %).

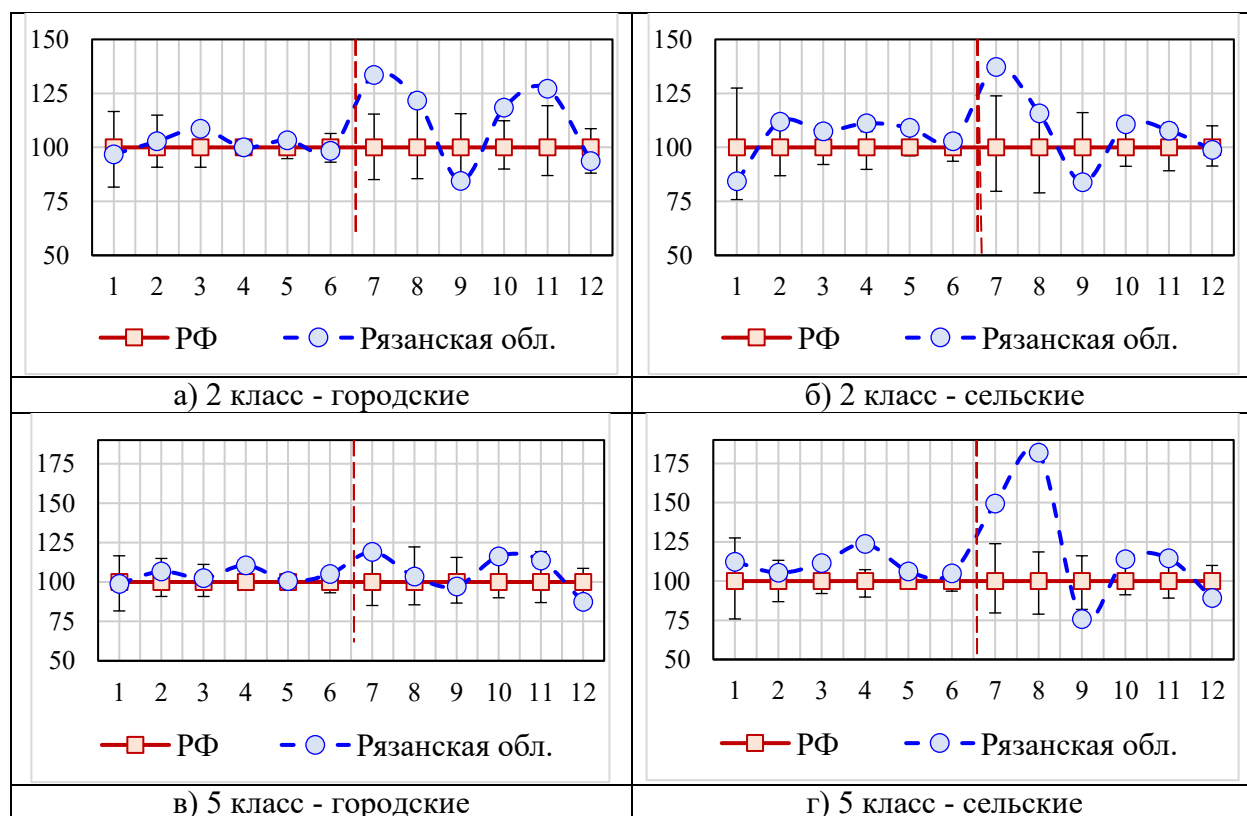
За период реализации проекта (2019-2024 гг.) в Рязанской области удалось: разнообразить ассортимент реализуемых блюд и продуктов основного меню и меню дополнительного питания школ в 63,3 % организаций (по Российской Федерации – в 85,4 %); изменить в лучшую сторону режим работы столовых в 13,3 % школ (по Российской Федерации – в 25,5 %); улучшить условия для приема пищи в 23,3 % школ (по Российской Федерации – в 36,8 %); добиться увеличения показателей охвата организованным горячим питанием обучающихся «5-9 классов» в 15,5 % организаций (по Российской Федерации –

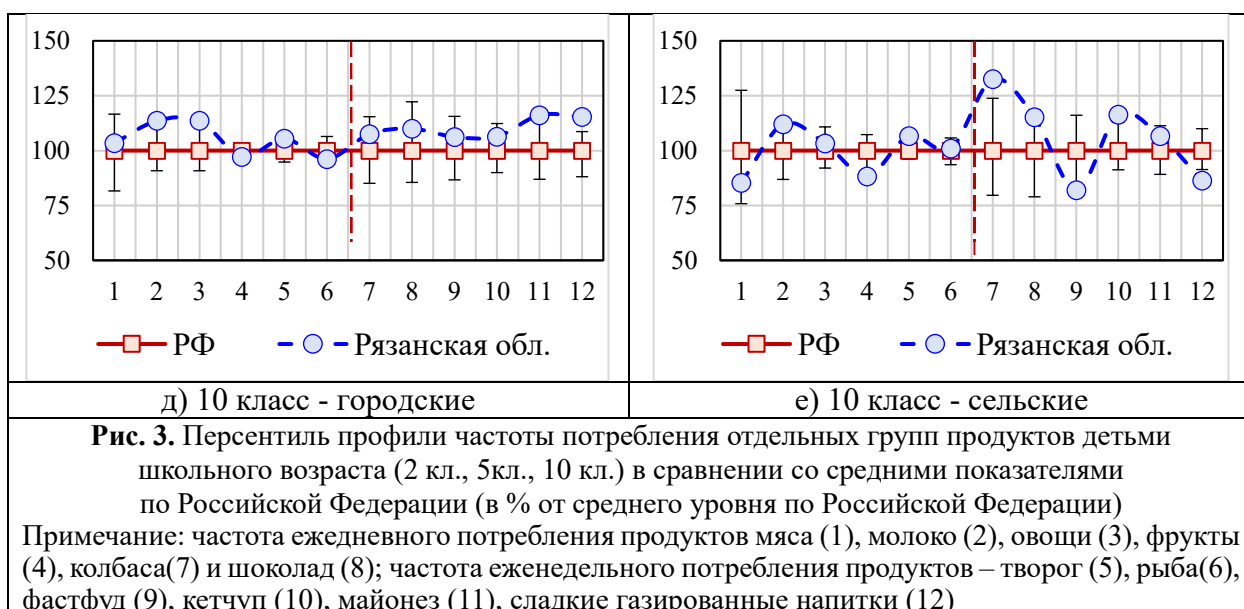
в 43,4 %) и «10-11 классов» – в 8,3 % школ (по Российской Федерации – в 36,1 %).

По данным мониторинга установлено, что в Рязанской области ежедневно не реже 4-х раз питаются в день 62,0 % школьников (по Российской Федерации – 55,8 %); практически всегда полностью съедают полностью порции, выдаваемые в школьной столовой 54,3 % школьников (по Российской Федерации – 55,1 %); имеют привычку досаливать готовые блюда 12,7 % школьников (по Российской Федерации – 12,7 %); добавляют в горячие напитки три и более чайных ложек сахара 21,7 % детей (по Российской Федерации – 15,6 %); принимают БАДы 35,7 % школьников (по Российской Федерации – 36,0 %). Считают продолжительность перемен для приема пищи достаточной 83,5 % школьников (по Российской Федерации – 78,4 %).

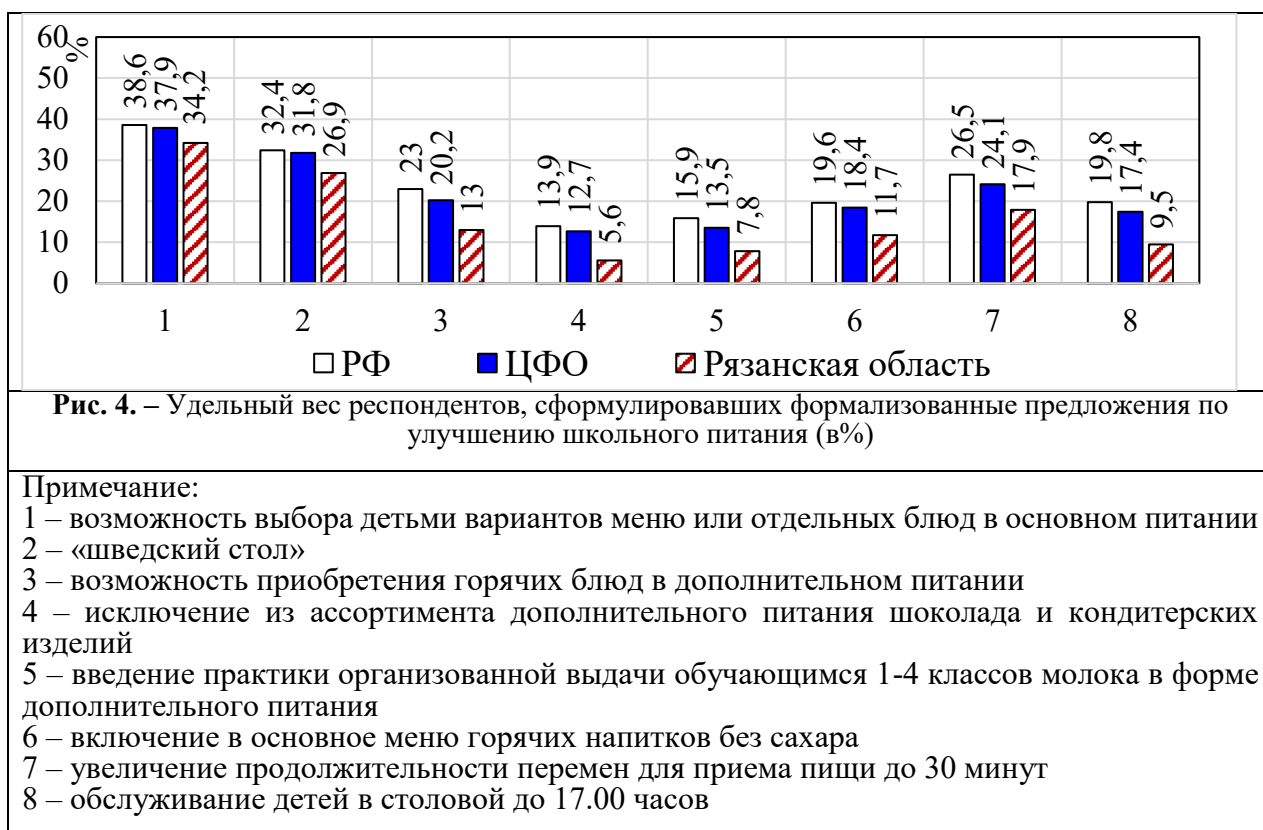
К числу региональных особенностей питания детей школьного возраста в Рязанской области (в сравнении со средним значениями по Российской Федерации) следует отнести:

- по городским школьникам – более высокую частоту потребления колбасных изделий, шоколада, кетчупа и майонеза (обучающимися 2-х классов);
- по сельским школьникам – более высокую частоту потребления колбасных изделий (обучающимися всех возрастных групп) и шоколада (обучающимися 5-х классов) (рис.3).





Более 20 % респондентов в ходе анкетирования высказали предложения по улучшению школьного питания в части введения меню по выбору и организации питания по типу «шведского стола» (рис.4).



В спортивных секциях занимаются 46,4 % обучающихся (по Российской Федерации – 52,4 %), отмечают гиподинамию 27,6 % респондентов (по Российской Федерации – 27,2 %). Дефицит продолжительности ночного сна испытывают 19,2 % школьников (по Российской Федерации – 22,2 %). Проводят ежедневно в учебные дни за просмотром телевизора более 3-х часов 11,6 % детей (по Российской Федерации – 11,4 %) в выходные дни 29,4 % (по

Российской Федерации – 26,4 %), 42,8 % детей проводят за смартфоном не менее 3-х часов ежедневно (по Российской Федерации – 46,1 %).

Обучением по просветительским программам «Основы здорового питания», разработанным Роспотребнадзором для детей школьного возраста, за период реализации Проекта в целом в Рязанской области – более 20 тыс. человек (по Российской Федерации более 8 млн. человек).

2. Рекомендации.

Учитывая особенности заболеваемости населения в Рязанской области, среднедушевого потребления пищевых продуктов, доступности для населения основных групп продуктов и обогащенной продукции, а также особенностей, выявленных в ходе мониторинга питания детей школьного возраста, с целью реализации здоровьесберегающего потенциала питания в профилактике нарушений здоровья и увеличения активного трудового долголетия, необходимо:

1. Разработать региональную программу по обеспечению населения рациональным и адекватным питанием включающую:

- меры, направленные на обеспечение физической и экономической доступности для населения качественных и безопасных пищевых продуктов (свежих фруктов и овощей, молока и молочной продукции), способствующих устранению дефицита макро- и микронутриентов (натрия, калия, железа, магния, фосфора, кальция, витаминов А, С, В1 и В2);

- меры по производству предприятиями региона пищевой продукции с повышенной биологической ценностью, обогащенной макро- и микронутриентами;

- меры по улучшению школьного питания с учетом предложений школьников и их родителей, включая вариативность меню или отдельных блюд в основном питании.

2. Активно использовать информационный ресурс Роспотребнадзора «здоровое-питание.рф» в работе организованных коллективов по формированию приверженности всех контингентов населения здоровому питанию и здоровому образу жизни.

3. Совместно с Роспотребнадзором проработать мероприятия:

- по привлечению производителей и торговых сетей к цветовой маркировке продуктов по типу «Светофор» (с указанием содержания в продуктах сахара, соли и жиров);

- разработать и внедрить в практику образовательные программы по вопросам здорового питания для населения с учетом региональных особенностей.

Показатели доступности пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов

Показатель	2019г.	2020г.	2021г.	2022г.	2023г.	2024г.
Доля пищевой продукции, способствующей снижению дефицита макро- и микронутриентов, в торговых предприятиях (%)	*	*	*	66,55	63,82	64,64
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции, способствующей снижению дефицита макро- и микронутриентов, составила более 90% (%)	*	*	*	93,5	91,4	91,07
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции, способствующей снижению дефицита макро - и микронутриентов, составила менее 50% (%)	*	*	*	30,1	33,6	32,3
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции составила менее 10% (%)	*	*	*	11,5	4,55	5,68
Доля обогащенной пищевой продукции, имеющейся в наличии в торговых предприятиях (%)	*	*	*	44,1	42,41	41,84

* субъект участие в НП «Демография» не принимал

Результаты лабораторных исследований по группам и видам пищевой продукции

Виды продукции	2019	2020	2021	2022	2023	2024	<i>ИТОГО</i>	Наименования выявленных показателей
Сладкие газированные напитки	*	*	*	5/0 (0%)	—	—	<i>5/0</i> <i>(0%)</i>	
Масложировая продукция	*	*	*	5/0 (0%)	2/0 (0%)	2/0 (0%)	<i>9/0</i> <i>(0%)</i>	
Молоко и молочная продукция	*	*	*	35/0 (0%)	48/0 (0%)	51/0 (0%)	<i>134/0</i> <i>(0%)</i>	
Мясо и мясопродукты	*	*	*	30/0 (0%)	5/0 (0%)	32/0 (0%)	<i>67/0</i> <i>(0%)</i>	
Овощи	*	*	*	—	6/0 (0%)	6/0 (0%)	<i>12/0</i> <i>(0%)</i>	
Рыба и продукты ее переработки	*	*	*	18/0 (0%)	7/4 (57%)	28/5 (18%)	<i>53/9</i> <i>(17%)</i>	качество рыбной продукции
Сахар и кондитерские изделия	*	*	*	11/0 (0%)	3/0 (0%)	12/0 (0%)	<i>26/0</i> <i>(0%)</i>	
Соль	*	*	*	—	1/0 (0%)	1/0 (0%)	<i>2/0</i> <i>(0%)</i>	
Фрукты и продукты их переработки	*	*	*	17/3 (18%)	9/1 (11%)	13/1 (8%)	<i>39/5</i> <i>(13%)</i>	пищевые добавки
Хлебные продукты (хлеб и макаронные изделия, мука, крупа и бобовые)	*	*	*	40/0 (0%)	16/0 (0%)	30/0 (0%)	<i>86/0</i> <i>(0%)</i>	
Яйца и яйцепродукты	*	*	*	3/0 (0%)	3/0 (0%)	6/0 (0%)	<i>12/0</i> <i>(0%)</i>	

*субъект участие в НИП «Демография» не принимал