

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОРРЕКЦИИ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ В КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ - КУЗБАССУ

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 Кемеровской области и ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Кемеровской области» участвовали в реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» с 2021 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, иных нарушений обмена, связанных с питанием; 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 Кемеровской 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 – 61,8 кг/год/чел), овощей и бахчевых – 77,4 кг/год/чел (Российская Федерация – 105,0 кг/год/чел).

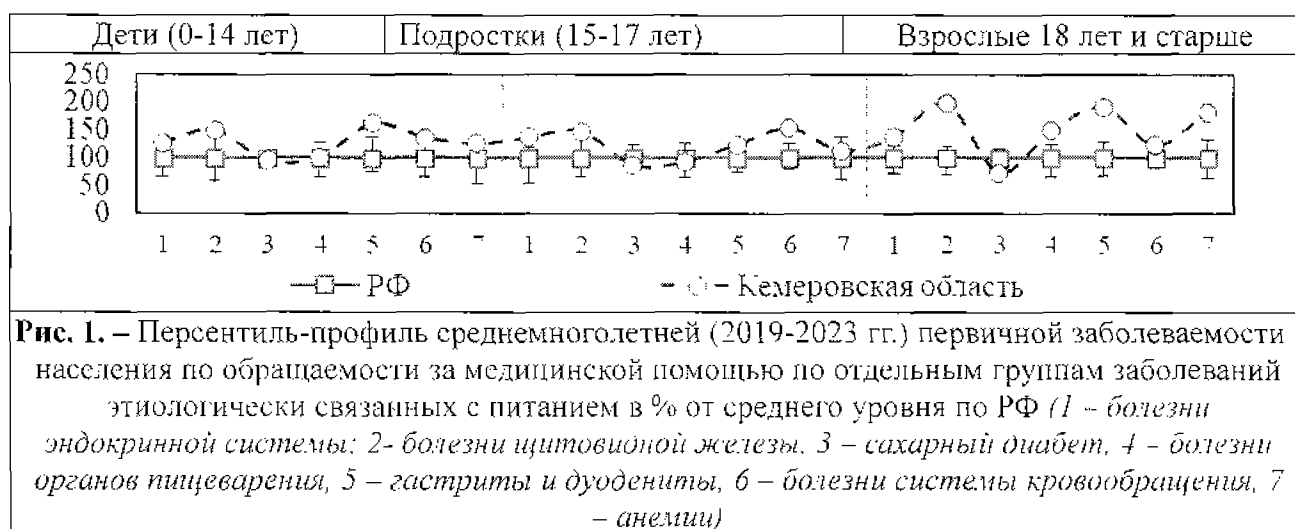
По остальным группам продуктов потребление на душу населения находилось в диапазоне средних значений по Российской Федерации. За период 2019-2023 гг. в регионе отмечалась положительная динамика в количестве потребления на душу населения мяса, молока и молочной продукции, яйца.

Оценка структуры нутриентной обеспеченности питания населения Кемеровской области свидетельствует о дисбалансе в потреблении макронутриентов и микронутриентов (натрия, калия, фосфора, магния, железа, кальция, йода, омега-3, витаминов А, С, Д, группы В);

1.2. Заболеваемость населения.

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

- по болезням эндокринной системы, болезням щитовидной железы - все возрастные группы населения;
- по болезням органов пищеварения – в возрастной группе «18 лет и старше»;
- по гастритам и дуоденитам - в возрастных группах «0-14 лет» и «18 лет и старше»;
- по болезням системы кровообращения - в возрастных группах «0-14 лет» и «15-17 лет»;
- по и анемиям – в возрастной группе «18 лет и старше» (рис.1).



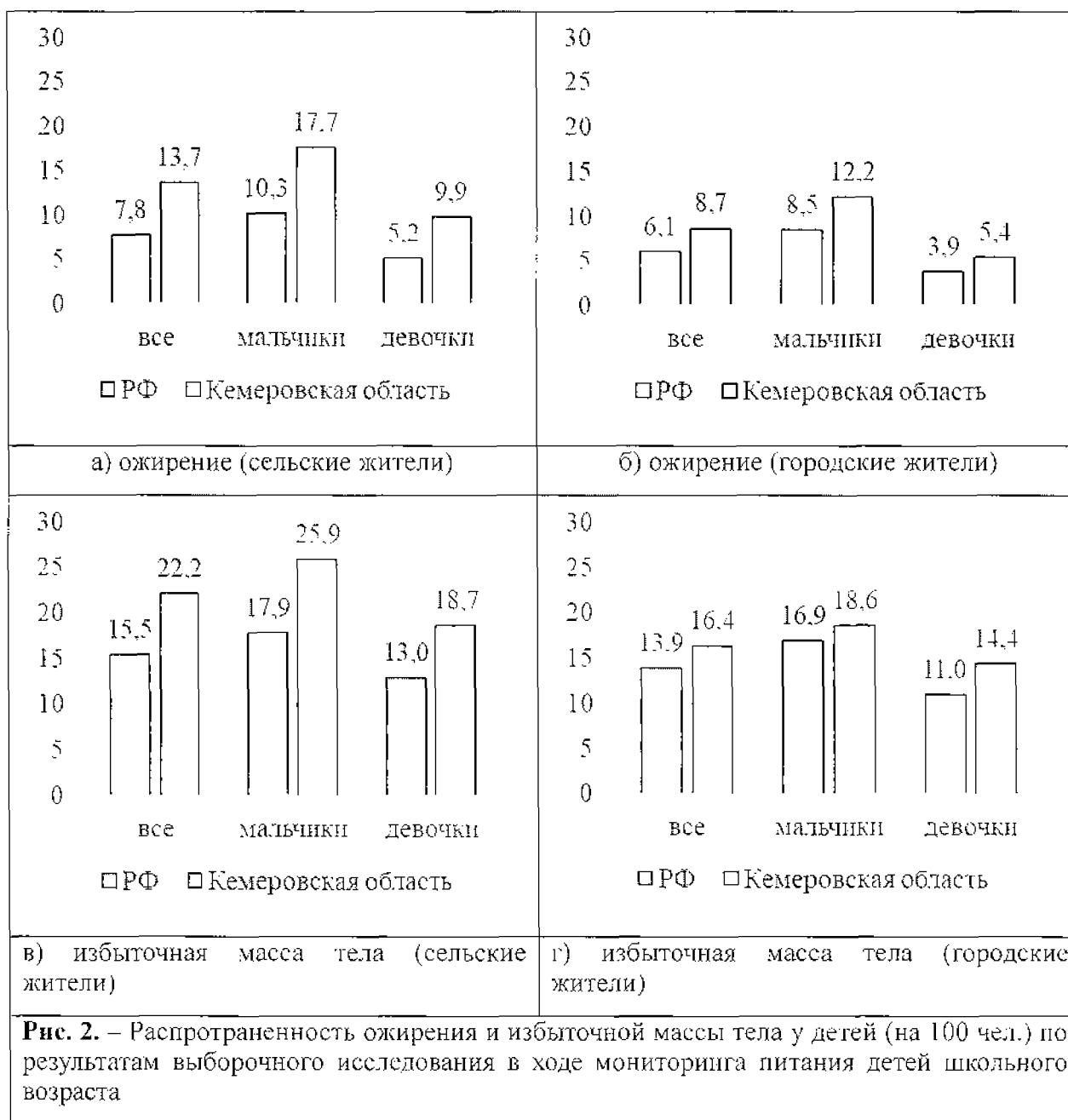
За период 2019-2023 гг. в Кемеровской области отмечалась тенденция к росту первичной заболеваемости населения по обращаемости за медицинской помощью с темпом прироста более 5 % в год по следующим группам заболеваний, связанным с пищевым фактором:

- в группе «0-14 лет» - по болезням системы кровообращения (на 7,9% в год);
- в группе «15-17 лет» - таких заболеваний нет;
- в группе «18 лет и старше» - таких заболеваний нет.

По данным выборочных исследований показатели распространенности ожирения и избыточной массы тела у школьников Кемеровской области превышали средние значения по Российской Федерации (рис.2). Оценка

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.

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 Кемеровской области к пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов в более чем 630 объектах торговли (таблица 1 Приложения).

По результатам проведенного анализа установлено что в динамике отмечается рост наличия в торговых точках Кемеровской области доля пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов, увеличилась на 11,55 % (2021 – 53,04 %, 2024 – 64,59 %).

Отмечается увеличение доли торговых предприятий, в которых удельный вес продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов составляет более 90 %, в 2024 году показатель составил 93,63 % (2021 г. – 92,51 %).

Обеспеченность доступности населения Кемеровской области к торговым объектам, реализующим пищевую продукцию, способствующую устранению дефицита макро- и микронутриентов, составляет 70,23 %.

По результатам оценки высокий уровень доступности для населения по ассортименту имеют следующие группы продуктов: сыр, курица, рыба океаническая, колбаса вареная, молоко, йогурт, рыбные консервы, масло подсолнечное, сосиски, мясные консервы, свинина, мясные субпродукты, яйцо куриное, специализированная пищевая продукция для питания детей на мясной основе, специализированная пищевая продукция для питания детей на молочной основе.

К продуктам с отрицательным коэффициентом ассортимента относятся: индейка, баранина, биологически активные добавки к пище.

1.4. Мониторинг качества пищевой продукции.

За период 2021-2024 гг. проведен отбор 637 проб пищевых продуктов и исследование показателям качества и безопасности. По результатам проведенных лабораторных исследований 8,2 % проб не соответствовали по показателям качества и безопасности.

Оценка проводилась по основным видам и группам продукции, включая: молочную продукцию; мясо и мясопродукты; овощи; рыбу и продукты ее переработки; сахар и кондитерские изделия; соль; фрукты и продукты их переработки; хлебные продукты (в том числе обогащенные); яйца и яйцопродукты; сладкие газированные напитки; масложировую продукцию; БАД к пище (БАД) (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 (29 %), молоко и молочная продукция (15 %).

1.5. Мониторинг питания детей школьного возраста.

В исследовании большое внимание уделялось изучению факторов риска избыточной массы тела и ожирения. Детально изучались вопросы школьного и внешкольного питания детей; в том числе, структура и режим питания, пищевые привычки и пищевое поведение, продукты и блюда, которым отдается предпочтение; частота потребления продуктов с повышенной пищевой ценностью (источников незаменимых аминокислот, пищевых волокон, витаминов и минеральных веществ), а также источников избыточного поступления в организм соли и сахара, насыщенных жирных кислот.

Ежегодно в мониторинге в Кемеровской области принимали участие от 50 до 60 общеобразовательных организаций, в исследованиях приняло участие 8 356 обучающихся и их родителей.

Охват горячим питанием обучающихся всех возрастных групп составил в Кемеровской области в 2024 - 88,3 %, в том числе по обучающимся 10-11 классов - 70,1 %, 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, составившим в Кемеровской области 95,6 % (по Российской Федерации - 95,6 %), придерживаются принципов здорового питания всего 70,9 % (по Российской Федерации - 79,2 %).

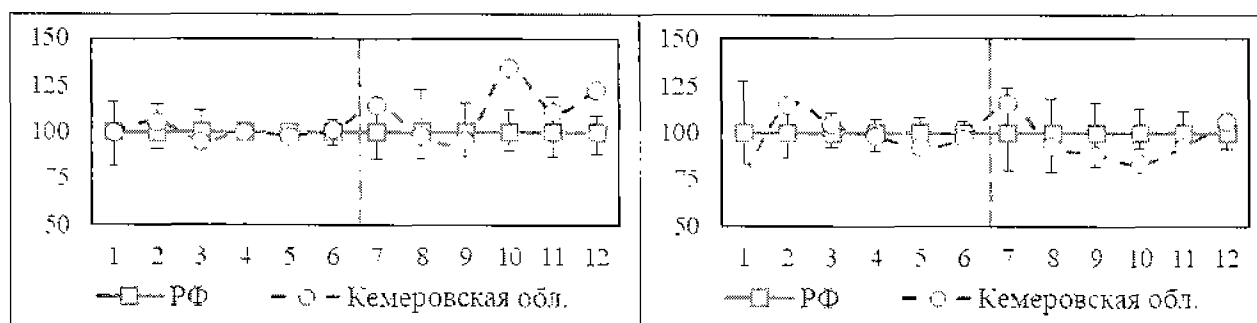
За период реализации Проекта в Кемеровской области удалось: разнообразить ассортимент реализуемых блюд и продуктов основного меню и меню дополнительного питания в 75,5 %; (по Российской Федерации - в 85,4%); изменить в лучшую сторону режим работы столовой в 22,6 % школ (по Российской Федерации - в 25,5 %); улучшить условия для приема пищи в 34,0 % школ (по Российской Федерации - в 36,8 %).

По данным мониторинга установлено, что в Кемеровской области ежедневно не реже 4-х раз питаются в день 64,4 % школьников (по Российской Федерации - 55,8 %); практически всегда съедают полностью порции, выдаваемые в школьной столовой - 65,6 % школьников (по Российской Федерации - 55,1 %); имеют привычку досаливать готовые блюда - 9,8 % школьников (по Российской Федерации - 12,7 %); добавляют в горячие напитки три и более чайных ложек сахара - 14,5 % детей (по Российской Федерации - 15,6 %); принимают БАДы 45,5 % школьников (по Российской Федерации - 36,0 %). Считают продолжительность перемен для приема пищи достаточной - 85,7 % школьников (по Российской Федерации - 78,4 %).

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

- по городским школьникам - более высокую частоту потребления кетчупа, сладких газированных напитков (обучающихся 2-х классов); колбасных изделий (обучающихся 5-х классов);

- по сельским школьникам - более высокую частоту потребления колбасных изделий (обучающихся 10-х классов) и более низкую частоту потребления творога (обучающихся 10-х классов) - рис.4.



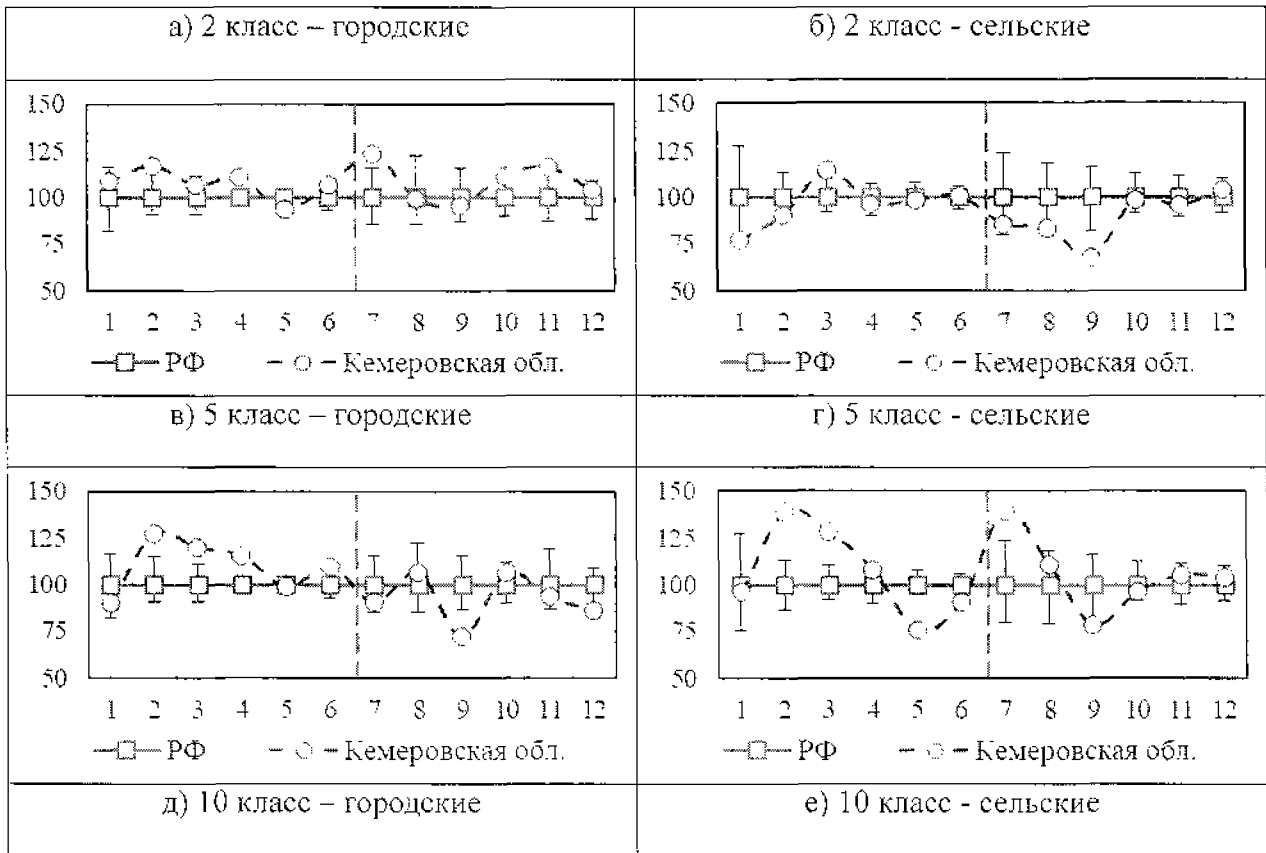


Рис. 3. – Перцентиль профили частоты потребления отдельных групп продуктов детьми школьного возраста (2 кл., 5 кл., 10 кл.) в сравнении со средними показателями по РФ (в % от среднего уровня по РФ)

Примечание: частота ежедневного потребления продуктов мяса (1), молоко (2), овощи (3), фрукты (4), колбаса (7) и шоколад (8); частота еженедельного потребления продуктов – творог (5), рыба (6), фастфуд (9), кетчуп (10), майонез (11), сладкие газированные напитки (12)

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).

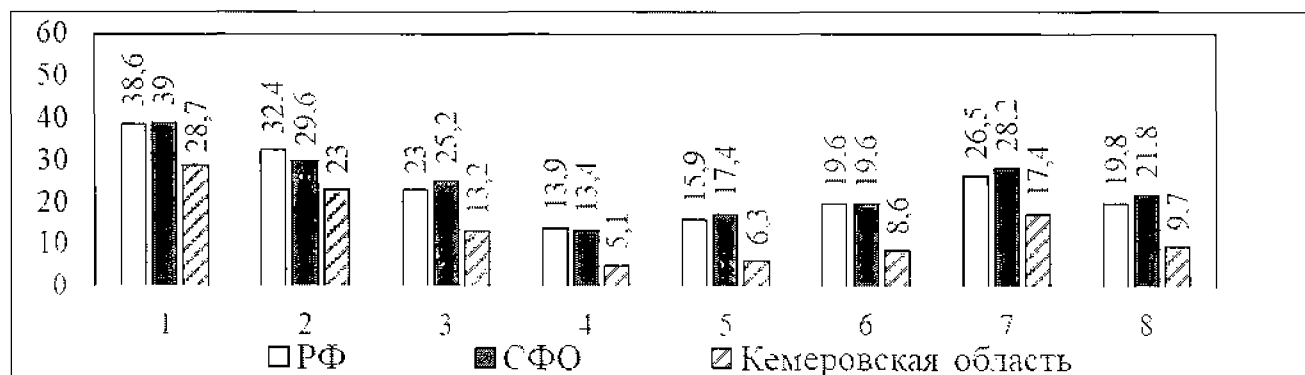


Рис. 4. – Удельный вес респондентов, сформулировавших формализованные предложения по улучшению школьного питания (в%)

Примечание:

- 1 – возможность выбора детьми вариантов меню или отдельных блюд в основном питании
- 2 – «шведский стол»
- 3 – возможность приобретения горячих блюд в дополнительном питании

- 4 – исключение из ассортимента дополнительного питания шоколада и кондитерских изделий
- 5 – введение практики организованной выдачи обучающимся 1-4 классов молока в форме дополнительного питания;
- 6 – включение в основное меню горячих напитков без сахара
- 7 – увеличение продолжительности перемен для приема пищи до 30 минут
- 8 – обслуживание детей в столовой до 17.00 часов.

В спортивных секциях занимаются 49,7 % обучающихся (по Российской Федерации – 52,4 %), отмечают гиподинамию 29,9 % респондентов (по Российской Федерации – 27,2%). Дефицит продолжительности ночного сна испытывают 21,8% школьников (по Российской Федерации – 22,2 %). Проводят ежедневно в учебные дни за просмотром телевизора более 3-х часов 12,2 % Кемеровских школьников (по Российской Федерации – 11,4 %), в выходные дни - 25,9% (по Российской Федерации – 26,4 %), проводят за смартфоном не менее 3-х часов ежедневно 44,4 % детей (в среднем по Российской Федерации – 46,1 %).

Обучением по просветительским программам «Основы здорового питания», разработанным Роспотребнадзором для детей школьного возраста за период реализации Проекта в целом по Российской Федерации было охвачено более 8 млн. человек, по Кемеровской области – более 190 тыс. человек.

2. Рекомендации.

Учитывая особенности заболеваемости населения в Кемеровской области, среднелюдишнего 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, рекомендуем:

1. Проработать вопрос разработки программы по обеспечению населения рациональными и адекватным питанием включающую:

- меры, направленные на обеспечение физической и экономической доступности для населения качественных и безопасных пищевых продуктов (свежих фруктов и овощей, рыбы, молочной продукции), способствующих устранению дефицита макро- и микронутриентов (натрия, калия, фосфора, магния, железа, кальция, йода, омега-3, витаминов А, С, Д, В1, 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 (%)	*	*	53,04	51,2	53,24	64,59
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции, способствующей снижению дефицита макро- и микронутриентов, составила более 90% (%)	*	*	92,51	91,45	96,30	93,63
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции, способствующей снижению дефицита макро- и микронутриентов, составила менее 50% (%)	*	*	24,1	25,46	15,9	30,51
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции составила менее 10% (%)	*	*	5,35	4,03	3,06	2,15
Доля обогащенной пищевой продукции, имеющейся в наличии в торговых предприятиях (%)	*	*	14,04	22,0	15,77	24,64

* - субъект не принимал участие в мероприятиях НП «Демография»

Таблица 2

Результаты лабораторных исследований по группам и видам пищевой продукции

Виды продукции	2019	2020	2021	2022	2023	2024	<i>ИТОГО</i>	Наименования выявленных показателей
Биологически активные добавки к пище (БАД)	*	*	4/0 (0%)	—	—	—	4/0 (0%)	
Сладкие газированные напитки	*	*	—	5/0 (0%)	—	—	5/0 (0%)	
Масложировая продукция	*	*	8/0 (0%)	8/0 (0%)	1/0 (0%)	2/0 (0%)	19/0 (0%)	
Молоко и молочные продукты	*	*	63/13 (21%)	35/2 (6%)	19/0 (0%)	27/6 (22%)	144/21 (15%)	массовая доля белка, углеводы, энергетическая ценность, антибиотики
Мясо и мясопродукты	*	*	55/5 (9%)	30/0 (0%)	16/0 (0%)	26/0 (0%)	127/5 (4%)	массовая доля белка, углеводы, красители, пищевые добавки
Овощи	*	*	—	18/0 (0%)	6/0 (0%)	6/0 (0%)	30/0 (0%)	
Рыба и продукты ее переработки	*	*	20/3 (15%)	17/5 (29%)	3/1 (33%)	12/6 (50%)	52/15 (29%)	массовая доля белка, энергетическая ценность, качество рыбной продукции, масса ледяной глазури
Сахар и кондитерские изделия	*	*	10/0 (0%)	10/1 (10%)	5/0 (0%)	12/0 (0%)	37/1 (3%)	энергетическая ценность
Соль	*	*	5/0 (0%)	—	2/0 (0%)	1/0 (0%)	8/0 (0%)	
Фрукты и продукты их переработки	*	*	23/0 (0%)	16/4 (25%)	5/0 (0%)	8/0 (0%)	52/4 (8%)	пищевые добавки
Хлебные продукты (хлеб и макаронные изделия, мука, крупа и бобовые)	*	*	51/4 (8%)	51/2 (4%)	12/0 (0%)	30/0 (0%)	144/6 (4%)	массовая доля белка, массовая доля влаги, пищевые волокна (сумма), глютен
Яйца и яичепродукты	*	*	3/0 (0%)	3/0 (0%)	3/0 (0%)	6/0 (0%)	15/0 (0%)	

* - субъект не принимал участие в мероприятиях НП «Демография»