

## **О результатах анализа питания населения Иркутской области**

Проблеме здорового питания в настоящее время придается важное значение, как одному из приоритетных направлений государственной политики в сфере охраны здоровья населения. Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей, способствует профилактике заболеваний, продлению жизни, повышению работоспособности и создает условия для адекватной адаптации к окружающей среде.

Недостаточное, неполноценное и небезопасное для здоровья человека питание является одной из основных причин многих заболеваний (алиментарно-зависимые заболевания). За последние годы во многом более точно установлена роль питания в профилактике и возникновении большой группы хронических неинфекционных заболеваний у населения.

В целях оценки влияния фактора питания на здоровье населения Управлением Роспотребнадзора по Иркутской области по данным Росстата проведен анализ среднедушевого потребления продуктов питания населением. В результате установлено, что по сравнению с рекомендованными нормами потребления пищевых продуктов, отмечается дефицит потребления населением Иркутской области таких важных групп пищевых продуктов как мясо и мясопродукты, молоко, яйца, овощи и бахчевые; при этом отмечается избыточное потребление сахара, картофеля, хлебных продуктов растительного масла.

Потребление мяса и мясопродуктов в 2016 году было ниже рекомендуемой нормы на 5 кг и составляло в Иркутской области 68 кг на душу населения в год (при нормативном значении 73 кг/год). В динамике за 3 года отмечается снижение потребления мясной продукции на 3 %.

Потребление молока и молочных продуктов в Иркутской области составляло 193 кг на душу населения в год, что ниже рекомендуемой нормы на 132 кг (в 1,7 раза). По потреблению молока и молочных продуктов среди 85 субъектов РФ Иркутская область занимала 64 рейтинговую позицию. В динамике за 3 года отмечается снижение потребления молочной продукции на 3,5%.

Потребление яиц в Иркутской области составляло 232 шт. на душу населения в год, что ниже рекомендуемой величины на 28 шт. По потреблению яиц среди 85 субъектов Российской Федерации Иркутская область занимала 58 место. В динамике за 3 года отмечается увеличение потребления яиц на 3,6%.

Потребление овощей и бахчевых культур в Иркутской области составляло 86 кг на душу населения в год, что ниже рекомендуемой нормы на 54 кг (в 1,6 раза). В 2016 г. Иркутская область занимала 73 рейтинговую позицию по потреблению данной продукции на душу населения. В динамике за 3 года отмечается увеличение потребления овощной продукции на 2,4%.

Потребление сахара, картофеля, хлебных продуктов и растительного масла в Иркутской области превышало рекомендованные нормативы. Потребление картофеля составляло 126 кг, что выше рекомендуемой величины на 36 кг (в 1,4 раза). Среди 85 субъектов РФ Иркутская область занимала 28 место. Динамика потребления картофеля за последние 3 года характеризуется стабильным уровнем (126-127 кг/год).

Потребление сахара составляло 32 кг, что выше рекомендуемой нормы на 8 кг. Потребление хлебных продуктов составляло 106 кг/чел. в год, что выше рекомендуемой нормы на 10 кг.

По результатам анализа статистических сведений по данным диспансеризации взрослого населения установлено, что удельный вес распространенности нерационального питания среди взрослого населения в Иркутской области составлял в 2016 г. 30,1% (2015 г. – 29,4%).

Калорийность потребления продуктов питания населением в Иркутской области составляла в 2016 году 2757,8 калорий в среднем на потребителя в сутки, что на 3,1% выше среднероссийского показателя (2674,8 ккал) и на 4,7% выше показателя по СФО (2634,4 ккал).

Превышение российского показателя по калорийности отмечается за счет более высокого уровня потребления углеводов (на 6,3%), жиров (на 0,6%). Потребление белков ниже среднероссийского показателя на 2,3%.

Таким образом, питание населения Иркутской области является несбалансированным, отмечается значительное отставание от рекомендуемых нормативов потребления овощей и фруктов, молока и молочных продуктов (более, чем в 1,5 раза), яиц, мясной продукции, что обуславливает дефицит белка и клетчатки в пищевом рационе. Одновременно отмечается избыточное потребление углеводов: картофеля, сахара, хлебной продукции.