

В последнее время резко обострились общественные дискуссии относительно роли в питании и в смертности населения РФ безалкогольных газированных сахаросодержащих напитков. Депутат государственной думы Зотов Игорь Львович даже предложил запретить их ввоз на территорию РФ в качестве контрсанкций РФ против запада. Редакции «Российской Диабетической Газеты» (РДГ) и «Российского журнала эндокринологии, диабетологии и метаболизма» (РЖЭДМ) находятся вне компетенции социально-политической составляющей дискуссии. Но вопрос о роли сахара и о вероятном психотоксическом действии сахарозаменителя аспартама находится сейчас в поле зрения и изучения редакций по поручению РДА. По завершении литературных обзоров и получения официальных ответов от компетентных органов и организаций РДА сможет выразить официальное мнение по вопросу. Дискуссия особенно оживилась после публикации 01 июля 2015 г. в газете New York Times в статье «Сахаросодержащие напитки проводят к смерти».

По поводу данной статьи у РДА имеются следующие сомнения и вопросы:

1. Каким образом удается исследователям выделить влияние безалкогольных газированных напитков на здоровье и смертность в составе общего потребления углеводов, включая фруктовые соки, хлебобулочные кондитерские изделия, час и кофе с сахаром, иные углеводные продукты?
2. В мире диетологии еще не стихли споры, какой из факторов: повышенная калорийность (жир) или легкоусваемые углеводы в большей степени влияют на развитие метаболического синдрома Ривена: ожирение, атеросклероз, артериальная гипертензия и сахарный диабет. Имеются ли однозначные научные данные отвечающие на этот вопрос?

3. Какова роль пива, богатого чрезвычайно быстро усваиваемой мальтозы – моносахаридом и иных алкогольных и низкоалкогольных напитков в формировании метаболического синдрома и смертности населения?
4. Какие контрагрументы приводят оппоненты авторам публикуемого исследования?

Далее приводим сокращенный перевод из статьи New YorkTimes:

Как показал последний анализ, потребление сахаросодержащих напитков приводит приблизительно к 184 тысячам смертей в мире ежегодно. Для подтверждения своих выводов ученые дополнили свои даты из диетологических обзоров и обширных проспективных исследований об эффекте сахаросодержащих безалкогольных напитков на индекс массы тела (ИМТ) и на сахарный диабет 2 типа; а также об эффекте ИМТ на развитие ишемической болезни сердца, диабета и рака. Они использовали данные о потреблении сахаросодержащих напитков из 62 национальных диетологических обзоров, которые включали более 600 000 человек из 51 страны на промежутке времени от 1980 до 2010 гг.
Для подтверждения причины смерти от определенной болезни исследователи использовали международный периодически обновляемый анализ «Общее бремя болезней, поражений и факторов риска 2010».
Ежегодно по миру, как установлен, сладкие напитки приводят к смерти от диабета 133 000 человек, от ишемической болезни сердца – 45 000, от рака – 6450.
Смерти, связанные со сладкими напитками в составе смертности от других причин значимо варьирует в зависимости от возраста и страны: от менее чем 1% среди японской популяции старше 65 лет до 30% среди мексиканцев младше 45 лет. В США безалкогольные сахаросодержащие напитки приводят к смерти 25 тыс. человек ежегодно.
«Нет нужды пить эти напитки», - сказал доктор Дариуш Мозафариан, декан школы диетологических наук. «Они провоцируют сотни тысяч смертей, и мы должны исключить их полностью из нашего питания».
Редакция РЖЭДМ всегда является противником одностороннего подхода в оценке тех или иных явлений. Необходимо оценивать степень обездвиженности, уровня психологического благополучия и уровня знаний о здоровом образе жизни той или иной популяции; качество медицинской помощи на национальном уровне той или иной популяции, иные факторы, влияющие на смертность. Свое официальное мнение РДА выразит позже.

Статья в New York Times **" Sugary Drinks Take a Deathly Toll"**