

В преддверии приближающегося чемпионата мира по футболу в России МОО РДА обращает внимание на необходимость разработки рекомендаций по питанию для детских и подростковых, молодёжных футбольных команд, в составе которых есть игроки с диабетом. Союз европейских футбольных ассоциаций (УЕФА) рассказал о новой инициативе, которая дает рекомендации по питанию для футболистов, чтобы оптимизировать подготовку, спортивную работу и восстановление игроков. Конкуренция по футболу в 2018 году будет самым последним этапом для того, чтобы проинструктировать игроков о потреблении, типе, количестве и сроках продуктов, жидкостей и добавок, необходимых для побед и здоровья.

«Стратегии питания также должны развиваться, чтобы подпитывать игроков для удовлетворения современных требований», - заявила УЕФА. «Развитие футбола создавало явную необходимость обновленного консенсуса по созданию руководящих принципов наилучшей практики и улучшения питания игроков».

Представленный на медицинском симпозиуме УЕФА 2018 года в Афинах, Греция, консенсус был составлен с помощью 23 ведущих исследователей и практиков в футболе. К ним относятся Джеймс Коллинз, главный диетолог футбольного клуба «Арсенал», Грэм-Близ, профессор физиологии человека в Ливерпульском университете имени Джона Мурса и Питер Рес, руководитель отдела питания в АФК «Аякс». Консенсус будет включать требования к питанию для содействия энергетической заправке, восстановлению и адаптации к тренировкам и матчам на разных этапах сезона. Также будут предоставлены рекомендации по безопасному использованию доказательных БАДов в спортивном питании, а также доказательные рекомендации по этой растущей на практике области в футбольной игре. Новые рекомендации являются ответом на призывы к столь необходимому обновлению к существующему консенсусу, написанному в 2006 году. За 12 лет после публикации произошел огромный рост исследований в

области питания, применимых к физиологическим требованиям футбольных матчей и учебных занятий.

Призывы к сбору современных руководящих принципов были также отражены в редакционной статье, написанной совместно Коллинзом в прошлом году. Написав в Британском медицинском журнале (BMJ) , насколько физиологические требования к игре увеличились, а некоторые виды интенсивной и спринтерской активности увеличились на 30% -80%.

«Был отмечен экспоненциальный рост публикаций, связанных с футболом, в том числе« модные темы», такие как использование низкоуглеводного жирного питания, питания с высоким содержанием жира, палео-питания , безглютеновой диеты и БАДов», - сказано в сообщении УЕФА.

«Задачи современного и адекватного обобщения и обработки данных, обильное количество исследований и обеспечение надлежащего толкования и применений являются крайне сложными». Растущая глобализация игры, как авторы считали , делает невозможным применение единых рекомендаций на все случаи жизни. Должно учитываться «более культурное разнообразие и специфические требования питания, такие как обучение, национальные, религиозные привычки, например, питание во время Рамадана».

В публикации также описывается работа в спорте, где питание «волшебная пуля» было очень востребовано игроками, тренерами и персоналом / медицинским персоналом, что усиливало давление на практикующих игороков, пытавшихся использовать что-то другое.

«Тем не менее, на основе фактических данных принятие практических решений часто невозможно из – за отсутствия доказательств либо эффективности или безопасности». «Обновленный консенсус поможет определить наилучшую практику в этой сложной, но важной области».

Редакция, которая также упоминает «тревожную тенденцию» использования БАДов в игре, вторит доклад спортивного сайта ESPN , в которых использование

нерегулируемых пищевых добавок может вызвать игроков на провал в допинг - тестах.

Описанная как «растущая проблема в профессиональном футболе», многие игроки показали положительный результат на запрещенные допинговые вещества, которые позже были обнаружены из-за добавок, полученные ими без разрешения их клубов.

«В качестве клуба мы воспитываем игроков и говорим им, чтобы они избегали своевольных дополнений», - заявил в 2017 году на конференции Manchester's Soccerex в клубе «Манчестер-оф-Соксеркс», клубный врач Манчестер Сити Мэтью Браун. «Это лучше для своей спортивной карьеры избегать неразрешенных клубами добавок, чтобы избежать проблем с допинг-офицерами».

Ожидается, что консенсус и вспомогательные рекомендации UEFFA будут опубликованы в ведущем журнале по спорту и физическим упражнениям в этом 2018 году.

Со своей стороны РДА адаптирует рекомендации UEFFA для нужд детских и подростковых, молодёжных футбольных команд, в составе которых есть игроки с диабетом.