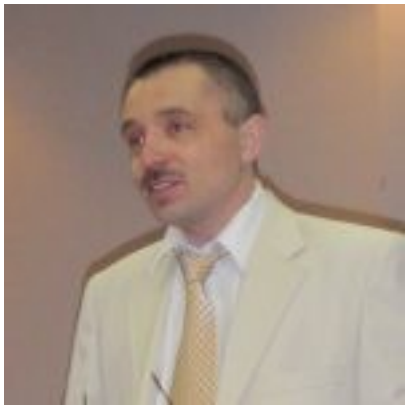


Президенет РДА врач психоэндокринолог М.Богомолов дал интервью журналу GxP News по вопросам функционального питания. Перевод интервью на русский язык публикуем далее.

Как научить людей правильно питаться



Руководители здравоохранения все больше говорят о необходимости смещения акцентов (и инвестиций) на профилактику заболеваний, формирование здорового образа жизни для повышения продолжительности жизни и сохранения ее высокого качества. Но решить эти проблемы, оставаясь исключительно в рамках программ системы здравоохранения, невозможно, считает президент Российской диабетической ассоциации, врач-психоэндокринолог, диабетолог, член подкомитета по функциональным продуктам питания Торгово-промышленной палаты РФ Михаил Богомолов.

Посмотрим на то, что лежит на поверхности: потребление соли и сахара. Ограничение потребления соли – проблема сельского хозяйства, кулинарии и гастрономии. Гастрономия – это культура питания, а кулинария – это способы приготовления. Это работа в консервной промышленности. Мы в меру своих возможностей работаем с этими направлениями. Но это уже прерогатива Минсельхоза и пищевой промышленности. К сожалению, нормы Роспотребнадзора у нас нет, потому что определяемая им норма 5 г в сутки – это норма для здорового человека.

Есть и вопросы привычки. Многие страны пошли на то, чтобы снижать количество соли в продуктах на десятые доли грамма каждый год. Не сразу, не потому что производителям сложно взять и снизить содержание солей. Проблема в том, что просто потребитель это не покупает. Но для этого должны быть программы Минсельхоза. Не Минздрава, а Минсельхоза и Министерства промышленности.

Если говорить о сахаре, в марте 2015 года ВОЗ приняла рекомендации, касающиеся не диабета, а сердечно-сосудистой смертности. Статистически было показано, что чем больше сахара потребляется на душу населения, тем выше сердечно-сосудистая смертность. Смысл рекомендаций был такой: давайте снизим потребление сахара с 20% суточной калорийности до 10%. А у богатых наций, например Швеции, Швейцарии, Германии, Великобритании, – до 5% суточной калорийности. Почему это непросто сделать? Потому что нужно калории заместить чем-то, например белком. А белок – это дорого: морепродукты, креветки, рыба, мясо обезжиренное. В России в 2015 году уровень потребления сахара составил в среднем 36,5 кг на душу населения.

Но статистика показывает, что при возникновении любых экономических кризисов растет потребление наиболее дешевых источников калорий. А это продукты, как раз содержащие сахар.
Что может сделать государство? Введение акцизов либо налогообложение сахара все равно будет бить по незащищенным, беднейшим слоям. Кто-то может себе позволить покупать телятину или оленину, у которой 140 калорий на 100 г, но стоит она 1000 руб/кг. А свинина – 300 руб/кг. Рекомендации-то врачи могут дать, другое дело – как их выполнять.

Но у государства есть другие возможности, например работа со СМИ. Телевидение, радио, электронные газеты, все возможные каналы массовым потоком должны объяснять. Рассказывать о способах питания, приготовления пищи. И Министерству просвещения в рамках программы безопасной жизнедеятельности в школе нужно учить, как прийти в магазин и какие продукты купить, чтобы это было безопасно для здоровья.

Девочка выходит из 11-го класса, она решает дифференциальные уравнения, а в магазин зайдет – нет у нее знаний и навыков. Мама пельмени сварила, полпачки масла туда бросила, так и она будет делать всю оставшуюся жизнь и своих детей научит.

Мы говорим с Ассоциацией рестораторов и отельеров, чтобы люди, приходя в кафе, ресторан, могли выбрать два-три блюда с установленным количеством углеводов, со сниженным содержанием соли, чтобы они видели реальное их содержание в блюдах.

Компании типа «Аэрофлота» и РЖД добавляют и соль, и консерванты. Но все упирается в деньги. Вот сейчас мы работаем с крупными компаниями, с десятками миллиардов оборота. Когда мы рецептуры прорабатываем, все хорошо. Потом приходят люди, которые отвечают за деньги, финансовый директор или директор по продажам. И говорят: то, что вы сделали, какой-нибудь кетчуп, майонез, первые или вторые блюда запечатанные, отличные, но стоимость… Продать это невозможно, получится очень дорого, запредельно для большинства.

Следующий игрок – торговые сети. Они же все независимые. И у всех есть полка здорового питания, но в дальнем углу. И что там стоит? Бакалея, кондитерские изделия. А потребление овощей, рыбы, определенных круп? А хлебопечение безглютеновое, чтобы ржи и пшеницы было мало, а побольше – на основе риса и кукурузы? Но этому тоже надо и учить, и обеспечивать присутствие этих продуктов в магазине. Торговля будет продавать то, что покупают. Это абсолютно естественный процесс, и это не их прерогатива – объяснять что-то, заставлять покупать правильное.

Поэтому нужно обучение потребителя и экономическое стимулирование производителей. «Деловая Россия» с нашей подачи была инициатором законопроекта о функциональных продуктах питания. Но этот проект уже три года никуда не двигается. Суть его в том, чтобы производители в сельскохозяйственной и пищевой промышленности получали определенные льготы, субсидии, налоговые поблажки при производстве таких продуктов. В мире это очень интенсивно растет, судя по обзорам, уже триллионами долларов измеряется объем.

Поэтому, если оставаться исключительно в рамках здравоохранения, а уж тем более медицины, то вопрос неразрешаемый. Надо менять регламент пищевой промышленности, обучать людей с детства правильно питаться.