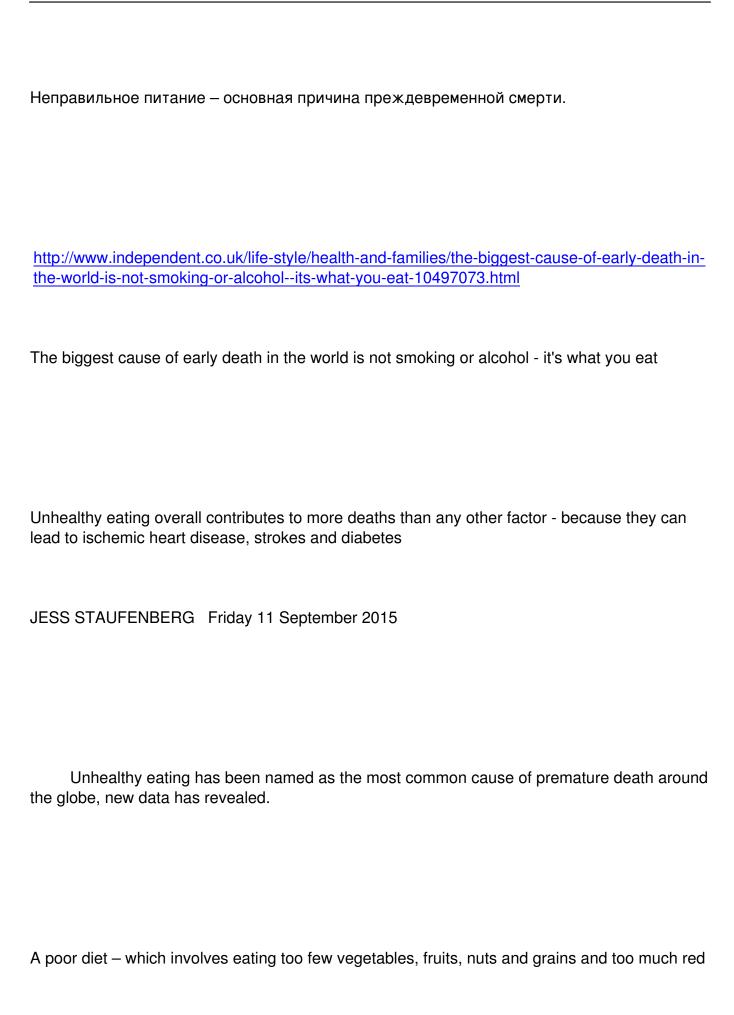


11 сентября в пятницу в британской газете The Independent опубликована статья в популярной форме, резюмирующая результаты исследования, проходившего в 108 странах с 1990 по конец 2013 г. Было показано, что причиной преждевременной смерти являются не столько табак, алкоголь, повышенный сахар в крови, артериальная гипертензия.... сколько неправильное питание. Данное исследование подтверждает правильность политики МОО РДА в области здорового питания, включая пропаганду большего потребления овощей, рыбы, фруктов, чая и кофе; очень умеренного количества красного сухого вина для продления жизни. Иначе говоря, важно не только поддержание нормальных уровней сахара в крови, артериального давления, холестерина; но и специальная маркировка сравнительно безопасных продуктов питания...



Политика РДА в области здорового питания нашла научное подтверждение.

16.09.2015 12:32

Data from 108 countries from 1990 to 2013 was used in the study, and the number of risk factors in premature deaths was increased from 67 to 79, to provide a broader study.

Happily, in the UK all the risk factors have decreased since 1990 - with the exception of alcohol, which has increased by 9.5% over that time. Blood pressure and cholesterol saw the biggest drop, at about 55% each.

High-income countries tended to have smoking as their number one cause of premature death. In India and elsewhere in south and south-east Asia, air pollution was a leading problem.

In Latin America and the Middle East, meanwhile, obesity came out as the biggest risk for poor health.

But sub-Saharan Africa has a different pattern of risks from the rest of the world. Its combination of childhood undernutrition, unsafe water, unsafe sex and alcohol use is unseen to the same degree elsewhere.

По сообщению британской газеты TheIndependent американские ученые из института Health Metrics and Evaluation (IHME) назвали нездоровое питание самой распространенной причиной ранней смерти, пишет The Independent.

Согласно выводам экспертов, неправильное питание характеризуется малым потреблением фруктов, овощей, орехов и круп при повышенном потреблении красного мяса, соли и безалкогольных сладких напитков.

Газировка ежегодно убивает до 184 тысяч человек, выяснили ученые

Ученые также отмечают, что нездоровое питание оказывает более негативное влияние

на организм человека, чем употребление алкоголя и табака. Неправильное питание приводит к нестабильной работе организма, появлению многочисленных заболеваний, среди которых болезни сердца, инсульт, диабет и другие хронические недуги.

В рамках исследования также было установлено, что одинаковые факторы риска имеют разное влияние на смертность в разных странах. К примеру, в странах Юго-Восточной Азии и Индии люди чаще умирают от плохой экологии, в то время как в странах с высоким уровнем доходов одной из главных причин смерти является курение. В Латинской Америке и на Ближнем Востоке главным риском для здоровья считается ожирение. В странах Африки ученые называют сразу несколько основных факторов, приводящих к ранней смерти: недоедание, грязная вода, незащищенный секс и употребление алкоголя.

Работа по изучению главных факторов риска для здоровья проводилась в 108 странах в период с 1990 по 2013 год.