

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ РЫНКА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**Е.В. Ефимова, А.В. Ключенко, С.И. Вырина**

Институт мясо-молочной промышленности, bellaneza@tut.by

Здоровье нации – важнейший фактор общественного развития во всех экономических системах, одно из основных условий для современного экономического роста страны. Исходной «клеточкой» здоровья нации или общественного здоровья служит здоровье отдельного человека.

По мнению экспертов ФАО/ВОЗ, состояние здоровья человека на 50% определяется индивидуальным образом жизни, на 20% – условиями внешней среды, еще на 20% – наследственностью и лишь на 10-15% медицинским обслуживанием. Иначе говоря, главенствующая роль принадлежит индивидуальному образу жизни, а он, прежде всего, определяется питанием.

В последние десятилетия растет общая заболеваемость населения Республики Беларусь, и отмечаются тенденции к сокращению средней продолжительности жизни. Это может быть объяснено значительными изменениями в характере питания и образе жизни человека. Во-первых, в питании населения в последнее время широко используются продукты промышленного производства, полученные в результате интенсивной технологической обработки, фракционирования, модифицирования и т.д. В результате такой обработки в них полностью или частично инактивируются или видоизменяются природные биологически активные вещества - витамины, минеральные соединения, фосфолипиды, фитостерины и др. биорегуляторы обмена веществ, гормональной деятельности, иммунитета и функции отдельных органов и системы организма. Дефицит этих биологически активных веществ сопровождается снижением защитных сил организма, препятствующих неблагоприятному воздействию вредных факторов окружающей среды, формированию синдрома хронической усталости, снижению умственной и физической работоспособности, обострению хронических заболеваний.

Во-вторых, в последнее время во многих странах, в том числе и Беларуси, существенно ухудшилась структура питания населения, результатом чего становится формирование недостаточности в организме жизненно необходимых биологически активных веществ. Так, по данным российских ученых, у 90% обследуемых выявляется дефицит витамина С, у 30-40% недостаточность витаминов группы В, β-каротина, витамина Е. При этом большинство населения получает с пищей недостаточное количество кальция, железа, селена, йода, фтора, клетчатки и др. биорегуляторов процессов жизнедеятельности.

В-третьих, глобальное загрязнение поверхностных вод и суши, локальные радиоактивные загрязнения приводят к загрязнению продуктов питания токсичными элементами, пестицидами, антибиотиками, радионуклидами, которые обуславливают ослабление защитных сил организма и в первую очередь снижают антитоксичную функцию печени, легких, почек, кожи и др.

Современная наука питания рассматривает пищу главным образом как интегральный источник энергии и основных пищевых веществ, а также важнейших минеральных веществ микроэлементов, витаминов как подлинных источников жизни и основ метаболических процессов. Для нормальной жизнедеятельности организма необходимо не только соответствующее энергетическое обеспечение, но и постоянное снабжение его всеми пищевыми веществами: белками, жирами, углеводами, витаминами, минеральными солями, при оптимальном соотношении между белками, жирами и углеводами.

Все большую популярность в мире приобретают так называемые функциональные продукты, содержащие ингредиенты, которые полезны для здоровья человека. По сравнению с обычными повседневными, функциональные и диетические продукты должны приносить пользу здоровью и не причинять организму человека абсолютно никакого вреда. Продукты здорового питания не являются лекарствами и не могут излечивать, но помогают предупредить болезни и старение организма в сложившейся экологически неблагоприятной среде оби-

тания. Все продукты позитивного питания содержат ингредиенты, придающие им функциональные свойства. Определены семь основных видов функциональных ингредиентов: пищевые волокна (растворимые и нерастворимые), витамины, минеральные вещества (такие как кальций, железо) полиненасыщенные жиры (растительные масла, рыбий жир, омега-3- жирные кислоты), антиоксиданты : бета-каротин и витамины (аскорбиновая кислота-витамин С и витамин Е), олигосахариды (как субстрат для полезных бактерий), а также группа, включающая микроэлементы, бифидобактерии и др. Основой технологий функциональных пищевых продуктов является модификация традиционных продуктов, обеспечивающая повышение содержания в них полезных ингредиентов до уровня, соотносимого с физиологическими нормами потребления (10-50% от средней суточной потребности, по данным Института питания РАМН). Специалисты прогнозируют, что рынок функциональных продуктов будет увеличиваться.

В настоящее время выпускаются продукты питания, обогащенные функциональными ингредиентами, такими как пробиотическая микрофлора, пищевые волокна, витамины, минеральные вещества и др., ведутся работы по созданию продуктов для лечебно-профилактического питания больных с нарушением обмена веществ.

В то же время масштабы и уровень проводимых в Беларуси исследований в этой области отстает от исследований, проводимых в других странах (Россия, США, Япония, Западная Европа). Однако весь комплекс проблем связанных с технологиями получения функциональных продуктов питания, их безопасностью, хранением, требует глубокого изучения. Повышенное внимание к функциональным продуктам питания, которое становится все более и более распространенным, делает исследования в этой области особенно актуальными.