

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан



Презентацию выполнила:  
студентка уч. гр. ЭБ-51  
Белоусова Наталья

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

«Продовольственная безопасность страны - состояние экономики, при котором населению страны в целом и каждому гражданину в отдельности гарантируется обеспечение доступа к продуктам питания, питьевой воде и другим пищевым продуктам в качестве, ассортименте и объемах необходимых и достаточных для физического и социального развития личности, обеспечения здоровья и расширенного воспроизводства населения страны».

# Источник продовольственной нестабильности - бедность



## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Продовольственная безопасность населения определяется:

- макроэкономической ситуацией,
- эффективностью общественного производства,
- доходами населения.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

**Оценка состояния продовольственной безопасности населения определяется:**

**физической доступностью продовольствия** - наличие продуктов питания на всей территории страны в каждый момент времени и в необходимом ассортименте;

**экономической доступностью продовольствия** - уровень доходов независимо от социального статуса и места жительства гражданина, который позволяет приобретать продукты питания, по крайней мере, на минимальном уровне потребления;

**безопасностью продовольствия для потребителей** - предотвращение производства, реализации и потребления некачественных пищевых продуктов, способных нанести вред здоровью населения.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Общий питательный баланс населения России в основном поддерживается за счет крахмалосодержащих продуктов при сокращении потребления животного белка, что свидетельствует о снижении качества питания.



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Сокращение пищевой ценности продовольствия и снижение потребления продуктов животноводства населением России не являются основными факторами продовольственного риска.



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Характер питания в России

1. Несбалансированность питания

2. Дефицит потребления витаминов и различных микроэлементов, в том числе недостаток йода и железа.



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Характер питания в России

Более, чем у половины взрослого населения России индекс массы тела (ИМТ) превышает норму более чем на 25%, возрастают риски возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, некоторых видов рака, диабета, анемии и других заболеваний.

Сохраняется глубокая дифференциация потребления продовольствия населением из различных социальных групп.

## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Вследствие увеличения поступления на продовольственный рынок некачественных, фальсифицированных и опасных для здоровья продуктов особое значение приобретает

**безопасность продуктов питания для потребителей.**



## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

В России до 85% продуктов питания в той или иной степени фальсифицированы.

(Национальный фонд защиты прав потребителей).

В 2016 году по сравнению с 2015 годом было отмечено ухудшение качества значительной части как импортных, так и отечественных продуктов питания.

(Национальный фонд защиты прав потребителей).

## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Малообеспеченные слои вынуждены отдавать предпочтение либо дешевым (и зачастую фальсифицированным) отечественным продуктам, либо низкокачественным импортным



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

**Необходимо выработать и законодательно закрепить механизмы повышения доступности и качества продовольствия, исходя из задач улучшения здоровья нации.**



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Характер питания в России

По обобщенным данным исследования населения России, дефицит полноценных белков составляет 25%, витаминов группы В – 30-40 %, витамина А – 30 %.



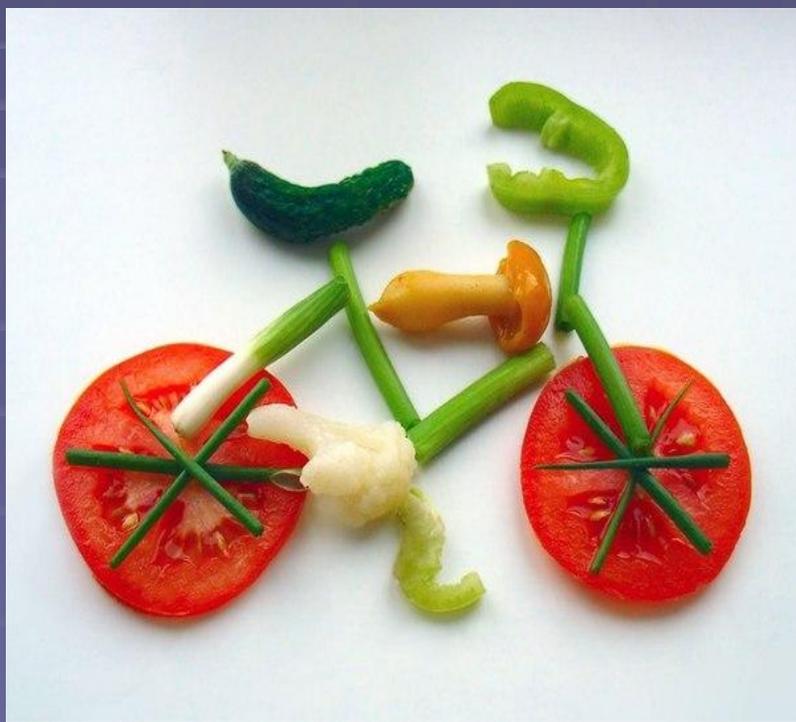
## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Значительно ухудшилось состояние здоровья у детей и подростков – изменение показателей физического развития, обменных процессов, заболевания желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательной, неврологические нарушения, различные аллергические проявления, возникающие еще в самом раннем возрасте



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Низкий уровень знаний населения по вопросам рационального *здорового питания*, как составляющей *здорового образа жизни*



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Отмечается низкий уровень культуры питания; сложившиеся семейные традиции пищевого поведения



## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Основные знания по питанию дети обычно получают либо из рекламы, либо от родителей.

Родители информацию о питании получают:

из рекламных статей в средствах массовой информации – 69%,  
от коллег по работе и знакомых 24%,  
от врачей - только 7% опрошенных.

## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Формирование новых пищевых привычек и смещение приоритетов питания в сторону фаст-фудов, высокожировых, рафинированных продуктов и блюд, газированных напитков (фанта и колы, чипсы, гамбургеры, хот-доги, супы, лапша, пюре быстрого приготовления и пр. - «Бутербродный» стиль питания).

Уменьшение в рационе питания количества овощей, фруктов, кисломолочных продуктов, рыбы, мяса.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Продукты с повышенным содержанием пестицидов, гербицидов, солей тяжелых металлов, высокой микробиологической загрязненностью, с нарушением технологии их изготовления, правил и сроков хранения, как сырья, так и готовой продукции изымают при каждой инспекции в любой торговой точке.



## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Если вы обнаружили на российских продуктах определения «органические», «экологические» и прочие «био», не верьте. В России нет законодательства, определяющего этот тип продуктов, и «писатели на упаковках» горазды писать что угодно. Но это не отрицает того, что у нас могут встречаться качественные отечественные продукты, которые на Западе могли бы получить титул органических. Некоторые из них делают на фермах и изредка даже в промышленном производстве. Но в первую очередь, это продукты, полученные из крестьянских или подсобных хозяйств. И пока нам законы не писаны, все они продаются инкогнито – без указания на свою органичность.

## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

За рубежом экологически чистые продукты стоят в 1,5-3 раза дороже обычных.

В России - 6-8 раз выше, чем их "грязные" аналоги.



## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

48% компаний признают, что маркируют свои товары значками "био", "натуральный продукт" или "экологически чистый продукт" без проведения соответствующей экспертизы



## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Требования к их производителям экологически чистой продукции чрезвычайно жестки:

- земля, на которой планируется ее производить, должна в течение трех лет проходить процедуру очистки ;
- при производстве запрещается использовать химические и минеральные удобрения, а также генетически модифицированные культуры;
- приветствуется использование ручного труда;
- в его составе должно быть 95% органических веществ.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

*Что такое здоровое питание?*



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные правила питания.

### Соблюдение правильного режима питания.

Оптимальным считается четырехразовый прием пищи с интервалами в 4-5 часов, в одно и то же время.

При этом завтрак должен составлять 25% суточного рациона, обед — 35%, полдник — 15% и ужин — 25%. Ужинать рекомендуется не позднее чем за 3 ч до сна.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные правила питания.

Достаточная, но не избыточная калорийность рациона.

Количество потребляемых калорий должно покрывать энергозатраты человека (которые, в свою очередь, зависят от пола, возраста и образа жизни, в том числе от характера труда).

Вредит здоровью как недостаточная, так и избыточная калорийность рациона.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные правила питания.

Правильное соотношение основных компонентов питания (белков Правильное соотношение основных компонентов питания (белков, жиров Правильное соотношение основных компонентов питания (белков, жиров, углеводов).

В среднем соотношение количества употребляемых белков, жиров и углеводов должно составлять 1:1:4, при больших физических нагрузках - 1:1:5 для работников

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные правила питания.

Должна покрываться (без избытка) потребность организма в основных пищевых веществах (незаменимые аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины (незаменимые аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины, микроэлементы, минеральные вещества (незаменимые аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины, микроэлементы, минеральные

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные правила питания.

**Ограничить потребление жира. Старайтесь выбирать продукты с низким содержанием жира, готовить без жира или с минимальным его количеством.**

**Исключить или ограничить потребление чистого сахара.**

**Исключить или ограничить потребление поваренной соли.**

**Исключить или ограничить потребление алкоголя.**

## Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Схема здорового питания включает большое разнообразие продуктов.

Каждый день Вы должны стараться съесть:

- От 6 до 11 порций хлеба, хлебных злаков, риса или макаронных изделий.
- От 3 до 5 порций (чашек) овощей.
- От 2 до 4 порций фруктов.
- От 2 до 3 порции молока, йогурта (1 чашка), или сыра (50 г).
- От 2 до 3 порций мяса, домашней птицы, рыбы, сухой фасоли, яиц или орехов(60-90 г). Мяса - не более 150-210 г.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

— Завтракайте каждый день.

— Выбирайте цельно зерновые продукты.

— Выбирайте цветные овощи каждый день.

— Выбирайте свежие или нарезанные фрукты чаще, чем фруктовый сок.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

- **Осторожно используйте жиры и масла**
- **Осторожно потребляйте сладости.** Ограничьте еду и напитки, содержащие много сахара.
- **Имейте маложирные и несладкие закуски под рукой** дома, на работе или в дороге с тем чтобы утолить голод и не вызывать переедания
- **Питайтесь три раза в день** вместо пропуска приема пищи или употребления закусок вместо еды.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Критерии экологически чистых (органических) продуктов:

- **не содержат** генетически модифицированные ингредиенты;
- **не содержат** ингредиенты выращенные при использовании пестицидов, гербицидов, ядохимикатов и искусственных удобрений;
- **не содержат** искусственные консерванты, красители и вкусовые добавки;
- **обязаны иметь** на упаковке специальные лицензионные символы «Органика».

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Символы крупнейших Био-Органических Ассоциаций



# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## **Экологически чистые продукты вредны!**

Ярослав Чемногоров, руководитель Института Питания Москвы имени Отто Куусинена

Несколько поколений уже привыкли к содержащимся в продуктах нитратам, в большинстве случаев на генном уровне.

Практически всем людям они уже жизненно необходимы, так же, как витамины и минералы..

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## **Экологически чистые продукты вредны!**

Ярослав Чемногоров, руководитель Института Питания Москвы имени Отто Куусинена

При недостатке нитратов организм пытается восполнить их содержание.

В лучшем случае это переедание, а в худшем — вредные привычки: курение, алкоголь, наркомания.

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные мероприятия по обеспечению продовольственной безопасности:

- развитие инфраструктуры продовольственного рынка и повышение ее доступности для всех товаропроизводителей аграрно-продовольственного сектора;
- недопущение установления межрегиональных торговых барьеров, в том числе при закупках сельскохозяйственного сырья, продукции и продовольствия для бюджетных организаций и учреждений, что улучшит физическую доступность продовольствия для населения в различных регионах;

## Основные мероприятия по обеспечению продовольственной безопасности:

разработку системы адресной продовольственной помощи (в зависимости от уровня располагаемого дохода семьи) наиболее нуждающимся слоям населения и организацию комплексного всестороннего анализа оценки состояния продовольственной безопасности - “продовольственного мониторинга” населения;

- внесение изменений и дополнений в действующие нормативные правовые акты с целью создания единого государственного органа по контролю за качеством и безопасностью пищевых продуктов путем объединения ведомств по разработке стандартов с ведомствами, отвечающими за их соблюдение;

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

## Основные мероприятия по обеспечению продовольственной безопасности:

- стимулирование перехода от производства “обезличенного” продовольствия к выпуску отечественных продовольственных товаров под торговыми марками, что поднимет качество и повысит конкурентоспособность продукции отечественных товаропроизводителей;
- расширение производства и широкое использование местных сельскохозяйственных продуктов в местной пищевой промышленности;

# Продовольственная безопасность страны и здоровье граждан

Основные мероприятия по обеспечению продовольственной безопасности:

- развитие информационной структуры по продовольственной безопасности и проведение информационной кампании по здоровому питанию и здоровому образу жизни;
- использование отечественных эффективных йодсодержащих органических продуктов.