



НИИ  
ОРГАНИЗАЦИИ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
И МЕДИЦИНСКОГО  
МЕНЕДЖМЕНТА

Н. А. Гречушкина, В. В. Егорова, Н. Н. Камынина

# УПРАВЛЕНИЕ РИСКАМИ В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЯ: НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ. ОБЗОР МИРОВЫХ ПРАКТИК

Научное электронное издание

МОСКВА  
2022

Государственное бюджетное учреждение  
«Научно-исследовательский институт организации  
здравоохранения и медицинского менеджмента  
Департамента здравоохранения города Москвы»

Н. А. Гречушкина, В. В. Егорова, Н. Н. Камынина

**УПРАВЛЕНИЕ РИСКАМИ  
В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЯ:  
НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ.  
ОБЗОР МИРОВЫХ ПРАКТИК**

Научное электронное издание

Москва  
ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»  
2022

УДК 614.39  
ББК 51.1

**Рецензенты:**

**Кузьмина Татьяна Николаевна**, доктор медицинских наук, старший научный сотрудник  
лаборатории нутрицевтики ГБУЗ МКНЦ имени А. С. Логинова ДЗМ;  
**Калининская Алефтина Александровна**, доктор медицинских наук, профессор,  
главный научный сотрудник НИИ ОЗ им. Н. А. Семашко.

**Гречушкина, Н. А.**

Управление рисками в области здоровья: нерациональное питание. Обзор мировых практик [Электронный ресурс] / Н. А. Гречушкина, В. В. Егорова, Н. Н. Камынина. – Электрон. текстовые дан. – М. : ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2022. – URL: <https://niioz.ru/upload/iblock/669/669bc3d3b3f8a7b97c2848970ec400a5.pdf>. – Загл. с экрана. – 60 с.

**ISBN 978-5-907547-00-1**

Приведены теоретические основы здорового, правильного питания, а также изучен практический опыт регулирования сферы питания в разных странах.

В главе 1 «Нерациональное питание как фактор риска развития НИЗ» рассмотрены факторы, влияющие на развитие неинфекционных заболеваний, проанализированы концепции и принципы здорового питания. Особое внимание уделяется ограничению свободных сахаров, увеличению доли бобовых, зерновых и продуктов, богатых клетчаткой. Приводятся рекомендации ВОЗ. Также рассматриваются меры государственной поддержки (фискальные, воздействие на общественное мнение и другие).

В главе 2 «Мировые практики управления здоровым питанием населения» анализируются правительственные программы, политические инструменты для реализации здорового питания в разных странах (Россия, США, Великобритания, Сингапур). В США одним из политических подходов к сокращению потребления добавленных сахаров является налог на подслащенные продукты и напитки, а также различные льготы и мероприятия для людей пожилого возраста, детей, малообеспеченных семей в сфере правильного питания (выплаты для покупки фруктов и овощей, запрет на продажу сладких напитков возле школ т. п.). В Великобритании основное внимание уделяется проблеме чрезмерного потребления фермерского мяса и его замене на альтернативные источники белка. В каждой стране есть свои культурные традиции в организации питания, которые следует учитывать при разработке государственных программ.

Может быть интересно широкому кругу специалистов, занимающихся вопросами обеспечения здоровья и благополучия населения.

**УДК 614.39**  
**ББК 51.1**

*Утверждено и рекомендовано к изданию Научно-методическим советом ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ» (Протокол № 3 от 15 марта 2022 г.).*

*Самостоятельное электронное издание сетевого распространения*

Минимальные системные требования: браузер Internet Explorer/Safari и др.;  
скорость подключения к Сети 1 МБ/с и выше.

ISBN 978-5-907547-00-1



9 785907 547001 >

© Гречушкина Н. А., Егорова В. В., Камынина Н. Н., 2022  
© ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2022

# Оглавление

<b>Введение</b> .....	<b>4</b>
<b>1. Нерациональное питание как фактор риска развития НИЗ</b> .....	<b>6</b>
1.1. Концепция и принципы здорового питания .....	7
1.2. Меры государственной политики по снижению рисков в области питания.....	11
<b>2. Мировые практики управления здоровым питанием населения</b> .....	<b>16</b>
2.1. США .....	16
2.2. Великобритания .....	22
2.3. Германия.....	27
2.4. Сингапур .....	30
2.5. Россия .....	33
<b>Заключение</b> .....	<b>38</b>
<b>Список источников и литературы</b> .....	<b>38</b>
<b>Приложение А</b> .....	<b>48</b>
<b>Приложение Б</b> .....	<b>54</b>
<b>Приложение В</b> .....	<b>56</b>
<b>Для заметок</b> .....	<b>58</b>

# Введение

Еще в недавнем прошлом перед правительствами разных стран стояла основная задача – обеспечить население достаточным количеством недорого продовольствия. В последние несколько десятилетий они столкнулись с другими проблемами, связанными с изменением питания населения, характеризующегося высоким потреблением ультрапереработанных пищевых продуктов и значительным снижением физической активности. Наблюдаемый пищевой переход сопровождается стремительным ростом распространенности избыточного веса, ожирения и неинфекционных заболеваний, связанных с питанием<sup>1</sup>. Эти явления обусловлены процессом урбанизации, влиянием средств массовой информации и методов маркетинга, технологическими достижениями и глобализацией в сфере торговли, а также другими факторами.

Практически во всем мире система производства продуктов питания ориентирована на продукты с высокой степенью переработки и повышенной вкусовой привлекательностью, для которых характерно высокое содержание натрия, сахара, насыщенных жиров, рафинированных углеводов<sup>2</sup>. Кроме того, так называемая «уличная еда» и система фастфудов, предлагающие продукты с высоким содержанием жиров, в значительной степени способствуют ухудшению качества питания среди населения (особенно с низким и средним уровнем дохода)<sup>3,4</sup>. Все это приводит к ухудшению показателей здоровья и росту преждевременной смертности населения, увеличению расходов на здравоохранение<sup>5</sup>.

---

1. Abarca-Gomez, L. Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128.9 million children, adolescents, and adults / L. Abarca-Gomez, Z. A. Abdeen, Z.A. Hamid [et al.] // *Lancet*. – 2017. – No. 390(10113). – P. 2627-2642.

2. Popkin, B. M. Dynamics of the double burden of malnutrition and the changing nutrition reality / B. M. Popkin, C. Corvalan, L. M. Grummer-Strawn // *Lancet*. – 2020. – No. 395. – P. 65-74.

3. Reardon, T. The processed food revolution in African food systems and the double burden of malnutrition / T. Reardon, D. Tschirley, L. S. O. Liverpool-Tasie [et al.] // *Global. Food Secur.* – 2021. – No. 28(3). doi: 10.1016/j.gfs.2020.100466.

4. Baker, P. Ultra-processed foods and the nutrition transition: global, regional and national trends, food systems transformations and political economy drivers / P. Baker, P. Machado, T. Santos [et al.] // *Obes. Rev.* – 2020. – No. 21(12). doi: 10.1111/obr.13126.

5. Popki, B. M. The nutrition transition to a stage of high obesity and noncommunicable disease prevalence dominated by ultra-processed foods is not inevitable / B. M. Popkin, S. W. Ng // *Obesity Reviews*. – 2022. – No. 23(1). doi: 10.1111/obr.13366.

Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН (ФАО), Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), Детский фонд ООН, Всемирный банк и другие крупные международные сообщества, связанные со здоровьем, активно продвигают политику по сокращению потребления ультрапереработанных продуктов<sup>6</sup>.

Государства также озабочены решением нарастающих проблем, связанных с рисками для здоровья населения в области питания. На протяжении многих лет они разрабатывают меры политики, способствующие снижению давления на популяционное здоровье фактора нерационального питания. Общий набор политических инструментов для многих стран включает меры фискальной политики, стандартизацию качества и маркировку пищевой продукции, образование населения, материальное стимулирование к ответственному пищевому поведению, разработку национальных рекомендаций здорового питания и его пропаганду и т. д. В последнее время эти подходы стали опираться на данные эпидемиологического мониторинга и исследований, оценивающих результаты того или иного вида вмешательства. Понимание слабых и сильных сторон каждого инструмента делает осуществляемую политику более эффективной.

Несмотря на схожесть управленческих механизмов, каждое государство индивидуализирует свой подход в зависимости от культурных традиций страны, социально-экономических и прочих условий. Предлагаемый далее обзор на примере ряда зарубежных стран и Российской Федерации рассматривает практический опыт регулирования сферы питания, а также теоретические основы концепции здорового питания населения.

---

6. Obesity: Health and Economic Consequences of an Impending Global Challenge / Editors M. Shekar, B. M. Popkin. – Washington: The World Bank, 2020. 204 p. doi: 10.1596/978-1-4648-1491-4. – ISBN (paper): 978-1-4648-1491-4.

# 1. Нерациональное питание как фактор риска развития НИЗ

Нерациональное (неполноценное) питание и распространение связанных с ним болезней стало глобальной проблемой XXI века. ВОЗ к основным неинфекционным заболеваниям (НИЗ), обусловленным питанием, относит болезни сердечно-сосудистой системы (такие как инфаркт, инсульт, артериальная гипертензия), а также некоторые виды злокачественных новообразований и сахарный диабет 2-го типа<sup>7</sup>. Нездоровое и неполноценное питание входит в число основных факторов риска развития этих и других алиментарно-зависимых заболеваний.

«Неприемлемый пищевой рацион и вредные привычки в приеме пищи» под кодом Z72.4 включены в систему Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, Десятого пересмотра (МКБ-10). ВОЗ определяет нерациональное (неполноценное) питание как недостаточное, избыточное или несбалансированное поступление в организм калорий и (или) питательных веществ<sup>8</sup>.

С недостаточным питанием связаны четыре формы состояний: истощение, задержка роста, пониженная масса тела и недостаток витаминов и минералов. Недоедание, особенно у детей, приводит к высокой уязвимости в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний и росту детской смертности. Избыточное поступление в организм питательных веществ и калорий влечет нарушение энергетического баланса и развитие излишнего веса и ожирения. Основным показателем, используемым повсеместно для определения избыточного веса или ожирения, является индекс массы тела (ИМТ). Он рассчитывается как соотношение массы тела человека в килограммах к его росту в метрах в квадрате ( $\text{кг}/\text{м}^2$ ). Значение ИМТ у взрослых, равное  $25 \text{ кг}/\text{м}^2$  или более, указывает на избыточный вес, а ИМТ  $30 \text{ кг}/\text{м}^2$  и более – на ожирение<sup>9</sup>.

Несбалансированное поступление питательных веществ, витаминов и минералов (макро- и микроэлементов) провоцирует развитие различных патологических состояний и заболеваний. Недостаток потребления этих веществ может

---

7. Глобальная стратегия в области режима питания, физической активности и здоровья. Доклад Секретариата 57-й Сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения. A57/9. – ВОЗ, 2004. – URL: [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA57/A57\\_9-ru.pdf?ua=1](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_9-ru.pdf?ua=1) (дата обращения: 24.02.2022).

8. Там же.

9. Там же.

быть вызван однообразием рациона питания (например, отсутствием или недостатком овощей и фруктов, мясных или молочных продуктов), а также употреблением продуктов, способствующих быстрому выведению их из организма или препятствующих их усвоению. Кроме того, значительная обработка продуктов (длительная или высокотемпературная тепловая обработка, консервирование и т. д.) или нарушение норм хранения снижают их биологическую ценность.

Избыток макро- и микроэлементов тоже пагубно отражается на состоянии здоровья человека. Это касается, прежде всего, излишне поступающего в организм натрия при чрезмерном употреблении поваренной соли. Переизбыток натрия вызывает нарушение водного баланса и влечет повышение артериального давления, возникновение других негативных состояний.

Проблема нерационального питания не ограничивается вопросами пищевой ценности и состава употребляемых продуктов и их влияния на организм, поскольку люди употребляют комбинации продуктов в виде различных блюд, закусок и напитков. Поэтому в последние 15 лет в исследованиях произошел сдвиг в сторону изучения влияния моделей питания (режима приема пищи, набора продуктов и блюд) на риски развития заболеваний. Понимание состава пищи и того, как различные схемы питания влияют на его качество, помогает выявить существенные взаимосвязи между моделью питания и развитием заболевания. Научные данные, основанные на таком подходе, становятся дополнением к традиционным рекомендациям по питанию<sup>10</sup>. Примером этого могут служить австралийские<sup>11</sup> или американские диетические рекомендации<sup>12</sup>, в которых отмечено наличие или отсутствие доказанности между конкретной рекомендацией и снижением риска в развитии того или иного заболевания.

## 1.1. Концепция и принципы здорового питания

Современная международная концепция здорового питания, помимо здоровья человека, учитывает экологический и национальный аспекты питания, подчеркивает связь с глобальными целями в области устойчивого развития.

---

10. Leech, R. Understanding meal patterns: Definitions, methodology and impact on nutrient intake and diet quality / R. Leech, A Worsley, A. Timperio, S. McNaughton // Nutrition Research Reviews. – 2015 – No. 28(1). – P. 1-21. doi: 10.1017/S0954422414000262.

11. Australian Dietary Guidelines. – National Health and Medical Research Council, 2013. – URL: [https://www.eatforhealth.gov.au/sites/default/files/content/n55\\_australian\\_dietary\\_guidelines.pdf](https://www.eatforhealth.gov.au/sites/default/files/content/n55_australian_dietary_guidelines.pdf) (дата обращения: 25.02.2022).

12. Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. – USDA, 2020. – URL: [https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary\\_Guidelines\\_for\\_Americans-2020-2025.pdf](https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary_Guidelines_for_Americans-2020-2025.pdf) (дата обращения: 10.02.2022).



Поэтому в международных и зарубежных документах используется термин Sustainable healthy diets, который дословно можно перевести как «устойчивые здоровые рационы питания». FAO и ВОЗ «устойчивое и здоровое питание» определяют как рацион, способствующий всем аспектам индивидуального здоровья и благополучия; имеющий низкое воздействие на окружающую среду; доступный, недорогой, безопасный, справедливый и приемлемый с культурной точки зрения<sup>13</sup>.

Международное сообщество поясняет, что такой тип питания направлен на достижение оптимального роста и развития всех людей, поддержание нормального физического, психического и социального благополучия на всех этапах жизни для нынешнего и будущих поколений; способствует предотвращению всех форм недоедания; снижает риск развития НИЗ; сохраняет биоразнообразие планеты<sup>14</sup>. При этом подчеркивается, что здоровое питание должно основываться на национальных рекомендациях по питанию. Оно укрепляет здоровье за счет соблюдения диеты, адекватной потребностям организма по количеству и качеству потребляемой пищи<sup>15</sup>.

В отчете Комиссии EAT – Lancet за 2019 г. встречается понятие «рацион планетарного здоровья» (англ. planetary health diet), что подразумевает здоровое питание с учетом роста мирового народонаселения до 10 млрд человек, прогнозируемого к 2050 г. В отчете делается упор на питании, которое одновременно сохраняет здоровье человека и «здоровье планеты». Это предусматривает четырехсторонний подход, который включает: 1) выработку эталонного рациона здорового питания; 2) определение планетарных границ; 3) моделирование глобальных продовольственных систем; 4) разработку стратегий по достижению целей здорового питания с точки зрения устойчивых продовольственных систем (принимая во внимание проблему потерь и отходов пищевой продукции, а также использование устойчивых аграрных технологий и рационов питания)<sup>16,17,18</sup>.

---

13. Sustainable healthy diets. Guiding principles. – Rome: FAO, WHO, 2019. – URL: <https://www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf> (дата обращения: 25.02.2022).

14. Там же.

15. Fanzo, J. Nutrients, Foods, Diets, People: Promoting Healthy Eating / J. Fanzo, A. Drewnowski, J. Blumberg [et al.] // Current Developments in Nutrition. – 2020 – V. 4, Iss. 6. doi: 10.1093/cdn/nzaa069.

16. White, E. J. The problem of obesity and dietary nudges / E. J. White // Politics Life Sci. – 2018. – No. 37(1). – P. 120-125. doi: 10.1017/pls.2018.4.

17. Fanzo, J. Nutrients, Foods, Diets, People: Promoting Healthy Eating / J. Fanzo, A. Drewnowski, J. Blumberg [et al.] // Current Developments in Nutrition. – 2020. – V. 4, Iss. 6. doi: 10.1093/cdn/nzaa069.

18. Willett, W. Food in the Anthropocene: the EAT – Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems / W. Willett, J. Rockström, B. Loken [et al.] // The Lancet. – 2019. – No. 393 (10170). – P. 447–92.

Предлагаемый Комиссией EAT – Lancet «эталонный рацион здорового питания» сосредоточен на двух глобальных аспектах здоровья (человека и биосферы) и не учитывает социально-экономические и культурологические условия, характерные для национального уровня. Здоровый «эталонный рацион» подчеркивает необходимость повышенного потребления фруктов, овощей и бобовых с параллельным сокращением продуктов животного происхождения, в особенности красного мяса<sup>19</sup>.

Зарубежные специалисты отмечают, что в настоящее время не все страны имеют возможность в одинаковой мере руководствоваться принципами экологической устойчивости в вопросах питания. «Устойчивое здоровое питание» рассматривается ими в контексте национальных культурных традиций. «Устойчивые рационы» не могут быть вполне универсальными, поскольку на них влияют индивидуальные и национальные детерминанты питания. Кроме того, в разных странах «устойчивость» моделей питания зависит от таких факторов, как стабильность экосистемы, доступность и наличие продовольствия, социальное и культурное благополучие, безопасность пищевых продуктов, а также уровни потерь и отходов при производстве продуктов питания<sup>20,21</sup>.

В отечественной литературе здоровое питание рассматривается как важнейший элемент качества жизни, под которым понимается интегральный показатель психического, физического и социального функционирования человека<sup>22</sup>. В Федеральном законе Российской Федерации «О качестве и безопасности пищевых продуктов» здоровое питание определено как питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах, установленных настоящим федеральным законом, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений<sup>23</sup>.

---

19. Willett, W. Food in the Anthropocene: the EAT – Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems / W. Willett, J. Rockström, B. Loken [et al.] // *The Lancet*. – 2019. – No. 393 (10170). – P. 447–492.

20. Fanzo, J. Nutrients, Foods, Diets, People: Promoting Healthy Eating / J. Fanzo, A. Drewnowski, J. Blumberg [et al.] // *Current Developments in Nutrition*. – 2020. – V. 4, Iss. 6. doi: 10.1093/cdn/nzaa069.

21. Pingali, P. L. Green revolution: impacts, limits and the path ahead / P. L. Pingali // *PNAS*. – 2012. – No. 109 (31). – P. 12302–12308. doi: 10.1073/pnas.0912953109.

22. Погожева, А. В. К здоровью нации через многоуровневые образовательные программы для населения в области оптимального питания / А. В. Погожева, Е. А. Смирнова // *Вопросы питания*. – 2020. – Т. 89. – № 4. – С. 262–272. doi: 10.24411/0042-8833-2020-10060.

23. Российская Федерация. Законы. О качестве и безопасности пищевых продуктов: Федеральный закон № 29-ФЗ (редакция от 13.07.2020): [принят Государственной Думой 1 декабря 1999 г.: одобрен Советом Федерации 23 декабря 1999 года]. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

Российские специалисты с учетом рекомендаций ВОЗ обобщают правила здорового питания в пять главных принципов<sup>24</sup>.

Первый принцип «умеренности в питании» исключает переедание, обеспечивая при этом потребности организма в калориях в соответствии с понесенными затратами энергии.

Второй принцип – это «сбалансированное питание», наилучшим образом удовлетворяющее потребности организма в жизненно необходимых и незаменимых пищевых веществах. Сбалансированное питание создает оптимальные условия для процессов метаболизма в организме.

Третий принцип – «четырёхразовое питание», предусматривает ежедневный прием пищи в небольших количествах в течение дня.

Четвертый принцип – это «разнообразие питания», которое позволяет организму выбирать необходимые ему для жизнедеятельности биологически активные вещества.

Пятый принцип – «высокая биологическая полноценность питания». Он особенно важен в современных условиях повышенного темпа жизни и нервно-эмоциональных перегрузок. Подразумевает ежедневное, систематическое потребление свежих, по возможности сырых овощей и фруктов, а также зелени.

Этот базис рационального питания обеспечивает достижение баланса между потребляемой с пищей и расходуемой в результате физической активности энергией для поддержания оптимальной для здоровья массы тела; ограничение потребления калорий из общих жиров (не более 30 % от общего потребления энергии) со сдвигом от насыщенных к ненасыщенным жирным кислотам и в сторону ликвидации трансжиров; ограничение потребления свободных сахаров, а также натрия из всех источников; обеспечение (по показаниям) йодирования соли; увеличение потребления фруктов, овощей, цельнозерновых продуктов и орехов<sup>25</sup>.

---

24. Москвичева, М. Питание как фактор риска развития неинфекционных заболеваний / М. Москвичева, О. Сопова // Врач. – 2017. – № 7. – С. 81-83.

25. Там же.

## 1.2. Меры государственной политики по снижению рисков в области питания

Рост хронических заболеваний, связанных с неправильным питанием, и, как следствие, преждевременная смертность от этих болезней, снижение трудоспособности взрослого населения и увеличение затрат на здравоохранение<sup>26</sup> вынуждают правительства разных стран разрабатывать меры политики по управлению рисками в области питания.

Такие меры могут быть направлены на повышение качества пищевой продукции, налоговое и экономическое стимулирование производителей, улучшение рациона питания, образование и информирование населения, его мотивирование к ответственному пищевому поведению и т. д. Эксперты отмечают, что реализация политических вмешательств в области питания должна сопровождаться регулярным мониторингом, оценкой прогресса и коррекцией мер. В совокупности с пониманием слабых и сильных сторон каждого инструмента вмешательства это делает осуществляемую политику более эффективной<sup>27</sup>.

Одной из ключевых мер по снижению риска развития НИЗ, связанных с питанием, является пропаганда, которая включает образование и просвещение взрослого населения, школьные и вузовские учебные программы, освещение в СМИ, привлечение деятелей культуры, разработку национальных диетических рекомендаций и т. д. Это так называемые «мягкие» меры, в ряде случаев не требующие от правительства значительных затрат. Некоторые из этих мер, в частности, диетические руководства, остаются малоэффективными в отношении слабо социализированных групп населения. Образовательные программы специалисты оценивают как меры с неутонченным эффектом, требующие комбинирования с иными инструментами регулирования<sup>28</sup>.

Другим направлением политики является маркировка продуктов питания, включающая маркировку на упаковках, информационные панели, калорийность блюд в меню кафе и ресторанов, международную систему маркировки «Светофор», предупреждающие этикетки (например, о содержании натрия, добавленного сахара, трансжиров и т. д.). Данные меры могут быть эффективны при достаточной детализации пищевых критериев (указание количества насыщенных жиров, трансжиров и т. п.) при надлежащей осведомленности потре-

26. Например, в Великобритании заболевания, связанные с ожирением, обходятся Национальной службе здравоохранения в 6 млрд фунтов стерлингов в год (<https://www.gov.uk/government/news/new-pilot-to-help-people-exercise-more-and-eat-better>).

27. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // *BMJ*. – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

28. Там же.

бителя. Кроме этого, они могут стимулировать производителей к улучшению качества производимых продуктов, изменению технологий и применению инноваций (например, использование в рецептуре вместо сахара сладких протенинов)<sup>29,30</sup>.

Меры фискального регулирования подразумевают налоговые стимулы (субсидии, гранты компаниям, выращивающим и реализующим фрукты, ягоды, овощи) и антистимулы (налоги на вредную пищу, подслащенные напитки)<sup>31</sup>. У зарубежных экспертов нет единого мнения об эффективности последних. Они также отмечают, что налоги и подобные им меры могут встречать противодействующее лобби со стороны производственного сектора<sup>32,33,34</sup>.

Программы продовольственной помощи улучшают покупательскую способность малообеспеченных групп населения и расширяют их доступ к более здоровым продуктам питания. Для достижения желаемого результата они должны согласовываться со стандартами здорового питания и применяться вместе со стимулирующими мерами<sup>35</sup>.

Стандарты здорового питания могут быть применимы при осуществлении государственных закупок продовольствия для государственных организаций и официальных правительственных мероприятий. Следует однако учитывать, что эффект в этом направлении может быть снижен за счет нерационального питания граждан вне стен учреждений. А также то, что использование стандартов здорового питания при закупках продовольствия для государственного

---

29. U.S. Food and Drug Administration. Changes to the Nutrition Facts Label. Secondary Changes to the Nutrition Facts Label. – 2016. – URL: <http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/GuidanceDocumentsRegulatoryInformation/LabelingNutrition/ucm385663.htm#Summary> (дата обращения: 07.02.2022).

30. Long, M. W. Systematic review and meta-analysis of the impact of restaurant menu calorie labeling / M. W. Long, D. K. Tobias, A. L. Craddock [et al.] // *Am. J. Public Health.* – 2015. – No. 105. doi: 10.2105/AJPH.2015.302570.

31. Pomeranz, J. L. Legal and administrative feasibility of a federal junk food and sugar-sweetened beverage tax to improve diet / J. L. Pomeranz, P. Wilde, Y. Huang [et al.] // *Am. J. Public Health.* – 2018. – No. 108. – P. 203-209. doi: 10.2105/AJPH.2017.304159.

32. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // *BMJ.* – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

33. Cawley, J. The impact of the Philadelphia beverage tax on purchases and consumption by adults and children / J. Cawley, D. Frisvold, A. Hill, D. Jones // *J. Health Econ.* – 2019. – 67:102225. doi: 10.1016/j.jhealeco.2019.102225.

34. Sacks, G. Do taxes on unhealthy foods and beverages influence food purchases? / G. Sacks, J. Kwon, K. Backholer // *Curr. Nutr. Rep.* – 2021. – No. 10(3). – P. 179-187. doi: 10.1007/s13668-021-00358-0.

35. Bipartisan Policy Center. Leading with Nutrition: Leveraging Federal Programs for Better Health. – 2018. – URL: <http://www.bipartisanpolicy.org/SNAP> (дата обращения: 07.02.2022).

сектора может приводить к увеличению расходов, превышающих установленный бюджет<sup>36</sup>.

Применение стандартов целесообразно в школьном, детском, вузовском питании, питании на рабочем месте. Последнее также подразумевает применение комплексных оздоровительных корпоративных программ, проектирование оздоровительной среды, применение стимулов, поощряющих здоровый образ жизни и рациональное питание работников (могут быть неэффективными в долгосрочной перспективе из-за смены кадров, а также несоблюдения принципов здорового питания сотрудниками вне рабочего времени).

Стандартизация и технологическое регламентирование является весьма эффективной мерой при производстве продуктов питания. Стандартизация не требует от правительства больших затрат. Обязательные или рекомендуемые государственные стандарты могут ограничивать использование вредных ингредиентов (трансжиров, соли, сахара и др.)<sup>37</sup>.

Результативные рычаги политики могут быть задействованы через систему здравоохранения, которая обеспечивает работу с населением по программам профилактики НИЗ и позволяет охватить уязвимые группы населения (беременные женщины, пациенты с диабетом и др.). Система здравоохранения обеспечивает консультации специалистов по вопросам питания, профилактику и лечение ожирения, метаболических расстройств. Для достижения лучшего эффекта информация о питании пациентов и факторах риска может быть интегрирована в электронную медицинскую карту. Через систему здравоохранения могут реализовываться государственные и корпоративные программы поощрения здорового питания<sup>38</sup>.

Другими видами вмешательств являются меры, регулирующие продажу продуктов питания в магазинах и супермаркетах (в частности, меры диетического подталкивания), проектирование городской и сельской инфраструктуры, межведомственное взаимодействие, развитие научной сферы и инноваций<sup>39</sup>.

---

36. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J.A. Rivera // *BMJ*. – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

37. Public Health England. Guidelines on reducing sugar in food published for industry. – 2017. – URL: <https://www.gov.uk/government/news/guidelines-on-reducing-sugar-in-food-published-forindustry> (дата обращения: 07.02.2022).

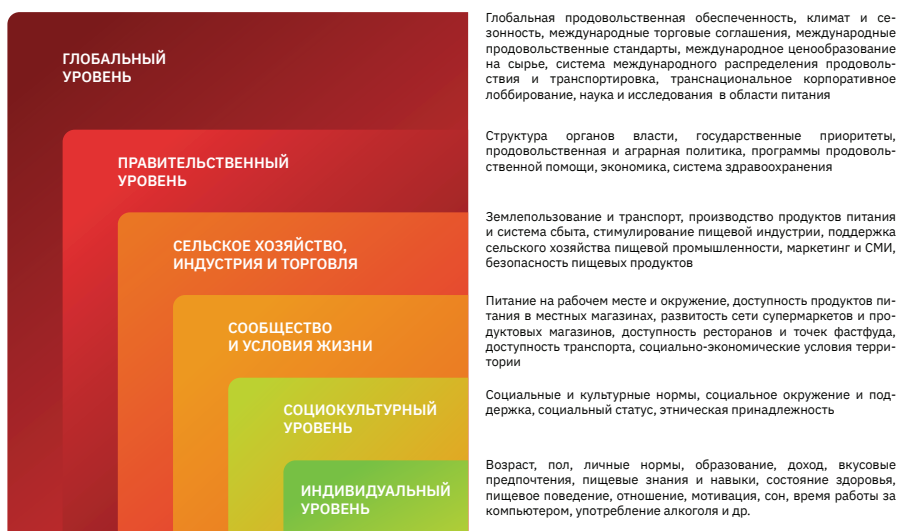
38. Brambila-Macias, J Policy interventions to promote healthy eating: a review of what works, what does not, and what is promising / J. Brambila-Macias, B. Shankar, S. Capacci [et al.] // *Food Nutr. Bull.* – 2011. – No. 32. – P. 365-75. doi: 10.1177/156482651103200408.

39. Там же.

Основой для реализации любых политических мер служат механизмы обеспечения продовольственной безопасности, контроля качества продуктов питания на всех этапах производства и доставки конечному потребителю.

Как ранее было отмечено, не все из существующих мер имеют равную эффективность. В конечном итоге та или иная модель питания – это личный выбор конкретного человека, обусловленный множеством факторов, относящихся к разным уровням влияния. На рисунке 1 отражена система таких многоуровневых факторов, предложенная А. Afshin<sup>40</sup> с соавторами и опубликованная в работе американских исследователей<sup>41</sup>.

**Рисунок 1** – Многоуровневая система факторов, влияющих на личный выбор модели питания. (Факторы, выходящие за пределы индивидуального уровня, могут быть рассмотрены в качестве потенциальных целей, модификаторов или барьеров в регулировании здорового питания или как средства, способствующие политическим вмешательствам)<sup>42</sup>



40. Cm. Afshin, A. Dietary Policies to Reduce Non-Communicable Diseases / A. Afshin, R. Micha, Khatibzadeh [et al.] // Ed. Garrett W. Brown, Gavin Yamey, Sarah Wamala. The Handbook of Global Health Policy. – John Wiley & Sons Limited, 2014. – P. 175–193.

41. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // BMJ. – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

42. Источник: Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // BMJ. – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

К этим факторам, в частности, относятся: возраст, пол, состояние здоровья, семейное положение, уровень дохода и образования, семейные традиции и индивидуальные навыки в приготовлении пищи (индивидуальный уровень влияния); культурологические и ценностные установки в сфере здоровья и питания, социальное окружение, принадлежность к этническим, религиозным и иным группам населения (социокультурный уровень); развитость сети продуктовых магазинов и супермаркетов в месте работы или проживания, социально-экономические условия территории, доступность пунктов общественного питания (кафе, ресторанов, точек быстрого питания), условия трудовой деятельности (уровень влияния условий жизни и сообществ); формы землепользования, стандарты производства и безопасности пищевых продуктов, система их сбыта, маркетинг и влияние СМИ (индустриальный уровень); существующая структура власти, продовольственная и аграрная политика государства, программы продовольственной помощи населению, системы экономики и здравоохранения (правительственный уровень); климатические и экологические условия региона, система международных отношений в области продовольствия и проч. (глобальный уровень).

Все эти многочисленные факторы могут служить непреодолимыми препятствиями на пути к выбору здоровой модели питания для большинства людей. Однако при взвешенной политике, основанной на фактических данных, каждый из этих факторов за пределами индивидуального уровня может дать властям рычаги по управлению питанием населения и связанные с ним риски для здоровья<sup>43</sup>.

При разработке стратегий и мер государственной политики в области питания зарубежные специалисты<sup>44</sup> рекомендуют учитывать такие параметры, как: уровень вмешательства (международный, региональный, национальный, территориальный, местный или локальный (организации, трудовые коллективы, школы, вузы, СМИ, сообщества и т. д.)); целевую аудиторию или сектор, на которые направлены меры (потребители, организации, сообщества, система здравоохранения, промышленность, производство, торговля и др.); форму вмешательства или направление деятельности (образование, просвещение, информирование населения, фискальная политика, экономическое стимулирование, стандартизация качества продуктов, создание продовольственных инфраструктур и экосистем, наука и инновации, обучение медицинских работников и т. д.); механизм регулирования (изменение потребительских пред-

---

43. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // *BMJ*. – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

44. Там же.



почтений или выбора, состава, наличия и доступности пищевых продуктов и т. п.).

Успех реализуемых вмешательств в значительной мере зависит от слаженности действий государственных структур, обеспечивающих межведомственное взаимодействие и согласованность работы всех инструментов регулирования.

## 2. Мировые практики управления здоровым питанием населения

В странах мира при разработке стратегий и мер по управлению качеством пищевой продукции и регулированию факторов риска в области питания применяются типовые политические инструменты. Однако национальные особенности устройства государственной системы, традиций и культуры, социально-экономического развития и инноваций формируют разнообразие арсеналов политических вмешательств. Далее на примере ряда зарубежных стран и России рассмотрим накопленный практический опыт управления здоровым питанием населения.

### 2.1. США

Нерациональное питание остается серьезной проблемой для Соединенных Штатов, особенно среди жителей с низким уровнем дохода. Основные пищевые нарушения среди отдельных групп населения – это высококалорийное питание со значительным потреблением насыщенных жиров, сахара, соли, холестерина, ультраобработанных продуктов, красного мяса, недостаточное содержание в рационе фруктов и овощей. Эти проблемы, как правило, обусловлены высокой стоимостью полезных для здоровья продуктов, недостатком времени на приготовление здоровой пищи, наличием так называемых «продовольственных пустынь»<sup>45</sup>, образом жизни и культурой американцев.

---

45. Согласно определению Министерства сельского хозяйства США, продовольственная пустыня – это район с низким уровнем дохода, где значительное количество жителей живет вдали от продуктового магазина – более чем в 1,5 км для городской и в 16 км для сельской местности.

Попытки изменить пищевое поведение граждан предпринимались в США еще в XX столетии. В 1988 г. Департамент здравоохранения Калифорнии запустил инновационную многолетнюю социальную программу, направленную на увеличение потребления населением фруктов и овощей под названием «Пять раз в день – для лучшего здоровья!». Кампания была ориентирована на изменение пищевого поведения и содержала простой позитивный призыв, съедать пять порций овощей и фруктов каждый день в рамках диеты с низким содержанием жиров и высоким содержанием клетчатки<sup>46</sup>.

Для реализации программы использовались средства массовой информации, осуществлялось партнерство между государственным звеном здравоохранения, производителями продуктов и супермаркетами. Проект широко освещался в торговых точках.

В результате работы этой программы повысилась осведомленность калифорнийского общества о том, что фрукты и овощи помогают снизить риск развития рака; увеличилось потребление фруктов и овощей среди основных групп населения; возникло долгосрочное партнерство между общественным здравоохранением и агробизнесом. Это позволило распространить кампанию на другие слои населения, в частности на детей и взрослых латиноамериканцев.

В 1991 г. программа была принята как национальная инициатива Национальным институтом рака и Фондом «Производи для лучшего здоровья» (Produce for Better Health Foundation). К 1994 г. лицензию на участие в программе получили более 700 отраслевых организаций из 48 штатов округа Колумбия<sup>47</sup>. Таким образом, программа «Пять раз в день – для лучшего здоровья!» стала одним из первых крупномасштабных вмешательств по изменению рациона питания на популяционном уровне в США.

Фонд Produce for Better Health, объединяющий производителей и продавцов, продолжает осуществлять маркетинговую кампанию, направленную на донесение до потребителя правильной информации о фруктах и овощах. Фонд активно продвигает потребление овощей и фруктов как в государственном, так и в частном секторе. Для этого здесь проходят ежегодные конференции, собирающие исследователей и специалистов в области маркетинга и здравоохранения, которые обращаются к семьям через интернет, СМИ, социальные сети, а также через диетологов супермаркетов. Фонд поддерживает поставщиков

---

46. Heimendinger, J. The national 5 A Day for Better Health Program: a large-scale nutrition intervention / J. Heimendinger, M. A. Van Duyn, D. Chapelsky [et al.] // J. Public Health Manag. Pract. – 1996. – No. 2(2). – P. 27-35.

47. Foerster, S. B. California's "5 a day – for better health!" campaign: an innovative population-based effort to effect large-scale dietary change / S. B. Foerster, K. W. Kizer, L. K. Disogra [et al.] // Am. J. Prev. Med. – 1995. – No. 11(2). – P. 124-131.

полезной продукции посредством зарекомендовавшего себя среди покупателей логотипа на упаковке Fruits & Veggies – More Matters («Фрукты и овощи – много пользы»)<sup>48</sup>.

Еще одно направление политики, имеющее давнюю историю в Соединенных Штатах, – это разработка «Диетических рекомендаций для американцев» (Dietary Guidelines for Americans, DGA), которую совместно осуществляют Министерство сельского хозяйства (USDA) и Министерство здравоохранения и социальных служб США (HHS). Рекомендации по питанию публикуются каждые пять лет. Они ориентированы на здоровых людей, которые могут иметь риски развития неинфекционных заболеваний<sup>49</sup>.

В 2018 г. при подготовке девятого издания DGA на 2020–2025 гг. был принят прогрессивный шаг – USDA и HHS впервые опубликовали для общественного обсуждения темы и научные вопросы, которые следовало изучить перед началом процесса разработки документа. Эти темы основаны на четырех критериях:

- актуальность (тема рассматривается в рамках DGA, ее внимание сосредоточено на рекомендациях по пищевым продуктам, а не на клинических рекомендациях по лечению);
- важность (по предлагаемой теме имеются новые релевантные данные, она представляет собой проблемную область общественного здравоохранения, содержит непроверенную информацию);
- потенциальное влияние на федеральном уровне (вероятность того, что рекомендации по этой теме будут использованы в федеральной политике и программах в области пищевых продуктов и питания);
- избегание дублирования (это значит, что тема в настоящее время не рассматривается в уже существующих федеральных руководствах, основанных на фактических данных, кроме диетических рекомендаций)<sup>50</sup>.

В центре внимания Диетических рекомендаций лежит здоровый рацион. Последняя редакция этого руководства содержит сведения о здоровых моделях питания для всех возрастных групп и отдельных физиологических состояниях

---

48. Produce for Better Health // The Produce for Better Health Foundation: website. – URL: <https://www.vegetables.bayer.com/us/en-us/about/industry-collaborations/produce-for-better-health-foundation.html> (дата обращения: 10.02.2022).

49. Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. – USDA, 2020. – URL: [https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary\\_Guidelines\\_for\\_Americans-2020-2025.pdf](https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary_Guidelines_for_Americans-2020-2025.pdf) (дата обращения: 10.02.2022).

50. 2020-2025 Dietary Guidelines for Americans: We Want to Hear from You // The United States government. USDA: an official website. – URL: <https://www.usda.gov/media/blog/2018/03/01/2020-2025-dietary-guidelines-americans-we-want-hear-you> (дата обращения: 02.08.2021).

(беременность, кормление грудью). Принципы, изложенные в DGA, основаны на исследованиях, посвященных изучению взаимосвязей между отдельными питательными веществами, продуктами питания, их сочетаниями и показателями здоровья<sup>51</sup>. Документ помогает специалистам и политикам направлять американцев в выборе здоровой пищи и напитков и служит научной основой для разработки программ и принятия важных политических решений в области питания<sup>52</sup>. Однако исследователи констатируют, что сами по себе существующие продолжительное время национальные рекомендации не привели к желаемым результатам<sup>53</sup>. Поэтому переход граждан к более здоровому питанию в соответствии с рекомендациями DGA требует широкомасштабного сотрудничества в продовольственном секторе и за его пределами и привлечения значительных инвестиций<sup>54</sup>.

Одним из политических подходов к сокращению потребления добавленных сахаров в США является налог на подслащенные продукты и напитки. Некоторые исследователи как результат этой политики отмечают снижение спроса на такие продукты<sup>55,56</sup>. Другие утверждают, что фискальные меры на дополнительный сахар в целом не эффективны, поскольку при удорожании налогооблагаемого продукта потребители либо урезают бюджет по другим статьям расходов, чтобы приобрести полюбившийся продукт, либо покупают более дешевые и менее качественные его аналоги или переходят на другие высококалорийные продукты<sup>57</sup>.

В некоторых штатах применяются административные меры для решения этой же проблемы. Например, запрет на продажу сахаросодержащих напитков

---

51. Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. – USDA, 2020. – URL: [https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary\\_Guidelines\\_for\\_Americans-2020-2025.pdf](https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary_Guidelines_for_Americans-2020-2025.pdf) (дата обращения: 10.02.2022).

52. Dietary Guidelines for Americans // U.S. Department of Health and Human Services: website. – URL: <https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/dietary-guidelines> (дата обращения: 10.02.2022).

53. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // *BMJ*. – 2018. – N 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.

54. Sanders, L. M. Implementing the 2020–2025 Dietary Guidelines for Americans: Recommendations for a Path Forward / L. M. Sanders, J. C. Allen, J. Blankenship [et al.] // *Current Developments in Nutrition*. – 2021. – V. 5, Iss. 12. doi: 10.1093/cdn/nzab136 (дата обращения: 10.02.2022).

55. Cawley, J. The impact of the Philadelphia beverage tax on purchases and consumption by adults and children / J. Cawley, D. Frisvold, A. Hill, D. Jones // *J. Health Econ*. – 2019. – 67:102225. doi: 10.1016/j.jhealeco.2019.102225.

56. Edmondson, E. K. Association of a Sweetened Beverage Tax With Soda Consumption in High School Students / E. K. Edmondson, C. A. Roberto, E. F. Gregory [et al.] // *JAMA Pediatr*. – 2021. – No. 175(12). – P. 1261-1268. doi: 10.1001/jamapediatrics.2021.3991.

57. Sacks, G. Do taxes on unhealthy foods and beverages influence food purchases? / G. Sacks, J. Kwon, K. Backholer // *Curr. Nutr. Rep.* – 2021. – No. 10 (3). – P. 179-187. doi: 10.1007/s13668-021-00358-0.

вблизи школ, который в 2005 г. применил штат Калифорния. В 2014 г. власти этого же штата ввели обязательную маркировку сладких газированных напитков, предупреждающую о потенциальном вреде продукта для здоровья<sup>58</sup>.

Маркировка калорийности продуктов и готовых блюд в меню сетевых заведений общественного питания, кафе и ресторанов также традиционно используется в США. Помимо информации о калорийности и содержании вредных ингредиентов (насыщенных жиров, трансжиров, добавленного сахара и др.), указывается количество порций в упаковке, рекомендуемая порция и содержание таких полезных ингредиентов, как витамин D и калий, а также другие параметры.

В правительственной программе «Здоровые люди 2030» (Healthy People 2030) установлены национальные цели США в отношении здорового питания<sup>59</sup>. Программа действует с 2000 г. и обновляется каждые 10 лет. Одна из основных ее целей – «улучшить здоровье, пропагандируя здоровое питание и делая питательные продукты доступными»<sup>60</sup>. В рамках этой цели выделены 27 задач, для достижения которых применяются различные меры и стратегии, помогающие людям питаться более здоровой пищей. В Приложении А представлен перечень этих задач с указанием намеченных к достижению показателей.

Чтобы помочь жителям США без постоянного дохода или с низкими доходами более полноценно питаться, работает долгосрочная Программа помощи в дополнительном питании (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP). Программа реализуется Министерством сельского хозяйства через Службу продовольственного питания и SNAP-офисы профильных ведомств, имеющиеся в каждом штате.

Перечисляемое на пластиковую карту пособие позволяет приобрести только определенные продукты питания: фрукты и овощи, мясо, птицу и рыбу, молочные продукты, хлеб и крупы<sup>61</sup>. Дополнительным инструментом по улучшению рациона питания граждан, получающих льготы, является образовательная про-

---

58. Налоги на вредную пищу в разных странах мира // Электронный журнал: Бюджет.ru. – URL: <https://bujet.ru/article/312265.php>? (дата обращения: 12.02.2022). – Текст: электронный.

59. Healthy People 2030. National Center for Health Statistics // The Centers for Disease Control and Prevention: website. – URL: [https://www.cdc.gov/nchs/healthy\\_people/hp2030/hp2030.htm](https://www.cdc.gov/nchs/healthy_people/hp2030/hp2030.htm) (дата обращения: 10.02.2022).

60. Nutrition and Healthy Eating // The Centers for Disease Control and Prevention: website. – URL: <https://health.gov/healthypeople/objectives-and-data/browse-objectives/nutrition-and-healthy-eating> (дата обращения: 11.02.2022).

61. Food Assistance // The United States government: an official website. – URL: <https://www.usa.gov/food-help#item-35787> (дата обращения: 02.02.2022).

грамма SNAP-Ed, в рамках которой проводятся бесплатные занятия по обучению правильному питанию<sup>62</sup>.

Продовольственную помощь для получения более здорового питания могут также получить малообеспеченные женщины и маленькие дети по «Специальной программе дополнительного питания для женщин, младенцев и детей» (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children, WIC)<sup>63</sup>.

Кроме этого, большинство штатов предлагает продовольственные программы для пожилых людей с низким доходом. Это программа Senior Farmers' Market Nutrition Program («Программа питания на фермерском рынке для пожилых людей»), предоставляющая купоны на приобретение свежих фруктов, овощей, меда и трав на специальных фермерских рынках, в овощных и фруктовых лавках.

Другая программа – Commodity Supplemental Food Program («Программа дополнительного продовольствия») снабжает малоимущих пенсионеров ежемесячным продуктовым набором здорового питания<sup>64</sup>.

Для детей школьного возраста из малообеспеченных семей реализуются программы школьного питания «Национальная программа школьных обедов», «Программа школьного завтрака», а также «Летняя программа общественного питания», предлагающая бесплатный завтрак и обед во время летних каникул (летняя программа открыта для всех детей и подростков в возрасте до 18 лет по всей стране)<sup>65</sup>.

В последнее время в Соединенных Штатах и ряде европейских стран получила распространение стратегия «диетического подталкивания», направленная на то, чтобы «мягко» подтолкнуть потребителя к выбору более здоровых продуктов питания и рациона. В рамках этой стратегии применяется договор-обязательство, который можно заключить на специальном веб-сайте, посвященном установкам личных целей.

Мотиватором выполнения контракта служат собственные деньги пользователя, которых он может лишиться в случае невыполнения обязательств. Важным при этом является психологическая поддержка друзей, коллег по работе, тренера (что может осуществляться по телефону либо иным способом).

---

62. SNAP-Ed // Office of Temporary and Disability Assistance: website. – URL: <https://otda.ny.gov/programs/nutrition/> (дата обращения: 02.02.2022).

63. Food Assistance // The United States government: an official website. – URL: <https://www.usa.gov/food-help#item-35787> (дата обращения: 02.02.2022).

64. Там же.

65. Там же.

Другие подходы «подталкивания» включают изменение архитектуры витрины предлагаемых продуктов или готовых блюд, например, в супермаркете, кафе или столовой; использование в магазинах стрелок-указателей на полу и информационных табличек на тележках; уменьшение размеров тарелок в корпоративных столовых и т. п.<sup>66,67,68</sup>

Применение стратегии подталкивания имеет свои ограничения. Например, нидерландские исследования демонстрируют эффективность методик изменения архитектуры витрин в супермаркетах в основном для людей с низким социально-экономическим статусом. Они также отмечают недоверие покупателей к продвигаемым на витринах продуктам в случае, если те подозревают скрытые мотивы продавца<sup>69</sup>.

## 2.2. Великобритания

Великобритания выстраивает свою национальную продовольственную стратегию на основе научных данных, с учетом потребностей и пожеланий простых граждан. Ее ключевыми направлениями являются изменение пищевого поведения, борьба с социальным неравенством в области питания, мотивирование к снижению потребления мяса и животного молока, образование, поощрение людей к здоровому питанию и активной жизни через систему общественного здравоохранения, управление продуктовым маркетингом, снижение потребления аллергенов.

При этом стратегия ориентирована на «зеленую» экономку в пищевой промышленности и сельском хозяйстве. В ее рамках, в частности, задан «белковый переход», подразумевающий замену фермерского мяса высокотехнологичны-

---

66. White, E. J. The problem of obesity and dietary nudges / E. J. White // *Politics Life Sci.* – 2018. – No. 37(1). – P. 120-125. doi: 10.1017/pls.2018.4.

67. Geaney, F. The food choice at work study: effectiveness of complex workplace dietary interventions on dietary behaviours and diet-related disease risk – study protocol for a clustered controlled trial / F. Geaney, J. Scotto Di Marrazzo, C. Kelly [et al.] // *Trials.* – 2013. – No. 6, 14. – P. 370. doi: 10.1186/1745-6215-14-370.

68. Cheung, T. T. L. Cueing healthier alternatives for take-away: a field experiment on the effects of (disclosing) three nudges on food choices / T. T. L. Cheung, M. Gillebaart, F. M. Kroese [et al.] // *BMC Public Health.* – 2019. – No. 22, 19 (1). – P. 974. doi: 10.1186/s12889-019-7323-y.

69. Harbers, M. C. Determinants of Food Choice and Perceptions of Supermarket-Based Nudging Interventions among Adults with Low Socioeconomic Position: The SUPREME NUDGE Project / M. C. Harbers, C. N. H. Middel, J. M. Stuber [et al.] // *Int. J. Environ. Res. Public Health.* – 2021. – No. 7, 18 (11). – P. 6175. doi: 10.3390/ijerph18116175.

ми протеинами животного или растительного происхождения, польза которых для здоровья ставится некоторыми специалистами под сомнение<sup>70</sup>.

Основные проблемы британцев в области питания так же, как и у американцев, связаны со сложившейся культурой приема пищи. Они признают, что их нация потребляет большое количество гамбургеров, обработанного мяса, готовых блюд и полуфабрикатов и очень мало овощей и фруктов. Вместе с тем 5,5 % всей готовой еды и продуктов закупается за счет государства для различных общественных учреждений (больниц, школ, правительственных организаций и др.). Поэтому в качестве политических мер продовольственная стратегия рекомендует использовать рычаг государственных закупок с прицелом на здоровье и устойчивую экологию<sup>71</sup>.

Практика в сфере просвещения населения включает проведение школьных и молодежных семинаров, посвященных таким темам, как «Еда и здоровье», «Еда и живая планета», «Еда и финансы»<sup>72</sup>. Одной из форм «диетического подталкивания», направленного на увеличение потребления детьми овощей, является неправительственная инициатива Veg power («Энергия овощей»).

Veg power за свою десятилетнюю миссию стала самым широкомасштабным проектом, в арсенале которого, помимо овощных ресурсов, используются интернет, социальные сети, СМИ, программы и реклама на телевидении, уличная интерактивная реклама, обучающие здоровому питанию школы для детей, мастер-классы, демонстрационные и спортивные мероприятия, призы и сертификаты, детские интернет-игры и раскраски, инструкции по выращиванию овощей<sup>73</sup>, собственная рецептурная книга, магазины, специализированные товары и услуги.

Главная цель Veg power – добиться того, чтобы каждый ребенок в Великобритании съедал порцию овощей каждый день. Проект финансируется посредством краудфандинга, а также различными организациями и частными лицами. Для продвижения и пропаганды проекта бесплатно предоставляются площадки ведущих СМИ. В движение Veg power

---

70. The National Food Strategy: The Plan – July 2021 / Independent Review. – 2021. – 288 p. Tools // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/tools> (дата обращения: 18.02.2022)

71. Tools // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/tools> (дата обращения: 18.02.2022).

72. National Food Strategy: Your future, your food / 2020 Report. – London, 2020. – 35 p. – URL: [https://www.nationalfoodstrategy.org/wp-content/uploads/2021/07/NFS\\_Young-Peoples-Consultation-Report-Final.pdf](https://www.nationalfoodstrategy.org/wp-content/uploads/2021/07/NFS_Young-Peoples-Consultation-Report-Final.pdf) (дата обращения: 15.02.2022).

73. В 2019 году Veg power запустил революционный рекламный проект “Eat them to defeat them” («Съешь их, чтобы их победить»), включающий интернет-игру, раскраски и оригинальные инструкции по выращиванию овощей для детей.



вовлечены тысячи простых граждан, специалисты, различные сообщества и школы по всей стране<sup>74,75</sup>.

Обязательное употребление детьми овощей и фруктов вошло с 2015 г.<sup>76</sup> в новые стандарты школьного питания в Великобритании (рис. 2). Там же введены ограничения на продукты с высоким содержанием жира, сахара и соли<sup>77</sup>.

**Рисунок 2** – Принципы школьного питания в Великобритании<sup>78</sup>

### **Новые стандарты школьного питания в Великобритании:**

- Одна или более порций овощей или салата в качестве гарнира каждый день.
- Как минимум три разных фрукта и три разных овоща каждую неделю.
- Акцент на цельнозерновые продукты вместо рафинированных углеводов.
- Предпочтение воды перед другими напитками: ограничение порции фруктового сока до 150 мл.
- Ограничение количества добавленного сахара или меда в другие напитки до 5 %.
- Не более двух порций в неделю пищи, которая была обжарена во фритюре, покрыта жидким тестом или панировочными сухарями.
- Не более двух порций выпечки в неделю.

С конца 1990-х гг. Великобритания внедряет политику здорового питания учащихся через национальную программу «Здоровые школы». В настоящее время примером ее реализации является столичный правительственный проект «Здоровые школы Лондона»<sup>79</sup>.

74. Eat more veg // Website of the Veg Power: website. – URL: <https://vegpower.org.uk> (дата обращения: 10.02.2022).

75. Eat Them to Defeat Them // Veg Power Eat Them to Defeat Them: website. – URL: <https://eatthemtodefearthem.com/> (дата обращения: 10.02.2022).

76. School food standards. Actions in the School Food Plan // The Independent School Food Plan: website. – URL: <http://www.schoolfoodplan.com/actions/school-food-standards/> (дата обращения: 15.02.2022).

77. School food standards: resources for schools // The Government UK: website. – URL: <https://www.gov.uk/government/publications/school-food-standards-resources-for-schools> (дата обращения: 26.03.2019).

78. Источник: School food standards. Actions in the School Food Plan // The Independent School Food Plan: website. – URL: <http://www.schoolfoodplan.com/actions/school-food-standards/> (дата обращения: 15.02.2022).

79. Healthy Schools London. Healthy eating // The London government: website. – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/resources/healthy-take-aways/healthy-eating> (дата обращения: 15.02.2022).

Проект опирается на «Руководство для школ по здоровому питанию», помогающее общеобразовательным учреждениям достичь национального статуса здоровой школы (National Healthy School Status, NCSS)<sup>80</sup>, использует «Карту критериев здорового питания»<sup>81</sup>, национальные стандарты и планы школьного питания. Школа NCSS не только заботится о здоровом питании учеников, но и постепенно добивается того, чтобы родители давали детям с собой в школу полезные для здоровья обеды вместо привычных ланчей.

Для приобщения детей к культуре выращивания и потребления овощей применяются игровые школьные агроплощадки (Edible playgrounds<sup>82</sup>), система рейтинга для школ, поощрительные награды для учащихся и другие инструменты школьной политики<sup>83,84,85</sup>. Со странички проекта на сайте правительства мэр Лондона призывает начальные школы города присоединиться к инициативе «Школы только с водой». Это означает, что учащимся в качестве ежедневных напитков учебное заведение предложит только воду, а также обычное полуобезжиренное или обезжиренное молоко, безлактозное или соевое молоко. Проект оказывает методическую помощь школам и предоставляет им необходимые информационные материалы<sup>86</sup>.

Еще одна особенность страны – это наличие в обязательных общеобразовательных программах учебной дисциплины «Приготовление пищи и питание» (Food preparation and nutrition, GCSE), которую ввело Министерство образования на территории Англии в 2016 г. Цель курса – вооружить учащихся навыками

---

80. National Healthy Schools Programme. – Department of Health and Department for Children, Schools and Families initiative, 2008. – URL: [https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/sites/default/files/HS%2520Healthy%2520Eating\\_1.pdf](https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/sites/default/files/HS%2520Healthy%2520Eating_1.pdf) (дата обращения: 10.02.2022).

81. Healthy Eating criteria map. National resources to help achieve the criteria. – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/sites/default/files/Healthy%20Eating%20Criteria%20Map.pdf> (дата обращения: 15.02.2022).

82. В переводе на русский – «Съедобные игровые площадки». Созданы в школах по всей Великобритании.

83. Edible playgrounds // Trees for Cities: website. – URL: <https://www.treesforcities.org/our-work/schools-programme/edible-playgrounds> (дата обращения: 15.02.2022).

84. Healthy Schools London. Healthy eating // The London government: website. – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/resources/healthy-take-aways/healthy-eating> (дата обращения: 15.02.2022).

85. Healthy schools rating scheme. Guidance for schools. – London, 2019. – URL: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/906875/Healthy\\_schools\\_rating\\_scheme.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/906875/Healthy_schools_rating_scheme.pdf) (дата обращения: 15.02.2022).

86. Water only school toolkit // The London government: website. – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london-0/water-only-school-toolkit> (дата обращения: 15.02.2022).

приготовления пищи и научными знаниями в сфере продовольствия и здорового питания<sup>87</sup>.

В отношении взрослого населения правительство<sup>88</sup> Великобритании в январе 2022 г. запустило новый пилотный проект, который должен помочь людям «лучше питаться и заниматься спортом»<sup>89</sup>. В его основу легла сингапурская программа поощрения здоровья National Steps Challenge («Национальный конкурс шагов»), которая стала первой в мире государственной инициативой по повышению физической активности населения страны на основе фитнес-трекера<sup>90</sup>.

Британский проект предусматривает начисление баллов за увеличение числа шагов и употребление повышенного количества овощей и фруктов. Полученные баллы можно обменять на абонементы в спортзал, ваучеры на одежду или продукты питания, скидки в магазинах, билеты в кино, подарочные карты и т. п.

Компания HeadUp Systems взяла на себя обязательства по разработке нового приложения, которое поможет людям внести позитивные изменения в их рацион питания и физическую активность. Пользователи будут носить на запястье устройства, способные генерировать персональные рекомендации по здоровому образу жизни (например, увеличить количество шагов, уменьшить размер порций и т. п.).

Полугодовой пилотаж планировалось запустить с января 2022 г. на части территории Англии. Одна из его целей – выяснить, как соответствующие вознаграждения могут мотивировать людей на позитивные изменения в своем питании и физической активности. Программа стимулирования здоровья осуществляется в контексте государственной поддержки людям, имеющим ожирение. На ее финансирование правительство выделило 100 млн фунтов стерлингов<sup>91</sup>.

---

87. Food preparation and nutrition GCSE subject content. – Department for Education, 2015.– URL: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/405328/Food\\_preparation\\_and\\_nutrition\\_180215.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/405328/Food_preparation_and_nutrition_180215.pdf) (дата обращения: 15.02.2022).

88. Проект вышел под эгидой Департамента здравоохранения и социальной защиты, Управления по улучшению здоровья и членов парламента.

89. New pilot to help people eat better and exercise more // Website of the Government UK. – URL: <https://www.gov.uk/government/news/new-pilot-to-help-people-eat-better-and-exercise-more> (дата обращения: 22.10.2021).

90. National Steps Challenge™ & Healthy 365 App // Singapore Government: website. – URL: <https://www.smartnation.gov.sg/initiatives/health/national-steps-challenge> (дата обращения: 08.02.2022).

91. Там же.

## 2.3. Германия

Власти Германии, также ориентированные на снижение «углеродного следа» в экономике, стремятся привести своих граждан одновременно к здоровому и устойчивому в отношении глобальной экологии режиму питания. Ожидается, что для достижения этой цели к 2023 г. будет принята соответствующая стратегия питания. Но уже сейчас правительство призывает немцев уменьшить потребление мяса и помогает им в выборе здоровых и устойчивых для климата пищевых продуктов.

О пользе перехода от большого количества животного протеина на рацион с высоким содержанием клетчатки говорит ведущий германский эксперт Немецкого общества питания (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., DGE). Для снижения риска смерти от сердечно-сосудистых заболеваний или рака рекомендуется употреблять не менее 30 г пищевых волокон в день<sup>92</sup>.

DGE позиционирует десять принципов питания для сохранения здоровья (рис. 3) и развивает три проекта стандарта качества общественного питания.

**Рисунок 3** – Десять принципов питания, разработанных Немецким обществом питания (DGE)<sup>93</sup>

**1. Наслаждайтесь разнообразием еды**

Используйте разные продукты и ешьте разнообразную пищу. Выбирайте преимущественно растительную пищу.

**2. Овощи и фрукты принимайте 5 раз в день**

Ешьте по крайней мере 3 порции овощей и 2 порции фруктов в день. Также включайте в рацион бобовые, такие как чечевица, нут, фасоль, и несоленые орехи.

**3. Выбирайте цельнозерновые продукты**

Когда речь идет о зерновых продуктах, таких как хлеб, макаронные изделия, рис и мука, цельнозерновые сорта – лучший выбор для вашего здоровья.

**4. Дополняйте рацион продуктами животного происхождения**

Употребляйте ежедневно такие молочные продукты, как йогурт и сыр, а рыбу – один или два раза в неделю. Если вы едите мясо, то его прием должен составлять не более 300–600 г в неделю.

**5. Используйте полезные для здоровья жиры**

Отдавайте предпочтение растительным маслам, таким как рапсовое масло и приготовленные из него жировые спреды. Избегайте скрытые жиры. Жир часто «невидим» в обработанных пищевых продуктах, таких как колбасы, выпечка, кондитерские изделия, фастфуд и полуфабрикаты.

**6. Сократите потребление сахара и соли**

Не рекомендуется употреблять пищу и напитки, подслащенные сахаром. Избегайте их, насколько это возможно, и экономно употребляйте сахар. Уменьшайте соль и количество соленой пищи. Приправляйте пищу зеленью и специями.

**7. Лучше всего пить воду**

Выпивайте около 1,5 л жидкости каждый день. Лучше всего пить воду или другие напитки, не содержащие калорий, такие как несладкий чай. Не рекомендуется употреблять подслащенные сахаром и алкогольные напитки.

**8. Готовьте аккуратно**

Готовьте пищу столько, сколько необходимо и как можно меньше с небольшим количеством воды и жира. Избегайте подгорания пищи при жарке на сковороде или во фритюре, приготовлении на гриле или запекании.

**9. Принимайте пищу осознанно и наслаждайтесь едой**

Делайте перерывы между приемами пищи и не торопитесь во время еды.

**10. Следите за весом и продолжайте двигаться**

Здоровое питание и физическая активность идут рука об руку. Полезен не только регулярный спорт, но и активная повседневная жизнь. Поэтому чаще ходите пешком или катайтесь на велосипеде.

92. A lot of fiber in the diet reduces the risk of death // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/presse/pm/viele-ballaststoffe-in-der-ernaehrung-senken-das-sterberisiko/> (дата обращения: 25.01.2022).

93. Источник: Eat and drink wholesome according to the 10 rules of the DGE // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/> (дата обращения: 15.02.2022).

Первый проект направлен на управление здоровым и устойчивым питанием детей в яслях, детских садах и школах. В рамках второго, организующего питание на предприятиях, разрабатывается инструмент оценки «устойчивости» рецептов, который в дальнейшем может быть применен и в других сферах. Третье направление посвящено организации питания уязвимых групп населения. Его новшество состоит в том, что помимо питания нездоровых и пожилых людей, теперь учитываются и особые требования взрослых трудящихся инвалидов на рабочих местах. Стандарты качества DGE направлены на то, чтобы питание способствовало укреплению здоровья и сохранению климатической устойчивости на всей территории Германии при различных жизненных условиях<sup>94</sup>.

Одной из психологических практик, применяемой специалистами Немецкого общества питания при работе с населением, служит мотивационное интервьюирование. Это клиентоориентированный подход к консультированию, направленный на создание у человека мотивации для изменения нездорового образа жизни, в том числе связанного с питанием. С помощью позитивной, но директивной беседы диетолог вместе с пациентом делает ощутимым расхождение между нездоровыми моделями его поведения и существующими жизненно важными потребностями. Метод мотивирует на успех и направлен на устранение страхов у пациента (а не на их осуждение), противопоставляя им преимущества, которые будут получены при изменении образа жизни<sup>95</sup>.

DGE публикует регулярные отчеты о трендах в сфере питания, справочники по нормам потребления пищи, руководства по снижению факторов риска, связанных с питанием, и рекомендации по первичной профилактике, издает научно-информационный бюллетень<sup>96,97,98</sup>. Эти документы являются отправными точками для принятия политических решений в области питания и здравоохранения в Германии<sup>99</sup>.

---

94. DGE receives further funding for projects on the DGE quality standards // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/presse/pm/mehr-nachhaltigkeit-in-der-gemeinschaftsverpflegung/> (дата обращения: 08.02.2022).

95. Motivational interviewing (MI) using the example of diabetes counseling – creating treatment motivation // The DGE: website. URL: [https://www.dge.de/va/seminare/veranstaltungen-detailseite/?tx\\_seminars\\_pi1%5BshowUid%5D=77](https://www.dge.de/va/seminare/veranstaltungen-detailseite/?tx_seminars_pi1%5BshowUid%5D=77) (дата обращения: 6.02.2022).

96. German Nutrition Society. – Bonn: DGE e. V., 2015. – URL: <https://www.dge.de/fileadmin/public/doc/wueu/DGE-self-portrait.pdf> (дата обращения: 16.02.2022).

97. 14-DGE-Ernährungsbericht. – Bonn: DGE e. V., 2020. – URL: <https://www.dge-medien-service.de/14-dge-ernaehrungsbericht-buch-inkl-cd-rom.html> (дата обращения: 16.02.2022).

98. DGEwissen – Das Wissenschaftsmagazin der DGE // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/wissenschaft/dgewissen/> (дата обращения: 16.02.2022).

99. Der Wissenschaft verpflichtet – Ihr Partner für Essen und Trinken / Pressemappe zur Vorstellung des 14. DGE-Ernährungsberichts. – DGE, 2020. – URL: [https://www.dge.de/uploads/media/Pressemappe-14-DGE-Ernaehrungsbericht\\_02.pdf](https://www.dge.de/uploads/media/Pressemappe-14-DGE-Ernaehrungsbericht_02.pdf) (дата обращения: 16.02.2022).

Немецкие власти со своей стороны признают, что для улучшения питания населения необходимо закрепить эти вопросы во всех внутривластных сферах: в образовании, экономике, семейной, социальной и экологической политике<sup>100</sup>.

Примером такой политики в регионе служит Стратегия питания земли Баден-Вюртемберга<sup>101</sup>. В рамках нее в 2019 г. здесь был открыт Национальный центр питания. Он проводит лекции и семинары для населения и обучает различных специалистов<sup>102</sup>, принимающих участие в обучении детей, школьников, молодежи, семей, взрослых или пожилых людей в области питания. Центр, в частности, использует нетворкинг, чтобы вовлечь как можно больше заинтересованных сторон в движение здорового питания. Стратегия Баден-Вюртемберга также направлена на оздоровление рациона в сфере общественного питания (в столовых вузов, клиник, домах престарелых и общепита). Для поддержания дальнейшего успеха реализации стратегии государство двукратно увеличило ее финансирование в прошлом году<sup>103</sup>.

Интересной локальной инициативой стал пятилетний<sup>104</sup> социальный проект Add action студенческой ассоциации Students Health Dialogue e.V., направленный на обучение правильному питанию и здоровому образу жизни немецких школьников. Каждую неделю студенты-медики из Виттенского университета проводили для учащихся 5-го класса одной из школ города Бохум урок в игровой форме. Занятие посвящалось пользе физической активности и здорового питания и могло включать спортивное соревнование, обучение кулинарии или поездку на ферму<sup>105</sup>.

В Германии так же, как и в других странах Евросоюза, реализуется общеевропейская политика маркировки продуктов питания и ограничений на рекламу<sup>106</sup>.

---

100. Ernährungsstrategie für Baden-Württemberg. – Ministerium für ländliche Räume und Verbraucherschutz, 2017. – URL: (2017\_Ernährungsstrategie BW) (baden-wuerttemberg.de) (дата обращения: 16.02.2022).

101. Там же.

102. Образовательные программы направлены не только на учителей, но и на технических специалистов, управленцев и т. д.

103. First assessment of the nutrition strategy presented // Baden-Württemberg government: website. – URL: First assessment of the nutrition strategy presented: Baden-Württemberg.de (baden-wuerttemberg.de) (дата обращения: 28.01.2021).

104. Проект реализовывался с 2013 по 2018 г. на территории Северной Рейн-Вестфалии (западная часть Германии).

105. Add action: страница некоммерческой организации в социальной сети Facebook. – URL: <https://www.facebook.com/shdaction/> (дата обращения: 17.02.2022).

106. Проблема ожирения в Европейском регионе ВОЗ и стратегии ее решения / Под ред. F. Branca, H. Nikogosian и T. Lobstein. – ВОЗ, 2009. – URL: <https://vrachirf.ru/storage/9a/55/88/fd/08/f5/c6/b1/4255-0d54f6-216a10.pdf?ysclid=kzpd8zywz> (дата обращения: 17.02.2022). – Текст: электронный.

Всемирная организация здравоохранения отмечает, что 70 % немцев доверяют заявлениям производителей об оздоровительной ценности продуктов питания<sup>107</sup>.

## 2.4. Сингапур

Сингапур занимает лидирующие позиции в мире по созданию более здоровой для человека и безопасной для климата системы питания. Это первое государство в мире, официально разрешившее продажу для употребления человеком мяса<sup>108</sup>, полученного из животных клеток в лабораторных условиях<sup>109</sup>.

Признавая, что нерациональное питание является существенным фактором риска для развития хронических заболеваний, правительство Сингапура в 2017 г. ввело общегосударственную политику здорового питания. Она поощряет правильное питание граждан вне дома, т. е. в общественных местах и на работе, а также описывает роль государственных закупочных организаций в обеспечении работников государственного сектора и представителей общечественности здоровой едой и напитками<sup>110</sup>.

Сингапур применяет и другие управленческие механизмы. Например, еще в 2001 г. в стране была запущена добровольная система маркировки полезных для здоровья продуктов Healthier Choice Symbol (HCS), разработанная сингапурским Советом по укреплению здоровья (Health Promotion Board, HPB)<sup>111</sup>.

Список HCS охватывает 4 тыс. различных товаров из 100 категорий продуктов питания (полуфабрикаты, соусы, напитки, сухие завтраки, десерты, фрукты, овощи и проч.)<sup>112</sup>. В июне 2021 г. в Сингапуре вступил в силу запрет на использование частично гидрогенизированных масел во всех продуктах, продаваемых на территории страны. Это заставило пересмотреть критерии для подбора

---

107. Проблема ожирения в Европейском регионе ВОЗ и стратегии ее решения / Под ред. F. Branca, H. Nikogosian и T. Lobstein. – ВОЗ, 2009. – URL: <https://vrachirf.ru/storage/9a/55/88/fd/08/f5/c6/b1/4255-0d54f6-216a10.pdf?ysclid=kzpd8zywz> (дата обращения: 17.02.2022). – Текст: электронный.

108. Разрешение на продажу высокотехнологичного куриного мяса в 2020 г. получила американская компания Eat Just. В коммерческую продажу продукт поступил под брендом GOOD Meat.

109. Eat Just Granted World's First Regulatory Approval for Cultured Meat // DGE: website. – URL: <https://www.businesswire.com/news/home/20201201006251/en/> (дата обращения: 18.02.2022).

110. WOG Healthier Catering policy // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/wog-healthier-catering-policy> (дата обращения: 18.02.2022).

111. Русский перевод – «символ здорового выбора».

112. Healthier Choice Symbol // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/food-beverage/healthier-choice-symbol> (дата обращения: 18.02.2022).

продуктов HCS<sup>113</sup>. В частности, к появлению требования об отсутствии транс-жиров в информационной панели о питании<sup>114</sup>.

Другой инициативой Совета по укреплению здоровья является программа «Здоровое питание» (Healthier Dining Programme, HDP), направленная на поощрение в виде грантов компаний, работающих в сфере F&B (Food and Beverage, «продукты питания и напитки») и обеспечивающих своих клиентов более здоровым питанием (например, низкокалорийными блюдами или продуктами с использованием более здоровых ингредиентов). В программе могут принять участие любые компании F&B (рестораны, предприятия общественного и быстрого питания, кафе, пекарни, цифровые операторы и т. д.), зарегистрированные и работающие на территории Сингапура.

Для грантополучателей разработаны специальные рекомендации. Теперь для подачи заявки на грант предприятие должно входить в программу «Здоровое питание» или стать ее партнером. Размер гранта, например, для кафе или ресторана зависит от количества предлагаемых здоровых блюд<sup>115</sup>.

Еще один проект «Инновации в области здорового питания» (Healthier Dining Innovation, HDI) представляет гранты на сумму до 5 тыс. сингапурских долларов операторам F&B на деятельность в одной из четырех областей, исследования и инновационные разработки, закупку более полезных для здоровья ингредиентов (например, цельнозерновых культур, соусов HCS), обучение в области питания, изменение рецептуры<sup>116</sup>.

На официальном сайте Health Promotion Board публикует актуальный список продуктов HCS и перечень предприятий общественного питания, предлагающих здоровое меню в соответствии рекомендациям НРВ, а также список точек общепита, одобренных как партнеров по здоровому питанию, в меню которых можно найти блюда и продукты, одобренные НРВ. Кроме этого, сайт предлагает инструменты для участников программ и обычных граждан. Для участников программы – это генератор информационных панелей о питании, который позволяет компаниям создать информационную панель о содержании питательных веществ в продукте или пройти онлайн-анализ его содержания. Для

---

113. Пересмотр вступит в силу с 1 августа 2022 г.

114. Re: updates to the Healthier Choice Symbol (HCS) Programme guidelines. – Health Promotion Board, 2022. – URL: [https://hpb.gov.sg/docs/default-source/pdf/announcement-on-hcs-programme.pdf?sfvrsn=62fa6338\\_2](https://hpb.gov.sg/docs/default-source/pdf/announcement-on-hcs-programme.pdf?sfvrsn=62fa6338_2) (дата обращения: 18.02.2022).

115. Healthier Dining Programme // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/healthier-dining-programme> (дата обращения: 18.02.2022).

116. Healthier Dining Innovation // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/healthier-dining-grant-schemes/about-the-healthier-dining-innovation> (дата обращения: 18.02.2022).



граждан – онлайн-инструменты для поиска сведений о составе питательных веществ и энергетической ценности продуктов питания и анализ этого состава<sup>117</sup>.

Главной инновацией Совета по укреплению здоровья Сингапура является разработка мобильного приложения Healthy 365 (рис. 4)<sup>118</sup>.

**Рисунок 4** – Скриншот с официального сайта о мобильном приложении Healthy 365<sup>119</sup>

The screenshot displays a promotional page for the Healthy 365 app. At the top, it features the 'Eat, Drink, Shop Healthy Challenge' logo and the text 'SCAN DAILY. WIN NON-STOP!'. Below this, it states 'Earn Healthpoints and sure-win rewards when you join the Eat, Drink, Shop Healthy Challenge.' The main section is titled 'START WINNING IN 3 EASY STEPS:' and is divided into three numbered steps:

- 1 CHOOSE HEALTHIER**: Purchase healthier choice items from participating partners and receive QR codes. This step is accompanied by the 'HEALTHIER CHOICE' logo and the tagline 'Eat All Foods in Moderation'.
- 2 SCAN QR CODE WITH HEALTHY 365 APP**: Earn stamps in the Digital Passport and Healthpoints upon scanning. This step shows a smartphone displaying the app and a receipt with a QR code.
- 3 REDEEM REWARDS**: Earn sure-win rewards as you collect stamps and redeem Healthpoints for eVouchers of your choice. This step is illustrated with a gift box icon.

At the bottom, a link provides more information: 'Learn more about using Healthpoints to redeem a range of rewards from F&B outlets, lifestyle retailers, shopping malls and supermarkets here.'

Оно призвано побудить пользователей вести более здоровый образ жизни посредством технологии геймификации и системы вознаграждений. Пользователям предлагается подписаться в приложении на оздоровительные программы, чтобы заработать «баллы здоровья» (healthpoints). Приложение связано с фитнес-устройствами для отслеживания физической активности, оно позволяет сканировать QR-коды в чеках, полученных за покупку здоровой еды и напитков у партнеров программы.

117. Tools // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/tools> (дата обращения: 18.02.2022).

118. Healthy 365 // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/healthy-365> (дата обращения: 18.02.2022).

119. Источник: Eat, Drink, Shop Healthy Challenge // Health Hub: website. – URL: <https://www.healthhub.sg/programmes/136/eat-drink-shop-healthy-challenge> (дата обращения: 18.02.2022).

## 2.5. Россия

Основы государственной политики современной России в области здорового питания были заложены в конце 1990-х годов<sup>120</sup>. Ее целью является сохранение и укрепление здоровья населения, профилактика заболеваний, обусловленных неполноценным и несбалансированным питанием<sup>121</sup>. Нынешняя политика в области здорового питания реализуется по целому ряду направлений, касающихся безопасности и качества продуктов питания и продовольственного сырья, развития инвестиционной и исследовательской деятельности в пищевой промышленности, мониторинга качества питания населения, пропаганды здорового питания и др. (см. Приложение Б).

Понятие «здоровое питание» и национальные принципы здорового питания закреплены законодательно в новой редакции Федерального закона «О качестве и безопасности пищевых продуктов»<sup>122</sup>. Вопросам здорового питания уделяется пристальное внимание в национальном проекте «Демография» и федеральном проекте «Укрепление общественного здоровья», призванном формировать систему мотивации граждан к ведению здорового образа жизни, включая здоровое питание (в частности, ликвидацию микронутриентной недостаточности, сокращение потребления соли и сахара). Федеральный проект, помимо прочего, предусматривает меры нормативно-правового регулирования, направленного на формирование профилактической среды, в которой минимизировано негативное воздействие факторов риска, связанных с нерациональным питанием<sup>123</sup>.

В контексте национального и федерального проектов в 2020 г. приняты «Рекомендации по организации питания для обучающихся общеобразовательных

---

120. Российская Федерация. Правительство. О Концепции государственной политики в области в области здорового питания населения Российской Федерации на период до 2005 года: Постановление Правительства РФ от 10.08.1998 № 917 (редакция от 05.10.1999). – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

121. Российская Федерация. Правительство. Об основах государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года: Распоряжение Правительства РФ от 25.10.2010 № 1873-р. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

122. Российская Федерация. Законы. О качестве и безопасности пищевых продуктов: Федеральный закон № 29-ФЗ (редакция от 13.07.2020): [принят Государственной Думой 1 декабря 1999 г.; одобрен Советом Федерации 23 декабря 1999 г.]. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

123. Паспорт национального проекта «Национальный проект “Демография”»: утвержден Министерством труда и социальной защиты РФ. – Доступ из Электронного фонда правовых и нормативно-технических документов. – Текст: электронный.

организаций»<sup>124</sup> и новые санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания<sup>125</sup>; Роспотребнадзором реализуется проект «Здоровое питание»<sup>126</sup>.

К информационной работе по популяризации принципов здорового питания привлечены крупнейшие производители продуктов питания и торговые сети. Роспотребнадзором создан портал «здоровое-питание.рф» и социальные сети проекта. На платформе «Здоровье ВКонтакте» запущен специальный сервис «Дневник питания». Благодаря функциям этой платформы пользователи могут научиться осознанно подходить к вопросам здорового питания и контролировать качество и количество потребляемых продуктов питания. На портале «здоровое-питание.рф» для пользователей доступна актуальная информация по вопросам рационального питания, подтвержденная научными экспертами.

Работает многофункциональная сервисная платформа «4 сезона – тарелка здорового человека», где каждый пользователь может бесплатно подобрать свою индивидуальную программу питания или задать вопросы эксперту. Программы разработаны ведущими специалистами ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи» и других экспертных организаций и предназначены не только для здоровых людей, но и для тех, у кого есть заболевания.

Функционируют интерактивная «Карта питания России», отображающая региональные нормы и особенности питания, а также калькулятор расчета индивидуальной суточной нормы потребления калорий. Работает обучающий раздел «Школа здорового питания». В проект «Здоровое питание» вовлечены различные медицинские, научно-исследовательские и некоммерческие организации,

---

124. МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций: методические рекомендации: утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

125. Российская Федерация. Нормативные акты министерств и ведомств. Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

126. Роспотребнадзор: 125 млн россиян поддержали проект «Здоровое питание» // Социальный портал «здоровое-питание.рф»: интернет-портал. – URL: <https://xn----8sbehgicmb3cfabqj3b.xn--p1ai/healthy-nutrition/rosпотребнадзор-bole-125-mln-rossiyan-uznali-i-podderzhali-proekt-zdorovoe-pitanie/> (дата обращения: 26.02.2022).

частные компании, СМИ, врачи, диетологи, эксперты, общественные деятели, блогеры и медиаперсоны<sup>127,128</sup>.

В 2019 г. на базе научных организаций Роспотребнадзора и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» была организована сеть научно-методических и образовательных центров по вопросам здорового питания. В 2020 г. утверждена «Концепция создания обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания», а также ряд образовательных программ для взрослого населения всех возрастов, в том числе для беременных и кормящих женщин, лиц пожилого и старческого возраста, лиц с повышенным уровнем физической активности<sup>129</sup>. Специалисты отмечают, что просвещение и обучение населения посредством данных программ может стать ключевым инструментом для распространения и принятия в обществе норм здорового образа жизни, включая здоровое питание<sup>130</sup>.

Примерами реализации локальных коллективных инициатив в области здорового питания в регионах страны служат проекты Балашовского филиала Саратовского государственного университета им. Н. Г. Чернышевского «Здоровое питание для всей семьи»<sup>131</sup> и Кинель-Черкасского дошкольного учреждения «Правильное питание – залог процветания»<sup>132</sup>, программа Института возрастной физиологии Российской академии образования «Разговор о правильном питании»<sup>133</sup> и др. (см. Приложение В).

---

127. Социальный портал «здоровое-питание.рф»: интернет-портал. – URL: <https://xn---8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/> (дата обращения: 21.02.2022). – Текст: электронный.

128. Проект «Здоровое питание» награжден Премией Рунета 2021 // Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека: сайт. – URL: [https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news\\_details.php?ELEMENT\\_ID=19982](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=19982) (дата обращения: 21.02.2022).

129. Российская Федерация. Нормативные акты министерств и ведомств. Об утверждении обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания: приказ Роспотребнадзора от 07.07.2020 № 379. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

130. Погожева, А. В. К здоровью нации через многоуровневые образовательные программы для населения в области оптимального питания / А. В. Погожева, Е. А. Смирнова // Вопросы питания. – 2020. – Т. 89. – № 4. – С. 262–72. doi: 10.24411/0042-8833-2020-10060.

131. Попова, Е. В. Формирование здорового образа жизни у обучающихся начальной школы на основе проекта «Здоровое питание для всей семьи»/ Е. В. Попова // Экопрофилактика, оздоровительные и спортивно-тренировочные технологии: мат. II науч.-практ. конф. – Балашов, 2018. – С. 502-506.

132. Хатунцева, Т. П. Приобщение населения к нормам здорового питания через реализацию социального проекта «Правильное питание – залог процветания» / Т. П. Хатунцева, Е. А. Русяева, А. М. Джунусова // Вестник Самарской гуманитарной академии. – Сер. «Психология». – 2015. – № 2 (18). – С. 132-142.

133. Безруких, М. М. Обучение школьников культуре правильного питания / М. М. Безруких, Т. А. Филиппова, А. Г. Макеева // Вопросы детской диетологии. – 2003. – Т. 1. – № 5. – С. 43-44.

Трендами здорового питания в сфере российского сектора F&V являются различные коммерческие предложения готовой диетической продукции и блюд (меню для снижения веса, веганское и вегетарианское меню, рационы «Дары моря», «Блюда живой кухни», лечебные рационы). Они предлагаются преимущественно онлайн-операторами для доставки на дом или офис (рацион питания может быть рассчитан на день или длительный период времени), а также в некоторых ресторанах<sup>134</sup>.

Представляет интерес практика астраханского ресторана Rossvik, в котором посетителей консультируют по вопросам питания и здорового образа жизни<sup>135</sup> (этот опыт схож с консультациями диетологов в супермаркетах США). Ряд компаний-продавцов, позиционирующих себя в секторе продаж продуктов здорового питания, на страницах своих интернет-сайтов, помимо каталога товаров, предлагают информацию о здоровом питании, рецепты здоровой кухни и проч. Однако официально одобренных списков операторов F&V (подобно сингапурским) в России пока не существует. На сайте «здоровое-питание.рф» приведены лишь компании-партнеры, принимающие участие в информационном проекте.

Актуальным направлением в отечественной пищевой промышленности остается разработка и производство функциональных продуктов питания с заданным физиологическим эффектом. Согласно ГОСТ Р 52349-2005<sup>136</sup>, это «специальный пищевой продукт, предназначенный для систематического употребления в составе пищевых рационов всеми возрастными группами здорового населения, обладающий научно обоснованными и подтвержденными свойствами, снижающий риск развития заболеваний, связанных с питанием, предотвращающий дефицит или восполняющий имеющийся в организме человека дефицит питательных веществ, сохраняющий и улучшающий здоровье за счет наличия в его составе функциональных пищевых ингредиентов».

---

134. Кондратенко, Е. И. Программы здорового питания: анализ современных трендов в меню ресторанов и кафе / Е. И. Кондратенко, Л. А. Яковенкова, Н. В. Володина [и др.] // Актуальные вопросы экономики и управления в российских организациях в инновационной экономике: мат. всерос. заочной науч.-практ. конф. – Астрахань, 2017. – С. 155-160.

135. Там же.

136. ГОСТ Р 52349-2005. Продукты пищевые. Продукты пищевые функциональные = Foodstuffs. Functional foods. Terms and definitions: национальный стандарт Российской Федерации: издание официальное: утвержден и введен в действие Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 31 мая 2005 года № 138-ст.: введен впервые: дата введения 2006-07-01. – Доступ из Электронного фонда правовых и нормативно-технических документов. – Текст: электронный.

Перспективными, в частности, являются разработки пищевых продуктов для поддержания деятельности сердечно-сосудистой системы, улучшения липидного обмена<sup>137,138</sup>. Однако этот продовольственный сегмент требует совершенствования нормативно-правовой базы, которая позволит четко дифференцировать данный тип продуктов, предоставить потребителю полный объем подтвержденной информации о функциональном продукте и его свойствах, предупредить нарушения со стороны производителей или продавцов<sup>139</sup>.

С 1 июня 2018 г. в России действует добровольная система международной маркировки продуктов питания «Светофор»<sup>140</sup>. Подходы к цветовой идентификации пищевых продуктов представлены в методических рекомендациях МР 2.3.0122-18 «Цветовая индикация на маркировке пищевой продукции в целях информирования потребителей»<sup>141</sup>.

Тема введения акцизов на вредные для здоровья продукты питания в Российской Федерации остается дискуссионной<sup>142,143</sup> (исключение составляет пальмовое масло, на импорт которого установлена увеличенная налоговая ставка).

---

137. Лучай, А. Н. Обоснование методологических подходов к созданию функциональных продуктов с заданным физиологическим эффектом / А. Н. Лучай, С. М. Доценко, И. В. Бибики, С. В. Доронин // Инновации в пищевой промышленности: мат. всерос. науч.-практ. конф. – Благовещенск, 2018. – С. 176-179.

138. Короткова, А. А. Разработка низкокалорийного желе для комплексной переработки молочного сырья / А. А. Короткова, А. А. Короткова, Д. Н. Пилипенко [и др.] // Аграрно-пищевые инновации. – 2020. – Т. 10. – № 2. – С. 91-99. doi: 10.31208/2618-7353-2020-10-91-99.

139. Шелепина, Н. В. Особенности идентификации пищевых продуктов функционального назначения на основе продуктов переработки зерна бобовых культур / Н. В. Шелепина // Образование и наука без границ: фундаментальные и прикладные исследования. – 2020. – № 11. – С. 225-230. doi: 10.36683/2500-249X/2020-11/225-230.

140. Беркетова, Л. В. Система «Светофор» в пищевой отрасли / Л. В. Беркетова, К. Ю. Прошина // Бюллетень науки и практики. – 2019. – Т. 5. – № 5. – С. 183-191. doi: 10.33619/2414-2948/42/25.

141. МР 2.3.0122-18. 2.3. Гигиена питания. Цветовая индикация на маркировке пищевой продукции в целях информирования потребителей: методические рекомендации: утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ 28.02.2018. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.

142. Напсо, М. Д. Актуальные налоговые инициативы и новации: социально-экономические основы, теоретические подходы и практическое применение / М. Д. Напсо, М. Б. Напсо // Lex russica. – 2019. – № 12. – С. 135-151.

143. Федорова, О. С. Налог на добавленную стоимость: актуальные вопросы из практики налогового консультирования / О. С. Федорова, Л. Р. Набиуллина, А. В. Брызгалин [и др.] // Налоги и финансовое право. – 2020. – № 8. – URL: <https://docs7.online-sps.ru/cgi/online.cgi?req=doc&ts=LoboKyShfOjH832M&cacheid=774605EFC08E8926D2C65BDDF46F174C&mode=splus&rnd=0.6757156015221366&base=PB1&n=273149&dst=100290#xajtKySmfQNmRQYZ> (дата обращения: 24.02.2022). – Текст: электронный.

## Заключение

Рационализация питания является важнейшим элементом социальной политики государства и одним из факторов формирования здорового образа жизни. Это свидетельствует о необходимости комплексного научно обоснованного системного подхода к решению задач в области здорового питания.

В российском государстве неотложного решения требуют вопросы повышения стандартизации в сфере общественного питания (в том числе изменение рецептуры блюд с переходом на пониженное содержание натрия); расширения детализации маркировки пищевых продуктов; внедрения широкомасштабных кампаний и таргетных программ по пропаганде здорового питания, активного вовлечения в них общественности и образовательных учреждений; информирования населения в вопросах идентификации качественных продуктов; повышения общей медицинской грамотности и в вопросах питания; ограничения рекламы вредных для здоровья продуктов, разработки поощрительных государственных программ с использованием цифровых технологий, усиления контроля в сфере качества пищевых продуктов и достоверности предоставляемой информации (особенно в кластере здоровых продуктов питания); расширения доступа к консультированию по вопросам питания и профилактике избыточного веса и ожирения и их лечению (в том числе на базе центров общественно-здоровья) и введения прочих мер, способствующих снижению потребления ультрапереработанных продуктов, соли, добавленного сахара, трансжиров и увеличению потребления рыбы, фруктов, овощей, плодово-ягодной продукции и зелени. В последнем случае примером могут служить инструменты школьной политики Великобритании, инновации Совета по укреплению здоровья Сингапура, калифорнийская программа США.

## Список источников литературы

1. Российская Федерация. Законы. О качестве и безопасности пищевых продуктов: Федеральный закон № 29-ФЗ (редакция от 13.07.2020): [принят Государственной Думой 1 декабря 1999 г.: одобрен Советом Федерации 23 декабря 1999 г.]. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
2. Российская Федерация. Правительство. О Концепции государственной политики в области здорового питания населения Российской Федерации на период до 2005 года: Постановление Правительства РФ от

- 10.08.1998 № 917 (редакция от 05.10.1999). – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
3. Российская Федерация. Правительство. Об основах государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года: распоряжение Правительства РФ от 25.10.2010 № 1873-р. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
  4. Российская Федерация. Нормативные акты министерств и ведомств. Об утверждении обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания: приказ Роспотребнадзора от 07.07.2020 № 379. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
  5. Российская Федерация. Нормативные акты министерств и ведомств. Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
  6. ГОСТ Р 52349-2005. Продукты пищевые. Продукты пищевые функциональные = Foodstuffs. Functional foods. Terms and definitions: национальный стандарт Российской Федерации: издание официальное: утвержден и введен в действие Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 31 мая 2005 года № 138-ст.; введен впервые: дата введения 2006-07-01. – Доступ из Электронного фонда правовых и нормативно-технических документов. – Текст: электронный.
  7. МР 2.3.0122-18. 2.3. Гигиена питания. Цветовая индикация на маркировке пищевой продукции в целях информирования потребителей: методические рекомендации: утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ 28.02.2018. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
  8. МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций: методические рекомендации: утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020. – Доступ из справочно-правовой системы «Консультант Плюс». – Текст: электронный.
  9. Паспорт национального проекта «Национальный проект “Демография”»: утвержден Министерством труда и социальной защиты РФ. – Доступ из Электронного фонда правовых и нормативно-технических документов. – Текст: электронный.



10. Безруких, М. М. Обучение школьников культуре правильного питания / М. М. Безруких, Т. А. Филиппова, А. Г. Макеева // Вопросы детской диетологии. – 2003. – Т. 1. – № 5. – С. 43-44.
11. Беркетова, Л. В. Система «Светофор» в пищевой отрасли / Л. В. Беркетова, К. Ю. Прошина // Бюллетень науки и практики. – 2019. – Т. 5. – № 5. – С. 183-191. doi: 10.33619/2414-2948/42/25
12. Глобальная стратегия в области режима питания, физической активности и здоровья. Доклад Секретариата 57-й Сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения. A57/9. – ВОЗ, 2004. – URL: [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA57/A57\\_9-ru.pdf?ua=1](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_9-ru.pdf?ua=1) (дата обращения: 24.02.2022). – Текст: электронный.
13. Кондратенко, Е. И. Программы здорового питания: анализ современных трендов в меню ресторанов и кафе / Е. И. Кондратенко, Л. А. Яковенкова, Н. В. Володина [и др.] // Актуальные вопросы экономики и управления в российских организациях в инновационной экономике: мат. всерос. заочной науч.-практ. конф. – Астрахань, 2017. – С. 155-160.
14. Короткова, А. А. Разработка низкокалорийного желе для комплексной переработки молочного сырья / А. А. Короткова, А. А. Короткова, Д. Н. Пилипенко [и др.] // Аграрно-пищевые инновации. – 2020. – Т. 10. – № 2. – С. 91-99. doi: 10.31208/2618-7353-2020-10-91-99.
15. Лучай, А. Н. Обоснование методологических подходов к созданию функциональных продуктов с заданным физиологическим эффектом / А. Н. Лучай, С. М. Доценко, И. В. Бибик, С. В. Доронин // Инновации в пищевой промышленности: мат. всерос. науч.-практ. конф. – Благовещенск, 2018. – С. 176-179.
16. Москвичева, М. Питание как фактор риска развития неинфекционных заболеваний / М. Москвичева, О. Сопова // Врач. – 2017. – № 7. – С. 81-83.
17. Налоги на вредную пищу в разных странах мира // Электронный журнал: Бюджет.ru. – URL: <https://bujet.ru/article/312265.php?> (дата обращения: 12.02.2022). – Текст: электронный.
18. Напсо, М. Д. Актуальные налоговые инициативы и новации: социально-экономические основы, теоретические подходы и практическое применение / М. Д. Напсо, М. Б. Напсо // Lex russica. – 2019. – № 12. – С. 135-151.
19. Погожева, А. В. К здоровью нации через многоуровневые образовательные программы для населения в области оптимального питания / А. В. Погожева, Е. А. Смирнова // Вопросы питания. – 2020. – Т. 89. – № 4. – С. 262–72. doi: 10.24411/0042-8833-2020-10060
20. Попова, Е. В. Формирование здорового образа жизни у обучающихся начальной школы на основе проекта «Здоровое питание для всей семьи» /

- Е. В. Попова // Экопрофилактика, оздоровительные и спортивно-тренировочные технологии: мат. II науч.-практ. конф. – Балашов, 2018. – С. 502-506.
21. Проблема ожирения в Европейском регионе ВОЗ и стратегии ее решения / Под ред. F. Branca, H. Nikogosian и T. Lobstein. – ВОЗ, 2009. – URL: <https://vrachirf.ru/storage/9a/55/88/fd/08/f5/c6/b1/4255-0d54f6-216a10.pdf?ysclid=kzpd8zywz> (дата обращения: 17.02.2022). – Текст: электронный.
  22. Проект «Здоровое питание» награжден Премией Рунета 2021 // Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека: сайт. – URL: [https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news\\_details.php?ELEMENT\\_ID=19982](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=19982) (дата обращения: 21.02.2022).
  23. Роспотребнадзор: 125 млн россиян поддержали проект «Здоровое питание» // Социальный портал «здоровое-питание.рф»: интернет-портал. – URL: <https://xn---8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/healthy-nutrition/rospotrebnadzor-bolee-125-mln-rossiyan-uznali-i-podderzhali-proekt-zdorovoe-pitanie/> (дата обращения: 26.02.2022).
  24. Социальный портал «здоровое-питание.рф»: интернет-портал. – URL: <https://xn---8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/> (дата обращения: 21.02.2022). – Текст: электронный.
  25. Федорова, О. С. Налог на добавленную стоимость: актуальные вопросы из практики налогового консультирования / О. С. Федорова, Л. Р. Набиуллина, А. В. Брызгалин [и др.] // Налоги и финансовое право. – 2020. – № 8. – URL: <https://docs7.online-sps.ru/cgi/online.cgi?req=doc&ts=LoboKyShfOjH832M&cacheid=774605EFC08E8926D2C65BDDF46F174C&mode=splus&rnd=0.6757156015221366&base=PBI&n=273149&dst=100290#xajtKySmfQNmRYQZ> (дата обращения: 24.02.2022). – Текст: электронный.
  26. Хатунцева, Т. П. Приобщение населения к нормам здорового питания через реализацию социального проекта «Правильное питание – залог процветания» / Т. П. Хатунцева, Е. А. Русяева, А. М. Джунусова // Вестник Самарской гуманитарной академии. – Сер. «Психология». – 2015. – № 2 (18). – С. 132-142.
  27. Шелепина, Н. В. Особенности идентификации пищевых продуктов функционального назначения на основе продуктов переработки зерна бобовых культур / Н. В. Шелепина // Образование и наука без границ: фундаментальные и прикладные исследования. – 2020. – № 11. – С. 225-230. doi: 10.36683/2500-249X/2020-11/225-230.
  28. 14-DGE-Ernährungsbericht. – Bonn: DGE e. V., 2020. – URL: <https://www.dge-medien-service.de/14-dge-ernaehrungsbericht-buch-inkl-cd-rom.html> (дата обращения: 16.02.2022).
  29. 2020-2025 Dietary Guidelines for Americans: We Want to Hear from You // The United States government. USDA: an official website. – URL: <https://www.usda>.

gov/media/blog/2018/03/01/2020-2025-dietary-guidelines-americans-we-want-hear-you (дата обращения: 02.08.2021).

30. A lot of fiber in the diet reduces the risk of death // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/presse/pm/viele-ballaststoffe-in-der-ernaehrung-senken-das-sterberisiko/> (дата обращения: 25.01.2022).
31. Abarca-Gomez, L. Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128.9 million children, adolescents, and adults / L. Abarca-Gomez, Z. A. Abdeen, Z. A. Hamid [et al.] // *Lancet*. – 2017. – No. 390 (10113). – P. 2627-2642.
32. Add action: страница некоммерческой организации в социальной сети Facebook. – URL: <https://www.facebook.com/shdaction/> (дата обращения: 17.02.2022).
33. Australian Dietary Guidelines. – National Health and Medical Research Council, 2013. – URL: [https://www.eatforhealth.gov.au/sites/default/files/content/n55\\_australian\\_dietary\\_guidelines.pdf](https://www.eatforhealth.gov.au/sites/default/files/content/n55_australian_dietary_guidelines.pdf) (дата обращения: 25.02.2022).
34. Baker, P. Ultra-processed foods and the nutrition transition: global, regional and national trends, food systems transformations and political economy drivers / P. Baker, P. Machado, T. Santos [et al.] // *Obes. Rev.* – 2020. – No. 21(12). doi: 10.1111/obr.13126.
35. Bipartisan Policy Center. Leading with Nutrition: Leveraging Federal Programs for Better Health. – 2018. – URL: <http://www.bipartisanpolicy.org/SNAP> (дата обращения: 07.02.2022).
36. Brambila-Macias, J. Policy interventions to promote healthy eating: a review of what works, what does not, and what is promising / J. Brambila-Macias, B. Shankar, S. Capacci [et al.] // *Food Nutr. Bull.* – 2011. – No. 32. – P. 365-75. doi: 10.1177/156482651103200408.
37. Cawley, J. The impact of the Philadelphia beverage tax on purchases and consumption by adults and children / J. Cawley, D. Frisvold, A. Hill, D. Jones // *J. Health Econ.* – 2019. – 67:102225. doi: 10.1016/j.jhealeco.2019.102225.
38. Cheung, T. T. L. Cueing healthier alternatives for take-away: a field experiment on the effects of (disclosing) three nudges on food choices / T. T. L. Cheung, M. Gillebaart, F. M. Kroese [et al.] // *BMC Public Health*. – 2019. – No. 22, 19 (1). – P. 974. doi: 10.1186/s12889-019-7323-y.
39. Der Wissenschaft verpflichtet – Ihr Partner für Essen und Trinken / Pressemappe zur Vorstellung des 14. DGE-Ernährungsberichts. – DGE, 2020. – URL: [https://www.dge.de/uploads/media/Pressemappe-14-DGE-Ernaehrungsbericht\\_02.pdf](https://www.dge.de/uploads/media/Pressemappe-14-DGE-Ernaehrungsbericht_02.pdf) (дата обращения: 16.02.2022).

40. DGE receives further funding for projects on the DGE quality standards // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/presse/pm/mehr-nachhaltigkeit-in-der-gemeinschaftsverpflegung/> (дата обращения: 08.02.2022).
41. DGEwissen – Das Wissenschaftsmagazin der DGE // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/wissenschaft/dgewissen/> (дата обращения: 16.02.2022).
42. Dietary Guidelines for Americans // U.S. Department of Health and Human Services: website. – URL: <https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/dietary-guidelines> (дата обращения: 10.02.2022).
43. Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. – USDA, 2020. – URL: [https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary\\_Guidelines\\_for\\_Americans-2020-2025.pdf](https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2021-03/Dietary_Guidelines_for_Americans-2020-2025.pdf) (дата обращения: 10.02.2022).
44. Eat and drink wholesome according to the 10 rules of the DGE // DGE: website. – URL: <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/> (дата обращения: 15.02.2022).
45. Eat Just Granted World’s First Regulatory Approval for Cultured Meat // DGE: website. – URL: <https://www.businesswire.com/news/home/20201201006251/en/> (дата обращения: 18.02.2022).
46. Eat more veg // Website of the Veg Power: website. – URL: <https://vegpower.org.uk> (дата обращения: 10.02.2022).
47. Eat Them to Defeat Them // Veg Power Eat Them to Defeat Them: website. – URL: <https://eatthemtodefearthem.com/> (дата обращения: 10.02.2022).
48. Eat, Drink, Shop Healthy Challenge // Health Hub: website. – URL: <https://www.healthhub.sg/programmes/136/eat-drink-shop-healthy-challenge> (дата обращения: 18.02.2022).
49. Edible playgrounds // Trees for Cities: website. – URL: <https://www.treesforcities.org/our-work/schools-programme/edible-playgrounds> (дата обращения: 15.02.2022).
50. Edmondson, E. K. Association of a Sweetened Beverage Tax With Soda Consumption in High School Students / E. K. Edmondson, C. A. Roberto, E. F. Gregory [et al.] // JAMA Pediatr. – 2021. – No. 175(12). – P. 1261-1268. doi: 10.1001/jamapediatrics.2021.3991.
51. Ernährungsstrategie für Baden-Württemberg. – Ministerium für ländliche Räume und Verbraucherschutz, 2017. – URL: (2017\_Ernährungsstrategie BW) (baden-wuerttemberg.de) (дата обращения: 16.02.2022).
52. Fanzo, J. Nutrients, Foods, Diets, People: Promoting Healthy Eating / J. Fanzo, A. Drewnowski, J. Blumberg [et al.] // Current Developments in Nutrition. – 2020. – V. 4, Iss. 6. doi: 10.1093/cdn/nzaa069.
53. First assessment of the nutrition strategy presented // Baden-Württemberg government: website. – URL: First assessment of the nutrition strategy

- presented: Baden-Württemberg.de (baden-wuerttemberg.de) (дата обращения: 28.01.2021).
54. Foerster, S. B. California's "5 a day – for better health!" campaign: an innovative population-based effort to effect large-scale dietary change / S. B. Foerster, K. W. Kizer, L. K. Disogra [et al.] // *Am. J. Prev. Med.* – 1995. – No. 11(2). – P. 124-131.
  55. Food Assistance // The United States government: an official website. – URL: <https://www.usa.gov/food-help#item-35787> (дата обращения: 02.02.2022).
  56. Food preparation and nutrition GCSE subject content. – Department for Education, 2015. – URL: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/405328/Food\\_preparation\\_and\\_nutrition\\_180215.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/405328/Food_preparation_and_nutrition_180215.pdf) (дата обращения: 15.02.2022).
  57. Geaney, F. The food choice at work study: effectiveness of complex workplace dietary interventions on dietary behaviours and diet-related disease risk – study protocol for a clustered controlled trial / F. Geaney, J. Scotto Di Marrazzo, C. Kelly [et al.] // *Trials*. – 2013. – No. 6, 14. – P. 370. doi: 10.1186/1745-6215-14-370.
  58. German Nutrition Society. – Bonn: DGE e. V., 2015. – URL: <https://www.dge.de/fileadmin/public/doc/wueu/DGE-self-portrait.pdf> (дата обращения: 16.02.2022).
  59. Harbers, M. C. Determinants of Food Choice and Perceptions of Supermarket-Based Nudging Interventions among Adults with Low Socioeconomic Position: The SUPREME NUDGE Project / M. C. Harbers, C. N. H. Middel, J. M. Stuber [et al.] // *Int. J. Environ. Res. Public Health*. – 2021. – No. 7, 18 (11). – P. 6175. doi: 10.3390/ijerph18116175.
  60. Healthier Choice Symbol // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/food-beverage/healthier-choice-symbol> (дата обращения: 18.02.2022).
  61. Healthier Dining Innovation // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/healthier-dining-grant-schemes/about-the-healthier-dining-innovation> (дата обращения: 18.02.2022).
  62. Healthier Dining Programme // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/healthier-dining-programme> (дата обращения: 18.02.2022).
  63. Healthy 365 // Health Promotion Board: website. – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/healthy-365> (дата обращения: 18.02.2022).
  64. Healthy Eating criteria map. National resources to help achieve the criteria. – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/sites/default/files/Healthy%20Eating%20Criteria%20Map.pdf> (дата обращения: 15.02.2022).

65. Healthy People 2030. National Center for Health Statistics // The Centers for Disease Control and Prevention: website. – URL: [https://www.cdc.gov/nchs/healthy\\_people/hp2030/hp2030.htm](https://www.cdc.gov/nchs/healthy_people/hp2030/hp2030.htm) (дата обращения: 10.02.2022).
66. Healthy Schools London. Healthy eating // The London government: website. – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/resources/healthy-take-aways/healthy-eating> (дата обращения: 15.02.2022).
67. Healthy schools rating scheme. Guidance for schools. – London, 2019. – URL: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/906875/Healthy\\_schools\\_rating\\_scheme.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/906875/Healthy_schools_rating_scheme.pdf) (дата обращения: 15.02.2022).
68. Heimendinger, J. The national 5 A Day for Better Health Program: a large-scale nutrition intervention / J. Heimendinger, M. A. Van Duyn, D. Chapelsky [et al.] // J. Public Health Manag. Pract. – 1996. – No. 2 (2). – P. 27-35.
69. Leech, R. Understanding meal patterns: Definitions, methodology and impact on nutrient intake and diet quality / R. Leech, A. Worsley, A. Timperio, S. McNaughton // Nutrition Research Reviews. – 2015. – No. 28 (1). – P. 1-21. doi: 10.1017/S0954422414000262.
70. Long, M. W. Systematic review and meta-analysis of the impact of restaurant menu calorie labeling / M. W. Long, D. K. Tobias, A. L. Cradock [et al.] // Am. J. Public Health. – 2015. – No. 105. doi: 10.2105/AJPH.2015.302570.
71. Motivational interviewing (MI) using the example of diabetes counseling – creating treatment motivation // The DGE: website. – URL: [https://www.dge.de/va/seminare/veranstaltungen-detailseite/?tx\\_seminars\\_pi1%5BshowUid%5D=77](https://www.dge.de/va/seminare/veranstaltungen-detailseite/?tx_seminars_pi1%5BshowUid%5D=77) (дата обращения: 16.02.2022).
72. Mozaffarian, D. Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating / D. Mozaffarian, S. Y. Angell, T. Lang, J. A. Rivera // BMJ. – 2018. – No. 361. doi: 10.1136/bmj.k2426.
73. National Food Strategy: Your future, your food / 2020 Report. – London, 2020. – 35 p. – URL: [https://www.nationalfoodstrategy.org/wp-content/uploads/2021/07/NFS\\_Young-Peoples-Consultation-Report-Final.pdf](https://www.nationalfoodstrategy.org/wp-content/uploads/2021/07/NFS_Young-Peoples-Consultation-Report-Final.pdf) (дата обращения: 15.02.2022).
74. National Healthy Schools Programme. – Department of Health and Department for Children, Schools and Families initiative, 2008. – URL: [https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/sites/default/files/HS%2520Healthy%2520Eating\\_1.pdf](https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london/awards/sites/default/files/HS%2520Healthy%2520Eating_1.pdf) (дата обращения: 10.02.2022).
75. National Steps Challenge™ & Healthy 365 App // Singapore Government: website. – URL: <https://www.smartnation.gov.sg/initiatives/health/national-steps-challenge> (дата обращения: 08.02.2022).

76. New pilot to help people eat better and exercise more // Website of the Government UK. – URL: <https://www.gov.uk/government/news/new-pilot-to-help-people-eat-better-and-exercise-more> (дата обращения: 22.10.2021).
77. Nutrition and Healthy Eating // The Centers for Disease Control and Prevention: website. – URL: <https://health.gov/healthypeople/objectives-and-data/browse-objectives/nutrition-and-healthy-eating> (дата обращения: 11.02.2022).
78. Obesity: Health and Economic Consequences of an Impending Global Challenge / Editors M. Shekar, B. M. Popkin. – Washington: The World Bank, 2020. – 204 p. doi: 10.1596/978-1-4648-1491-4 – ISBN (paper): 978-1-4648-1491-4.
79. Pingali, P. L. Green revolution: impacts, limits and the path ahead / P. L. Pingali // PNAS. – 2012. – No. 109 (31). – P. 12302–12308. doi: 10.1073/pnas.0912953109
80. Pomeranz, J. L. Legal and administrative feasibility of a federal junk food and sugar-sweetened beverage tax to improve diet / J. L. Pomeranz, P. Wilde, Y. Huang [et al.] // Am. J. Public Health. – 2018. – No. 108. – P. 203-209. doi: 10.2105/AJPH.2017.304159.
81. Popkin, B. M. Dynamics of the double burden of malnutrition and the changing nutrition reality / B. M. Popkin, C. Corvalan, L. M. Grummer-Strawn // Lancet. – 2020. – No. 395. – P. 65-74.
82. Popkin, B. M. The nutrition transition to a stage of high obesity and noncommunicable disease prevalence dominated by ultra-processed foods is not inevitable / B. M. Popkin, S. W. Ng // Obesity Reviews. – 2022. – No. 23(1). doi: 10.1111/obr.13366.
83. Produce for Better Health // The Produce for Better Health Foundation: website. – URL: <https://www.vegetables.bayer.com/us/en-us/about/industry-collaborations/produce-for-better-health-foundation.html> (дата обращения: 10.02.2022).
84. Public Health England. Guidelines on reducing sugar in food published for industry. – 2017. – URL: <https://www.gov.uk/government/news/guidelines-on-reducing-sugar-in-food-published-forindustry> (дата обращения: 07.02.2022).
85. Re: updates to the Healthier Choice Symbol (HCS) Programme guidelines. – Health Promotion Board, 2022. – URL: [https://hpb.gov.sg/docs/default-source/pdf/announcement-on-hcs-programme.pdf?sfvrsn=62fa6338\\_2](https://hpb.gov.sg/docs/default-source/pdf/announcement-on-hcs-programme.pdf?sfvrsn=62fa6338_2) (дата обращения: 18.02.2022).
86. Reardon, T. The processed food revolution in African food systems and the double burden of malnutrition / T. Reardon, D. Tschirley, L. S. O. Liverpool-Tasie [et al.] // Global Food Secur. – 2021. – No. 28(3). doi: 10.1016/j.gfs.2020.100466.

87. Sacks, G. Do taxes on unhealthy foods and beverages influence food purchases? / G. Sacks, J. Kwon, K. Backholer // *Curr. Nutr. Rep.* – 2021. – No. 10(3). – P. 179-187. doi: 10.1007/s13668-021-00358-0.
88. Sanders, L. M. Implementing the 2020–2025 Dietary Guidelines for Americans: Recommendations for a Path Forward / L. M. Sanders, J. C. Allen, J. Blankenship [et al.] // *Current Developments in Nutrition.* – 2021. – V. 5, Iss. 12. doi: 10.1093/cdn/nzab136 (дата обращения: 10.02.2022).
89. School food standards. Actions in the School Food Plan // *The Independent School Food Plan: website.* – URL: <http://www.schoolfoodplan.com/actions/school-food-standards/> (дата обращения: 15.02.2022).
90. School food standards: resources for schools // *The Government UK: website.* – URL: <https://www.gov.uk/government/publications/school-food-standards-resources-for-schools> (дата обращения: 26.03.2019).
91. SNAP-Ed // *Office of Temporary and Disability Assistance: website.* – URL: <https://otda.ny.gov/programs/nutrition/> (дата обращения: 02.02.2022).
92. Sustainable healthy diets. Guiding principles. – Rome: FAO, WHO, 2019. – URL: <https://www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf> (дата обращения: 25.02.2022).
93. *The National Food Strategy: The Plan – July 2021 / Independent Review.* – 2021. – 288 p.
94. Tools // *Health Promotion Board: website.* – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/tools> (дата обращения: 18.02.2022).
95. U.S. Food and Drug Administration. Changes to the Nutrition Facts Label. Secondary Changes to the Nutrition Facts Label. – 2016. – URL: <http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/GuidanceDocumentsRegulatoryInformation/LabelingNutrition/ucm385663.htm#Summary> (дата обращения: 07.02.2022).
96. Water only school toolkit // *The London government: website.* – URL: <https://www.london.gov.uk/what-we-do/health/healthy-schools-london-0/water-only-school-toolkit> (дата обращения: 15.02.2022).
97. White, E. J. The problem of obesity and dietary nudges / E. J. White // *Politics Life Sci.* – 2018. – No. 37(1). – P. 120-125. doi: 10.1017/pls.2018.4.
98. Willett, W. Food in the Anthropocene: the EAT – Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems / W. Willett, J. Rockström, B. Loken [et al.] // *The Lancet.* – 2019. – No. 393 (10170). – P. 447–92.
99. WOG Healthier Catering policy// *Health Promotion Board: website.* – URL: <https://www.hpb.gov.sg/healthy-living/food-beverage/wog-healthier-catering-policy> (дата обращения: 18.02.2022).



## Приложение А

Задачи программы «Здоровые люди 2030» в рамках национальной цели США в области здорового питания

Задачи	Целевое значение показателя	Обоснование
<b>Питание и здоровое питание – общие</b>		
Сокращение отсутствия продовольственной безопасности и голода в домохозяйствах – NWS-01	Не более 6,0 % домохозяйств, испытывающих нехватку продовольствия	Отсутствие продовольственной безопасности связано с негативными последствиями для здоровья детей и взрослых и может вызвать проблемы у детей в школе. Предоставление пособий большему количеству людей посредством программ помощи в области питания, увеличение размеров пособий и устранение безработицы может помочь уменьшить голод и проблему продовольственной безопасности населения
Ликвидировать очень низкую продовольственную безопасность детей – NWS-02	0,0 % домохозяйств с детьми в возрасте до 18 лет, имеющих низкую продовольственную безопасность среди детей	
Увеличение потребления фруктов людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-06	0,56 стакана фруктов на 1000 калорий в сутки	Фрукты и овощи рекомендуются как ключевая часть здорового питания, их употребление связано с более низким риском многих заболеваний. Но большинство людей в Соединенных Штатах не едят достаточно фруктов и овощей. Имеющиеся данные свидетельствуют о том, что консультирование по вопросам питания, школьные и корпоративные программы, использующие более одной стратегии, а также политика в области школьного питания могут помочь людям употреблять больше фруктов и овощей
Увеличение потребления овощей людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-07	0,84 стакана эквивалента овощей на 1000 калорий в сутки	
Увеличение потребления темно-зеленых овощей, красных и оранжевых овощей, фасоли и гороха людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-08	0,33 стакана эквивалента темно-зеленых овощей, красных и оранжевых овощей, фасоли и гороха на 1000 калорий в сутки	
Увеличение потребления цельного зерна людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-09	0,62 унции эквивалента цельного зерна на 1000 калорий в сутки	Цельнозерновые продукты богаты пищевыми волокнами и другими питательными веществами и рекомендуются в качестве ключевой части здорового питания. Употребление в пищу цельнозерновых продуктов может помочь снизить риск ишемической болезни сердца. Но многие люди в Соединенных Штатах едят слишком много рафинированного зерна и недостаточно цельного зерна. Вмешательства, направленные на изменение поведения, могут помочь людям есть больше цельнозерновых продуктов, чтобы получить рекомендуемое количество пищевых волокон

<p>Сокращение потребления добавленных сахаров людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-10</p>	<p>Не более 11,5 % калорий, получаемых из добавленных сахаров, потребляемых людьми в возрасте 2 лет и старше</p>	<p>Добавление сахара в продукты и напитки может затруднить получение людьми необходимых им питательных веществ без излишнего количества калорий. Люди, которые едят много добавленного сахара, могут подвергаться более высокому риску кариеса и ожирения. В Соединенных Штатах многие люди потребляют слишком большое количество добавленного сахара. Стратегии ценообразования и образовательные мероприятия в школах могут помочь людям ограничить потребление продуктов и напитков с добавлением сахара. Поощрение людей использовать этикетку «Факты о питании» также может помочь им отслеживать потребление добавленных сахаров</p>
<p>Сокращение потребления насыщенных жиров людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-11</p>	<p>Не более 8,4 % калорий из насыщенных жиров, потребляемых людьми в возрасте 2 лет и старше</p>	<p>Люди, которые заменяют насыщенные жиры в своем рационе ненасыщенными, имеют более низкий уровень холестерина, что может снизить риск возникновения проблем с сердцем. Но многие люди в Соединенных Штатах едят слишком много насыщенных жиров. Консультации по питанию и поведенческие вмешательства могут помочь людям есть меньше насыщенных жиров. Поощрение людей использовать этикетку «Факты о питании» также может помочь им отслеживать потребление насыщенных жиров</p>
<p>Сокращение потребления натрия людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-12</p>	<p>Не более 2725 мг натрия из продуктов питания и напитков – среднее общее ежедневное потребление людьми в возрасте 2 лет и старше</p>	<p>Употребление большого количества соли (натрия) может увеличить риск высокого кровяного давления и сердечно-сосудистых заболеваний. Большинство людей в Соединенных Штатах едят слишком много соли. Стратегии, включающие вмешательства на уровне населения (например, уменьшение количества соли в упакованных пищевых продуктах) и вмешательства на индивидуальном уровне (например, консультирование по вопросам поведения), по-видимому, являются наиболее эффективными способами помочь людям есть меньше соли. Поощрение людей использовать этикетку «Факты о питании» также может помочь им отслеживать потребление соли</p>
<p>Увеличение потребления кальция людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-13</p>	<p>1184 мг кальция из пищевых продуктов, пищевых добавок, антацидов и питьевой воды – среднее общее ежедневное потребление людьми в возрасте 2 лет и старше</p>	<p>Людам нужен кальций для здоровых костей, получение его достаточного количества может снизить риск остеопороза. Хотя среднее потребление кальция в Соединенных Штатах в последние годы увеличилось, многие люди все еще не получают его в достаточном количестве. Консультации по вопросам питания и поведенческие вмешательства могут помочь людям получать больше кальция. Поощрение людей использовать этикетку «Факты о питании» также может помочь им отслеживать потребление кальция</p>

<p>Увеличение потребления калия людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-14</p>	<p>2763 мг калия из пищевых продуктов и пищевых добавок – среднее общее суточное потребление людьми в возрасте 2 лет и старше</p>	<p>Люди, которые получают достаточное количество калия, менее склонны к высокому кровяному давлению. Но большинство людей в Соединенных Штатах получают недостаточное количество калия. Некоторые диетические вмешательства, способствующие употреблению большого количества фруктов и овощей, такие как диета DASH, могут помочь людям получить достаточное количество калия. Кроме того, поощряя людей использовать этикетку «Факты о питании», можно помочь им отслеживать потребление калия</p>
<p>Увеличение потребления витамина D людьми в возрасте 2 лет и старше – NWS-15</p>	<p>19,0 мкг витамина D из пищевых продуктов и пищевых добавок – среднесуточное потребление людьми в возрасте 2 лет и старше</p>	<p>Витамин D помогает организму усваивать кальций, который важен для здоровья костей. Люди, которые получают достаточное количество витамина D и кальция, также могут иметь более низкий риск развития остеопороза. Но многие люди в Соединенных Штатах не получают достаточного количества витамина D. Употребление в пищу продуктов с добавлением витамина D и прием пищевых добавок могут помочь людям получить достаточное количество витамина D. Поощрение людей использовать этикетку «Факты о питании» также может помочь им отслеживать потребление витамина D</p>
<p>Уменьшение дефицита железа у детей в возрасте от 1 до 2 лет – NWS 16</p>	<p>Не более 2,1 % детей в возрасте от 1 до 2 лет с дефицитом железа</p>	<p>Маленькие дети, которые не получают достаточного количества железа, подвергаются более высокому риску проблем развития. Давая маленьким детям добавки или продукты, богатые железом, а также добавляя железо к большему количеству продуктов, в целом, можно уменьшить дефицит железа</p>
<p>Увеличение доли школ, которые не продают нездоровые продукты и напитки – ECBP-D02</p>	<p>–</p>	<p>Данная задача в настоящее время находится в стадии разработки. Это означает, что она является высокоприоритетной проблемой общественного здравоохранения, для решения которой имеются основанные на фактических данных меры, но еще нет надежных исходных данных. Как только будут доступны исходные данные, эту задачу можно будет считать основной целью инициативы «Здоровые люди 2030»</p>

## Подростки

<p>Увеличение доли учащихся, участвующих в программе школьных завтраков, – АН-04</p>	<p>34,9 % учащихся школ, участвующих в программе школьных завтраков</p>	<p>Программа школьных завтраков снижает риск отсутствия продовольственной безопасности и помогает детям питаться более здоровой пищей. Расширение участия в программе может помочь учащимся лучше учиться в школе и решить проблемы с поведением и психическим здоровьем, связанные с отсутствием продовольственной безопасности. Стратегии предоставления завтрака после начала учебного дня и предоставления бесплатного завтрака всем учащимся могут увеличить участие в программе</p>
<p>Увеличение доли подходящих студентов, участвующих в Летней программе общественного питания, – АН-R03</p>	<p>–</p>	<p>Эта задача в настоящее время имеет статус исследования, что означает, что она является высокоприоритетной проблемой общественного здравоохранения, для решения которой еще не разработаны научно обоснованные вмешательства. Он может иметь или не иметь надежные исходные данные. Если станут доступными как исходные данные, так и вмешательства, основанные на фактических данных, эта цель может стать основной задачей программы «Здоровые люди 2030»</p>

## Рак

<p>Повышение качества жизни людей, перенесших рак, – C-R01</p>	<p>–</p>	<p>Эта задача в настоящее время имеет статус исследования, что означает, что она является высокоприоритетной проблемой общественного здравоохранения, для решения которой еще не разработаны научно обоснованные вмешательства. Он может иметь или не иметь надежные исходные данные. Если станут доступными как исходные данные, так и вмешательства, основанные на фактических данных, эта цель может стать основной задачей программы «Здоровые люди 2030»</p>
--	----------	---

## Сахарный диабет

<p>Увеличение доли людей, имеющих право на участие в признанных CDC-программах профилактики диабета 2-го типа, – D-D01</p>	<p>–</p>	<p>Эта задача в настоящее время находится в стадии разработки, что означает, что она является высокоприоритетной проблемой общественного здравоохранения, для решения которой имеются основанные на фактических данных меры, но еще нет надежных исходных данных. Как только будут доступны исходные данные, эту задачу можно будет считать основной целью инициативы «Здоровые люди 2030»</p>
--	----------	--

## Заболевания сердца и инсульт

<p>Сократить долю взрослых с повышенным артериальным давлением – HDS-04</p>	<p>Не более 27,7 % взрослых с гипертонией</p>	<p>Люди с высоким кровяным давлением или гипертонией чаще страдают ишемической болезнью сердца, инсультом, сердечной недостаточностью и заболеваниями почек. Стратегии, направленные на то, чтобы помочь людям питаться более здоровой пищей, похудеть и увеличить физическую активность, могут снизить риск высокого кровяного давления</p>
<p>Снижение уровня холестерина у взрослых – HDS-06</p>	<p>Не более 186,4 мг/дл – средний уровень общего холестерина в крови у взрослых</p>	<p>Люди с высоким уровнем холестерина в крови более склонны к сердечным заболеваниям. Хотя средний уровень общего холестерина среди взрослого населения США за последние годы снизился, миллионы людей по-прежнему имеют высокий уровень холестерина. Имеющиеся данные показывают, что меры, направленные на то, чтобы помочь людям питаться более здоровой пищей, повысить физическую активность и похудеть, могут снизить общий уровень холестерина</p>

## Младенцы

<p>Увеличение доли младенцев, находящихся исключительно на грудном вскармливании до возраста 6 месяцев, – MICH-15</p>	<p>Не менее 42,4 % младенцев, находящихся исключительно на грудном вскармливании до 6-месячного возраста</p>	<p>Грудное вскармливание связано со снижением риска многих заболеваний у детей и матерей. Исключительно грудное вскармливание в течение первых 6 месяцев жизни связано с пользой для здоровья младенцев. Хотя показатели начала грудного вскармливания в Соединенных Штатах высоки, большинство женщин не кормят исключительно грудью в течение первых 6 месяцев. Такие стратегии, как поддержка сверстников, образование, более длительные отпуска по беременности и родам и поддержка грудного вскармливания в больнице, на рабочем месте и в обществе, могут помочь большому количеству женщин кормить исключительно грудью</p>
<p>Увеличение доли младенцев, находящихся на грудном вскармливании в возрасте 1 года, – MICH-16</p>	<p>Не менее 54,1 % детей, находящихся на грудном вскармливании в возрасте 1 года</p>	<p>Грудное вскармливание связано со снижением риска многих заболеваний у детей и матерей. Национальные руководства рекомендуют исключительно грудное вскармливание в течение первых 6 месяцев жизни и продолжение грудного вскармливания, по крайней мере, в течение первого года жизни. Хотя в Соединенных Штатах высоки показатели начала грудного вскармливания, большинство женщин не кормят грудью в течение всего первого года. Такие стратегии, как поддержка сверстников, образование, более длительные отпуска по беременности и родам и поддержка грудного вскармливания в больнице, на рабочем месте и в обществе, могут помочь большому количеству женщин кормить грудью дольше</p>

## Избыточный вес и ожирение

<p>Сокращение доли взрослых с ожирением – NWS-03</p>	<p>Не более 36,0 % взрослых с ожирением</p>	<p>Многие взрослые в Соединенных Штатах страдают ожирением, которое связано с хроническими заболеваниями, такими как диабет 2-го типа, сердечно-сосудистые заболевания и некоторые виды рака. Стигма и дискриминация, связанные с ожирением, также могут привести к проблемам со здоровьем. Имеющиеся данные свидетельствуют о том, что интенсивные поведенческие вмешательства, использующие более одной стратегии, такие как групповые занятия и изменения как в диете, так и в физической активности, являются эффективным способом борьбы с ожирением</p>
<p>Увеличение доли обращений за медицинской помощью взрослых с ожирением, которые включают консультации по вопросам снижения веса, питания или физической активности, – NWS-05</p>	<p>32,6 % посещений врача</p>	<p>Многие взрослые в Соединенных Штатах страдают ожирением, которое связано с хроническими заболеваниями, такими как диабет 2-го типа, сердечно-сосудистые заболевания и некоторые виды рака. Но люди с ожирением часто не получают консультаций, связанных с потерей веса, питанием или физической активностью, в рамках визитов к врачу. Если поставщики медицинских услуг направят взрослых с ожирением на интенсивные поведенческие вмешательства, это может помочь уменьшить ожирение и связанные с ним проблемы</p>
<h2>Женщины</h2>		
<p>Увеличение доли женщин детородного возраста, получающих достаточное количество фолиевой кислоты, – MICH-12</p>	<p>86,2 % женщин детородного возраста с оптимальной концентрацией фолиевой кислоты в эритроцитах</p>	<p>Получение достаточного количества фолиевой кислоты с пищей или добавками во время беременности может защитить плод от дефектов нервной трубки, например, таких как spina bifida. Концентрация фолиевой кислоты в эритроцитах женщины показывает, получает ли она достаточное количество фолиевой кислоты. Общенациональные усилия по добавлению фолиевой кислоты в зерновые продукты помогли уменьшить патологии нервной системы и позвоночника у новорожденных. Недавние попытки добавить ее в кукурузную муку могут иметь такой же эффект</p>
<p>Уменьшение дефицита железа у женщин в возрасте от 12 до 49 лет – NWS-17</p>	<p>Не более 7,2 % женщин с дефицитом железа</p>	<p>Железо в крови необходимо для транспортировки кислорода. Женщины чаще, чем мужчины, страдают дефицитом железа, поскольку они теряют кровь во время менструации. Беременность и роды также могут вызвать дефицит железа. Добавки и продукты с добавлением железа являются эффективными методами, помогающими женщинам получать достаточное количество железа. Поощрение людей использовать этикетку «Факты о питании» также может помочь им отслеживать потребление железа</p>

## Рабочее место

<p>Увеличение доли рабочих мест, предлагающих программу питания для сотрудников, – ECBP-D05</p>	<p>—</p>	<p>Эта задача в настоящее время находится в стадии разработки, что означает, что она является высокоприоритетной проблемой общественного здравоохранения, для решения которой имеются основанные на фактических данных меры, но еще нет надежных исходных данных. Как только будут доступны исходные данные, эту задачу можно будет считать основной целью программы «Здоровые люди 2030»</p>
---	----------	---

## Приложение Б

### Направления государственной политики Российской Федерации в области здорового питания

Задачи	Целевое значение показателя
<p>1. Разработка и принятие технических регламентов, касающихся продуктов питания</p>	<p>1. Безопасность и качество продуктов питания и продовольственного сырья (нормативно-правовое регулирование)</p>
<p>2. Законодательное закрепление усиления ответственности производителя за выпуск, не соответствующий установленным требованиям и фальсифицированной пищевой продукции</p>	
<p>3. Разработка национальных стандартов, обеспечивающих соблюдение требований технических регламентов, касающихся пищевых продуктов и продовольственного сырья</p>	
<p>4. Совершенствование механизмов контроля качества производимых на территории России и поставляемых из-за рубежа пищевых продуктов и продовольственного сырья</p>	
<p>5. Разработка комплекса мероприятий, направленных на снижение распространенности заболеваний, связанных с питанием</p>	<p>2. Здоровье населения и профилактика заболеваний</p>

<p>6. Законодательное обеспечение условий для инвестиций в производство витаминов, ферментных препаратов для пищевой промышленности, пробиотиков и других пищевых ингредиентов, продуктов массового потребления, обогащенных витаминами и минеральными веществами, продуктов функционального назначения, диетических (лечебных и профилактических) продуктов, продуктов для питания здоровых и больных детей</p>	<p>3. Инвестиционная деятельность в области пищевой и фармацевтической промышленности</p>
<p>7. Обеспечение приоритетного развития фундаментальных исследований в области современных биотехнологических и нанотехнологических способов получения новых источников пищи и медико-биологической оценки их качества и безопасности</p>	<p>4. Наука и технологии в сфере продовольствия</p>
<p>8. Разработка и внедрение единых форм государственной статистической отчетности о заболеваемости, связанной с нарушением питания</p>	<p>5. Государственная статистика по алиментарно-зависимой заболеваемости</p>
<p>9. Разработка и внедрение программ государственного мониторинга питания и здоровья населения на основе проведения специальных исследований индивидуального питания, в том числе групп риска (дети раннего возраста, беременные и кормящие женщины, малоимущее население), включая вопросы безопасности и развития распространенных алиментарно-зависимых состояний</p>	<p>6. Государственный мониторинг состояния питания населения</p>
<p>10. Усиление пропаганды здорового питания населения, в том числе с использованием средств массовой информации</p>	<p>7. Информационно-просветительская и образовательная деятельность по вопросам здорового питания</p>
<p>11. Мотивирование населения через таргетированные коммуникации</p>	
<p>12. Активное вовлечение гражданского общества, а также работодателей через корпоративные программы укрепления здоровья</p>	
<p>13. Разработка и реализация программ воспитания и обучения правилам здорового питания для разных групп населения и специалистов</p>	



## Приложение В

Примеры социальных проектов в области здорового питания, разработанные трудовыми коллективами (Россия)

Название проекта и его разработчики	Направление и целевая аудитория проекта	Основные мероприятия
<p>«Здоровое питание для всей семьи», Балашовский институт (филиал) ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н. Г. Чернышевского», г. Балашов, Саратовская область</p>	<p>Формирование у младших школьников и их родителей знаний и навыков здорового питания</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Конкретная практическая деятельность.</li><li>2. Моделирование проблемных ситуаций.</li><li>3. Составление правил здорового питания в каждой семье.</li><li>4. Выбор правильных продуктов и составление меню здорового питания.</li></ol> <p><b>Мероприятия проводятся в форме мини-проектов:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• «Овощи – кладовая здоровья»;</li><li>• «Поход в магазин» (учащиеся и родители совершают поход в магазин для выбора полезных продуктов для дальнейшего составления здорового недельного меню для всей семьи);</li><li>• «Я выбираю кашу!» (ученики знакомятся с историей и пользой исконно русского блюда, подбирают связанные с ним пословицы и поговорки, обучаются его приготовлению);</li><li>• «Светофор здоровья – витамины» (школьники готовят презентацию о свойствах витаминов и содержащих их продуктах);</li><li>• конкурс «Юный кулинар» (учащиеся изготавливают буклеты и принимают участие в конкурсе по приготовлению молочных коктейлей, йогуртов);</li><li>• «Молоко – полезный продукт»;</li><li>• «Как избежать пищевых отравлений»;</li><li>• «Мы питаемся правильно» (итоговое мероприятие проекта)</li></ul>

<p>Образовательная программа «Разговор о правильном питании» (первый модуль) и «Две недели в лагере здоровья» (второй модуль), ФГБНУ «Институт возрастной физиологии Российской академии образования», г. Москва</p>	<p>Формирование основ культуры питания как составляющей общей культуры здоровья ребенка (формирование ценностных установок в отношении собственного здоровья). Проект реализовывался в течение 5 лет в школах России и на базе летних лагерей. Целевая аудитория – школьники в возрасте 6–8 лет (первый модуль) и 9–11 лет (второй модуль)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ознакомление детей с научно обоснованными принципами здорового питания, с использованием методов и средств, соответствующих их возрасту (в объеме информации, имеющей практическую значимость в жизни ребенка);</li> <li>• Ознакомление детей с разнообразием и богатством кухни народов России</li> </ul>
<p>«Правильное питание – залог процветания», коллектив детского сада «Аленушка», с. Кинель-Черкассы, Самарская область</p>	<p>Пропаганда здорового питания среди детей, родителей и населения микрорайона и создание условий для формирования у целевой аудитории знаний о правилах здорового питания. Целевая аудитория – дети дошкольного учреждения и население микрорайона. Партнеры проекта – родители детей, местные оздоровительный центр и газета, музыкальная школа, средняя общеобразовательная школа, местная телерадиокомпания</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Анкетирование (исследовательский этап);</li> <li>• Проектная деятельность (подготовка детьми рисунков, составление кроссвордов об овощах и фруктах, органах пищеварения, сочинение частушек, веселых стихов, создание костюмов овощей и фруктов, изготовление плакатов и т. д.);</li> <li>• Серия занятий «Правильное питание – великое подспорье для нашего здоровья»;</li> <li>• Практическая работа «Питание в моей жизни»;</li> <li>• Конкурс рисунков «Продукты правильного и неправильного питания»;</li> <li>• Акция «Правильное питание – залог процветания»;</li> <li>• День открытых дверей в кафе «Традиции чаепития»</li> </ul>

*Научное электронное издание*

**Гречушкина** Наталья Александровна,  
**Егорова** Виктория Владиславовна,  
**Камынина** Наталья Николаевна

УПРАВЛЕНИЕ РИСКАМИ  
В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЯ:  
НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ.  
ОБЗОР МИРОВЫХ ПРАКТИК

Корректор Н. В. Яшина  
Верстка Г. А. Пекный

Объем данных 0,9 МБ

Дата подписания к использованию: 27.04.2022.

URL: <https://niioz.ru/upload/iblock/669/669bc3d3b3f8a7b97c2848970ec400a5.pdf>

ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»,  
115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 9  
Тел.: +7 (495) 530-12-89  
Электронная почта: [niiozmm@zdrav.mos.ru](mailto:niiozmm@zdrav.mos.ru)

