

ЖУЮЩИЕ БУТЕРБРОДЫ

Международная научно-практическая конференция «Продовольственный рынок и проблемы здорового питания», организованная под эгидой Минобрнауки РФ, администрации Орловской области, ОрелГТУ, Орловского областного научно-технического союза и РАМН, уже третья по счету. Каждый раз она ставит актуальнейшие проблемы оздоровления населения через организацию производства продуктов питания, которые бы нейтрализовали разрушительное воздействие на человека загрязненной им же самим окружающей среды, а также неправильного образа жизни и питания. И не только ставит, но и вырабатывает необходимые рекомендации. Вот только выполнить их не всем по карману.

Чем характеризуется рацион большинства орловцев? Хлебом, картофелем, сахаром, а значит - дефицитом белков (82 процента от нормы), витаминов (61 процент), микроэлементов и переизбытком жиров (на 33 процента). Таким образом, особенность нашего питания - жировая направленность при сниженной калорийности. Все это - на фоне повышенного содержания нитратов, пестицидов (в два раза больше среднероссийских показателей) и токсичных элементов. Как следствие такого питания - ухудшение здоровья орловцев. Избыток углеводов ведет к сахарному диабету (им больны уже 13 тысяч жителей области), недостаток белка - к проблемам эндокринной системы, дефицит йода - к задержке умственного и физического развития, а о влиянии избытка жира даже говорить не хочется.

Конечно, если бы мы все стали богаты, мы бы наверняка пополнили свой рацион белками да витаминами. При этом ели бы не сливочные пирожные, колбасу да жирные окорочка, а позволили бы себе фрукты, соки, рыбу, морскую капусту, хлеб с отрубями, заменители сахара, витаминные комплексы. Но увы. Здоровое питание основной массе людей недоступно. Да что там здоровое, если у нас минимальная потребительская корзина отстает от минимального потребительского бюджета на 40 процентов, что фактически означает полуголодное существование.

Понимая это, специалисты центра Госсанэпиднадзора,

здравоохранения, управления сельского хозяйства и продовольствия, ученые и производственники видят решение проблемы в изменении рецептуры привычных для орловцев продуктов питания - обогащении их йодом, витаминами, микроэлементами, клетчаткой и т.д. В общем, если говорить грубо, - чтобы съел кусок хлеба - и получил столько необходимого для организма, как от ложки икры. Одно плохо: обогащенный полезными веществами хлеб, хоть и дешевле икры, но дороже обыкновенного. А значит, самым нуждающимся - бедным, больным, старикам тоже малодоступен. Не случайно пока не наблюдается ажиотажного спроса на тот же «Морской хлеб» или конфеты с сахарозаменителем. В результате производитель, хоть и мыслит масштабно, и старается расширять ассортимент диетических продуктов, но - в экономически разумных для себя пределах, наращивая объемы выпуска «бесполезной» сдобы и «вредных» кондитерских изделий, т.к. они сегодня пользуются спросом.

На ограниченность возможностей производителя наслаивается и другая проблема: невысокое качество исходного сырья. Как верно отметил на конференции начальник управления в стране нет достаточного количества пшеницы, требуемого качества. Так называемая «сильная» пшеница с высоким уровнем клейковины составляет лишь 5 процентов от общего объема. А какая пшеница - такая и мука, и выпечка. Невысоко и качество и молока, исходных из него продуктов - масла, сыра, творога. Пищевая же ценность завезенных в область товаров и вовсе вызывает растерянность. По оценкам специалистов, до 70 процентов предлагаемой нам продукции -низкого качества и не соответствует цене. В общем, бед предостаточно. Утешает одно: есть заинтересованность их преодолеть и специалисты, способные предложить варианты для изменения ситуации.

А пока... Пока едим не то, что нужно, а то, что доступно. Поэтому не рискну пожелать приятного аппетита. Будем выживать. И внимательнее относиться к тому, что предлагает нам торговля. Все-таки надо покупать не только вкусное, но и полезное. Разрешите себе хоть немного подумать о здоровье.

Годлевская, Е. Жующие бутерброды / Е. Годлевская // Поколение. - 2000. - 9 декабря.