

Основные принципы здорового питания

На основании письма Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 01.12.2020 № 0201–82/13837 в целях обеспечения реализации мероприятий федерального проекта «Укрепление общественного здоровья», входящего в состав национального проекта «Демография», утвержден план мероприятий по формированию среды, способствующей повышению информированности граждан об основных принципах здорового питания.

По информации Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Свердловской области, в структуре ежегодного продуктового набора населения Свердловской области доля продуктов растительного происхождения ниже рекомендуемой на 34%. Наибольший недостаток отмечается по потреблению картофеля (- 53%), овощей (- 37%,2), фруктов (- 28,6%). Негативным фактором, влияющим на состояние здоровья населения, является избыточное потребление мясных продуктов, а также сахара и кондитерских изделий, которые превышают нормы на 1,3% и 34% соответственно.

В сравнении со среднероссийскими показателями население в Свердловской области меньше использует в своих рационах питания рыбы на 19%, овощей на 15,6%, фруктов на 3,2%. Также отмечается недостаточное поступление с продуктами питания минеральных веществ, микроэлементов (например, кальция, фосфора, железа, йода, фтора, селена) и дефицит витаминов А и С, группы В, РР, Е.

Роспотребнадзором в целях реализации мероприятий по формированию среды, способствующей повышению информированности граждан об основных принципах здорового питания, утверждены обучающие (просветительские) программы для разных групп населения. Проведение данных мероприятий будет осуществляться до 25.12.2020 г., в том числе с использованием информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Тематические сайты:

<https://здоровое-питание.рф;>

<https://www.instagram.com/rpnzdorovoepitanie/>

<https://www.facebook.com/RPNzdorovoepitanie>

<https://ok.ru/rpnzdorovoepitanie>

<https://vk.com/rpnzdorovoepitanie>

<https://pitanie.cgon.ru/>

<http://www.66.rospotrebnadzor.ru/>