

■ Здаровае харчаванне

ЗАМЕСТ ВІНАГРАДУ І ПЕРСІКАЎ — БУРАКІ І ЦЫБУЛЯ

Лепш ужываць тое, што расце на сваёй зямлі

Недахоп энергіі, якая атрымліваецца з ежай, дэфіцыт спажываных рэчываў і мікраэлементаў, у тым ліку жалеза, ёду і вітаміну А, а таксама хуткі рост колькасці людзей з лішняй вагой — галоўныя сусветныя праблемы ў дакладах экспертаў апошняй сесіі Камітэта па сусветнай харчовай бяспецы. У ідэале любая краіна павінна імкнуцца да таго, каб у кожнага чалавека пастаянна быў фізічны, сацыяльны, эканамічны доступ да дастатковай колькасці бяспечнай і спажыванай ежы, якая задавальняе харчовыя патрэбы, смакавыя перавагі, дазваляе падтрымліваць актыўны і здаровы лад жыцця.

Паводле слоў загадчыцы сектара харчовай бяспекі Інстытута сістэмных даследаванняў у аграпрамысловым комплексе Нацыянальнай акадэміі навук Беларусі, кандыдата эканамічных навук Святланы **КАНДРАЦЕНКІ**, наша краіна адносіцца да катэгорыі краін з вельмі нізкай, менш за 5 працэнтаў, удзельнай вагой насельніцтва, якое неаддае, — нароўні з краінамі ЕС і Паўночнай Амерыкай. (У рэйтынгу The Economist Intelligence Unit Беларусь займае 46-е месца з 113 дзяржаў.) У Беларусі ўзровень разнастайнасці рацыёну харчавання ацэньваецца ў 75 са 100 балаў, дастатковасць харчавання на ўнутраным рынку — у 81 бал, развіццё сельскагаспадарчай інфраструктуры — у 42. Сярод нашых слабых бакоў — высокі ўзровень расходаў на харчаванне, недастатковы ўзровень дзяржаўных расходаў на сельскагаспадарчыя даследаванні і распрацоўкі, адсутнасць апублікаванай нацыянальнай стратэгіі павышэння якасці харчавання.

За кошт уласнай вытворчасці мы задавальняем патрэбы ўнутранага рынку ў малацэ і малочных прадуктах на 220 працэнтаў, мясе і мясных прадуктах — на 134, яйках — на 129, цукры і алеі — на 180 і 120 працэнтаў адпаведна. Разам з тым доля некаторых імпартных прадуктаў на спажывецкім рынку застаецца неабгрунтавана высокай. Беларусы спажываюць да 90 працэнтаў імпартных фруктаў, гародніны — 26, рыбы — 53, фруктовых сокаў і сокаў з гародніны — 28, алею — 76, дзіцячага харчавання — 33 працэнты.

СТАР. 4

ЗАМЕСТ ВІНАГРАДУ І ПЕРСКАЎ...

(Заканчэнне.

Пачатак на 1-й стар.)

Аб'ём вытворчасці сельскагаспадарчай прадукцыі на душу насельніцтва ў нас перавышае паказчыкі партнёраў па ЕАЭС. Збожжа мы атрымліваем 912,3 кг (у Расіі — 712,4), мяса — 121 кг (у Расіі — 63, Казахстане — 53, Кыргызстане і Арменіі — 35 кг), малака — 743 кг (у Расіі — 210, Казахстане — 293), яек — 402 шт. (у Расіі — 290, Казахстане — 269). У той жа час рэальныя грашовыя даходы насельніцтва знізіліся летась амаль на 6 працэнтаў. Удзельная вага насельніцтва з даходамі ніжэй за пражытковы мінімум складала 3,6 працэнта. Павялічваецца і доля расходаў на харчаванне ў структуры агульных расходаў насельніцтва (да 42 працэнтаў). Адсюль — зніжэнне даступнасці для пакупніка асноўных прадуктаў.

У хатніх гаспадарках гарадоў больш спажываюць малочных і мясных прадуктаў, гародніны і фруктаў, у сельскай мясцовасці — больш хлеба. Летась у параўнанні з папярэднім годам значна вырасла ўдзельная вага спажывання прадуктаў з асабістай прысвядзібнай гаспадаркі. У сельскіх населеных пунктах гэты рост адбыўся па малаку, мясе, рыбе, яйках, бульбе, гародніне, фруктах і ягадах.

За апошнія 6 гадоў узровень спажывання высокакаштоўных відаў мяса (ялавічыны, цяляціны, бараніны) не павялічваецца, але выраслі пакупкі мясных паўфабрыкатаў, катлет, каўбасных вырабаў. Пры тым, што ў цэлым спажыванне малака і малочных прадуктаў насельніцтвам недастатковае,

скараціўся аб'ём пакупкі на сям'ю ёгуртаў, тлустага тварагу, смятаны, кефіру, а павялічыўся — тварагу нятлустага, цвёрдых сыроў і пастэрызаванага малака.

Недастатковым было і спажыванне свежай гародніны. Калі з 2010 года аб'ём пакупкі салодкага перцу, памідораў, баклажанаў, агуркоў істотна прырос, то летась моцна скараціўся. Вырасла спажыванне больш таных відаў айчынай прадукцыі — морквы, цыбулі і буракоў. Менш беларусы набывалі летась і вінаграду, перскаў, абры-

косаў, цытрусавых, яблык, груш і бананаў.

Паводле статыстыкі, спажыванне дарагіх і каштоўных прадуктаў абмяжоўваецца з павелічэннем колькасці дзяцей у сям'і. Хатнія гаспадаркі з адным дзіцем спажываюць 82 кг мяса і 16 кг рыбы на чалавека, з трыма дзецьмі — адпаведна 69 і 13 кг. У сям'ях з трыма дзецьмі адзначаецца самае высокае спажыванне бульбы, хлеба і хлебапрадуктаў.

Святлана БАРЫСЕНКА.

protas@zviazda.by

Кампетэнтна

— Сёння з'яўляецца новая сыравіна, новыя хімічныя злучэнні, дабаўкі, таму мы працуем над удасканаленнем паказчыкаў якасці, — кажа **генеральны дырэктар Навукова-практычнага цэнтра НАН Беларусі па харчаванні Зянон ЛОУКІС**. — Працягваем, напрыклад, даследаваць пальмавы алей — пакуль няма метадыкі, якая дазволіла б выявіць яго колькасць паказчык у тым ці іншым прадукце. Першыя высновы адносна ўплыву пальмавага алею на работу сардэчна-сасудзістай сістэмы пакуль указваюць на шкодны ўплыў для здароўя. Да 2006 года ў краіну завозіліся толькі фальсіфікаваныя сокі, а мы распрацавалі параметры, на якіх устанавліваем іх карысць, і цяпер усе айчыныя прадпрыемствы ўкаранілі нашы стандарты і выпускаюць дастойную прадукцыю. Другім важным пытаннем застаецца неабходнасць тлумачыць нашым дзецям, што карысна, а што не вельмі. Пачалі работу ў дашкольных і школьных установах па навучанні дзяцей правільнаму харчаванню, каб яны ведалі, што такое «пустыя» калорыі.

— Айчынная прадукцыя абсалютна якасная і канкурэнтная ў параўнанні з той жа еўрапейскай, сусветнымі брэндамі, — падкрэслівае **старшыня Прэзідыума Нацыянальнай акадэміі навук Беларусі, акадэмік Уладзімір ГУСАКОЎ**. — Трэба наогул імкнуцца ўжываць тое, што расце на канкрэтнай тэрыторыі. У бліжэйшы час мы поўнасю забяспечым сябе ў тым ліку і яблыкамі — яны больш адаптаваныя і да нашых умоў вытворчасці. Завезеныя яблыкі 18 — 25 разоў за сезон апрацоўваюцца хімічнымі прэпаратамі. Гэта забяспечвае добры таварны выгляд, але рэкамендаваць іх дзецям не варта. Уся наша прадукцыя тым часам знаходзіцца пад больш жорсткім кантролем якасці і бяспекі.