

УДК: 613.2:577.112.3:612.015.44

Файзиев Пирмамат Нормаматович

Заведующий кафедрой гигиены,
доктор медицинских наук, доцент

Самарканд. Узбекистан

Ибрагимова Файруза Собировна

Исмоилов Асадбек Карим ўғли

Шабанова Мунира Эшназар кизи

Клинические ординаторы кафедры гигиены

Самарканд. Узбекистан

ОЦЕНКА СРЕДНЕСУТОЧНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ В ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ ПОЖИЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

Аннотация: Применение системы НАССР по принципу от фермы до стола требует установления контрольных критических точек для каждой отрасли. Данный процесс рассчитан на выявление и анализу критических точек, с учетом особенностей сырья, технологии производства, перевозки, хранения переработки и климатических особенностей страны. Без научного обоснования критериев каждой контрольной критической точки производимой и реализуемой пищевой продукции, невозможно обеспечение эффективности и целенаправленности данной процедуры.

Ключевые слова: Продуктов питания, контаминацией, овощей и фруктов, пищевой и биологической ценности.

UDK: 613.2:577.112.3:612.015.44

Fayziboev Pirmamat Normamatovich

Head of the Department of Hygiene,
Doctor of Medical Sciences, Associate Professor
Samarkand. Uzbekistan

Ibragimova Fayruza Sobirovna

Ismoilov Asadbek Karim Ugli

Shabanova Munira Eshnazar kizi

Clinical residents of the Department of Hygiene
Samarkand. Uzbekistan

ASSESSMENT OF AVERAGE DAILY CONSUMPTION OF VEGETABLES AND FRUITS IN A HEALTHY NUTRITION OF THE ELDERLY POPULATION

Abstract: Applying the HACCP system from farm to fork requires establishing critical control points for each industry. This process is designed to identify and analyze critical points, taking into account the characteristics of raw materials, production technology, transportation, storage, processing and climatic characteristics of the country. Without scientific substantiation of the criteria for each critical control point of produced and sold food products, it is impossible to ensure the effectiveness and purposefulness of this procedure.

Keywords: Food products, contamination, vegetables and fruits, nutritional and biological value.

Актуальность темы: Загрязнение продуктов питания является причиной значительных экономических последствий и оказывает влияние на здоровье людей во всех странах мира. Как свидетельствуют данные ВОЗ, 2006 г. в развивающихся странах, детская диарея, анемия становится наиболее важной проблемой здоровья, связанной с загрязненными продуктами питания. Почти 25 лет назад, в 1983 году, Экспертная Комиссия по безопасности питания пришла к заключению, что

заболевания, связанные с контаминацией продуктов питания была, возможно, самой широко распространенной проблемой здоровья в современном мире и важной мотивацией для сокращения экономической продуктивности (WHO,1984). В 1992 г. Международная Конференция по Питанию заявила, что сотни миллионов людей страдают от инфекционных заболеваний, вызванных загрязненными продуктами питания. Данная конференция провозгласила, что доступ к достаточно питательной и безопасной еде – это право каждого человека (WHO,1996 г.). В промышленных странах исследования показали неожиданно высокое ежегодное распространение пищевых заболеваний, т.е. 10-15% населения.

Предполагается, что эти показатели выше в развивающихся странах и имеют более крупные последствия для здоровья. Несомненно, что проблемы безопасности продуктов питания будут беспокоить человечество в 21 столетии, к тому же, некоторые глобальные изменения продолжают негативно влиять на безопасность питания и в новом столетии. Такие изменения включают рост населения, урбанизацию, бедность, международную торговлю продуктами питания, корма животных и другие. В связи с чем, одной из основных требований Соглашения ВТО (Всемирной Торговой Организации) по СФМ (санитарным и фитосанитарным мерам) для стран-членов данной организации является применение международной системы НАССР (Hazards Analysis and Critical Control Point- анализ рисков в контрольных критических точках) при производстве пищевой продукции.

Цель работы: Оценка спроса на потребление различных видов овощей и фруктов среди городских и сельских жителей разных регионов нашей республики по сезонам года.

Он заключается в анализе пищевой и биологической ценности всех видов овощей и фруктов и разработке системы анализа факторов риска и критериев оценки в контрольных точках с использованием санитарно-гигиенических методов

при производстве и реализации овощной продукции.

Полученные результаты:

Фактическое питание изучалось методом частотного и 24-часового воспроизведения, рекомендованного ВОЗ для эпидемиологических исследований с адаптацией для Узбекистана анкеты разработанные нами и утвержденные минздравом у 140 домохозяйств г. Ташкента, Самаркандской области, 210 студентов добровольцах медицинского колледжа г. Ташкента. При оценке адекватности питания за референтные величины были взяты нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различной половозрастной группы Республики Узбекистан, а также нормативы потребления нутриентов по шкале ФАО/ВОЗ.

Перед проведением исследований среди обследуемых были проведены разъяснительные работы о необходимости учета всех потребляемых продуктов, в том числе, уличного питания. Как показывает анализ среднесуточного потребления продуктов питания в исследуемых объектах по всем видам продукции имеются отклонения от рациональных норм питания, принятых в Узбекистане ($P < 0,01$) как в летне-осеннем, так и в зимне-весеннем сезоне, кроме кофе, томатной пасты и специй ($P \geq 0,01$).

Если провести общий анализ состояния среднесуточного потребления продуктов питания в исследуемых объектах в сравнении с рекомендациями здорового питания, отмечается низкое потребление овощей почти в 1,5 раза в летне-осеннем сезоне, и в 2 раза в зимне-весеннем сезонах. Потребление овощей и фруктов в сравнении рекомендуемыми ВОЗ 400 гр в сутки, в летне-осеннем сезоне составляют $128,4 \pm 2,3$ гр в Самарканде; $196,2 \pm 3,3$ гр в г. Ташкенте и $190,8 \pm 3,1$ гр в сельской местности, что в 2 раза ниже рекомендуемых ВОЗ.

Таблица 1

Сравнительный анализ среднесуточного потребления овощей и фруктов для

**здорового питания населения пожилого возраста с рекомендациями по сезону,
г/сут, М±m.**

Название продукции	Самаркандская область		Город Ташкент	Норма [71]	P
	Город	Деревня			
Летне-осенний сезон					
Овощи	103,4±3,3	148,8±3,8	142,0±3,6	200,0	<0,01
Фрукты и ягоды + виноград	41,0±1,1	87,0±1,7	74,2±1,4	200,0	<0,01
Общий	128,4±2,3	190,8±3,1	196,2±3,3	400,0	<0,01
Зимний весенний сезон					
Овощи	89,4±2,2	116,8±3,8	240,3±5,5	200,0	<0,01
Фрукты и ягоды + виноград	40,5±2,2	65,0±2,8	74,2±3,1	200,0	<0,01
Общий	129,5±3,0	181,8±3,8	314,5±4,3	400,0	<0,01

Таблица 2

Сравнительный анализ среднесуточного потребления овощей и фруктов по сравнению с рекомендациями по здоровому питанию студентов медицинского колледжа, г/день по сезонам, М±m.

Название продукции	Норма [74]	Студенты		P
		Мальчики	Девушки	
Ёз-куз мавсуми				
Овощи	200,0	115,2±3,9	113,2±3,7	<0,01
Фрукты и ягоды + виноград	200,0	44,0±1,7	44,5±1,7	<0,01
Общий	400,0	146,2±5,6	145,2±5,6	<0,01
Қиш баҳор мавсуми				
Овощи	200,0	113,2±3,7	111,2±3,7	<0,01
Фрукты и ягоды + виноград	200,0	45,0±1,7	44,0±1,7	<0,01
Общий	400,0	157,8±6,0	157,2±6,0	<0,01

Это говорит о значительно отличающемся количестве потребления продуктов в разных странах. По данным ФАО/ВОЗ, несмотря на рост средней численности постоянного населения республики за 2000-2017 годы на 31,4 %, обеспечен динамичный рост доходов населения за последние 17 лет, что способствовало укреплению финансовых возможностей и увеличению объемов

потребления населением основных видов продуктов питания. В части, потребление овощей в год составило 277,0 кг, фруктов - 145,2 кг.

Вывод: В результате проведенных исследований стало известно, что на изучаемых территориях наблюдается низкий уровень соблюдения принципов рационального питания: потребление овощей в среднесуточном рационе было меньше почти в 1,5 раза, а в 2 раза меньше. Зимне-весенний сезон. Данная ситуация показывает необходимость разработки мер по обеспечению потребления овощей и фруктов на основе современной системы «От поля к столу потребителя».

Использованная литература:

1. Normamatovich F. P. et al. ESTIMATES OF CONSUMPTION OF CONFECTIONERY PRODUCTS IN THE AVERAGE DAILY DIETS OF THE POPULATION IN THE SUMMERAUTUMN SEASON //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 142-149.
2. Файзибоев П. Н. и др. Сабзабот ва полиз маҳсулотларини сақлаш ва ташишда нозик назорат нукталардаги хавфли омилларни баҳолаш //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 3. – С. 6-12.
3. Файзибоев П. Н. и др. САМАРҚАНД ВИЛОЯТИДА ЭХИНОКОККОЗ БИЛАН КАСАЛЛАНИШНИНГ ЭПИДЕМИОЛОГИК ТАҲЛИЛИ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 5. – С. 274-280.
4. Файзибоев П. Н. и др. ЭХИНОКОККОЗ КАСАЛЛИГИНИ КЕЛТИРИБ ЧИҚАРУВЧИ АСОСИЙ ОМИЛЛАР ВА УШБУ ОМИЛЛАРНИНГ КАСАЛЛАНИШ КЎРСАТКИЧИГА ТАЪСИРИНИ ЎРГАНИШ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC

- RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 5. – С. 266-273.
5. Normamatovich F. P. et al. aO'ZBEKISTONDA BRUTSELLYOZ KASALLIGINING ETIOLOGIYASI VA EPIDEMIOLOGIYASINING Tahlili //Лучшие интеллектуальные исследования. – 2024. – Т. 19. – №. 3. – С. 75-80.
 6. Файзибоев П. Н. АҲОЛИНИНГ ЎРТАЧА КУНЛИК РАЦИОНИДА ҚАНДОЛАТ МАҲСУЛОТЛАРИНИНГ ЁЗ-КУЗ МАВСУМИДАГИ ИСТЕЪМОЛИНИ БАҲОЛАШ //Журнал гуманитарных и естественных наук. – 2024. – №. 9. – С. 148-152.
 7. Файзибоев П. Н. и др. Ўткир респиратор касалликларининг олдини олишда, соғлом овқатланиш ва иммунитетнинг ўрни //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 3. – С. 13-18.
 8. Абдимуминова Л. А. и др. НАССР ХАЛҚАРО ТИЗИМИГА АМАЛ ҚИЛГАН ҲОЛДА МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИ ОРАСИДА ТЕМИР ТАНҚИСЛИК КАСАЛЛИГИНИНГ КЕЛИБ ЧИҚИШ САБАБЛАРИНИ АНИҚЛАШ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 227-232.
 9. Файзибоев П. Н. и др. САБЗАВОТ ВА ПОЛИЗ МАҲСУЛОТЛАРИНИНГ ХАВФСИЗЛИК МЕЗОНЛАРИ ВА ОЗУҚАВИЙ ҚИЙМАТЛИЛИГИНИ ГИГИЕНИК БАҲОЛАШ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 136-141.
 10. Файзибоев П. Н. и др. ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА КРИТЕРИЕВ БЕЗОПАСНОСТИ И ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ ПЛОДООВОЩНОЙ ПРОДУКЦИИ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 71-76.
 11. Normamatovich F. P. et al. HYGIENIC ASSESSMENT OF CRITERIA FOR

SAFETY AND NUTRITIONAL VALUE OF FRUITS AND VEGETABLES
//INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC
RESEARCHER'S THEORY. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 77-81.

12. Nurmamatovich F. P., Jurakulovna R. D. The importance of the international hasp system in the production of quality and safe confectionery products //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – Т. 11. – №. 10. – С. 1184-1186.
13. Файзибоев П. Н. и др. ОЗИҚ-ОВҚАТМАҲСУЛОТЛАРИДАН БАКТЕРИАЛ ЗАҲАРЛАНИШНИ ОЛДИНИ ОЛИШДА НАССР ХАЛҚАРО ТИЗИМИНИ ТУТГАН ЎРНИ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 7. – С. 226-229.
14. Файзибоев П. Н. Инсон овқатланишида қандолат маҳсулотларининг аҳамияти //GOLDEN BRAIN. – 2023. – Т. 1. – №. 6. – С. 47-51.
15. Normamatovich F. P., Sagatbaevich K. A., Chorshanbievich K. N. A PLACE IN THE NUTRITION OF THE POPULATION OF UZBEKISTAN FROM NATIONAL CONFECTIONERY,“NAVAT” //World Bulletin of Public Health. – 2022. – Т. 10. – С. 79-80.