

О рационе питания населения

По заданию Правительства Российской Федерации в апреле–мае 2023 года 45 тыс. домашних хозяйств во всех субъектах Российской Федерации примут участие в опросе, связанном с организацией домашнего питания и рационом питания, ответят, какую часть своих «кровных заработанных» средств тратят на покупку еды. Эта работа проводится 1 раз в 5 лет. В этом году стартует третий раунд.

В Удмуртской Республике опрос граждан будет осуществлен в 480 домохозяйствах, расположенных на территории всех городов, а также в Балезинском, Кезском, Кизнерском, Можгинском, Увинском, Игринском, Воткинском, Завьяловском и Малопургинском районах.

У каждого респондента спросят о его деятельности, качестве и регулярности питания, физической активности, предпочтениях в еде, поинтересуются состоянием здоровья, но основной акцент будет сделан на суточном воспроизведении рациона питания человека, т.е. данных о количестве фактически потребленных продуктов питания в течение суток как дома, так и вне его. Сведения за детей в возрасте до 14 лет предоставят родители или опекуны ребёнка.

Конечно, для некоторых респондентов порой непросто вспомнить, что кушал каждый член семьи в течение всего дня. Для этого у интервьюеров есть перечень наводящих вопросов, позволяющих респондентам наиболее точно воспроизвести своё вчерашнее меню и Альбом порций продуктов и блюд с цветными фотографиями основных потребляемых продуктов в граммах.

Сбор данных проводится методом опроса каждого члена домохозяйства. Интервьюеры должны иметь при себе удостоверение Федеральной службы государственной статистики. Никаких документов, подтверждающих свои ответы, участникам опроса предъявлять не нужно.

Все данные, полученные от респондентов, в обязательном порядке признаются конфиденциальными и будут обезличены. Сотрудники Удмуртстата несут персональную ответственность в установленном законом порядке за разглашение сведений, содержащихся в опросных листах обследования.

Вся информация будет использована только в целях формирования сводных данных об уровне индивидуального потреблении пищевых продуктов, энергетической и питательной ценности рациона питания, особенностей формирования состава продуктовой «корзины» детей и взрослых.

Результаты предыдущего обследования показали, что почти 93% жителей нашего региона употребляют в своём рационе крупы, рис, макаронные изделия, каши ежедневно или несколько раз в неделю. В то же время мясо (отварное, жареное, тушеное) употребляют три четверти населения, а рыбу (отварную, жареную) лишь пятая часть.

По итогам исследования 2018 года 47% населения посещали кафе и рестораны, а 40% из них – всего один раз в месяц или реже. Покупали еду на улице, чтобы быстро перекусить, 18% жителей Удмуртии. Средняя калорийность суточного рациона питания у мужчин сложилась на уровне 3163 ккал, женщин – 2253 ккал в сутки.

Предыдущий опрос также показал, что более половины населения нашего региона имеют одно и более заболеваний, связанных с питанием.

Что любят кушать наши жители, хватает ли им той еды, которую они потребляют, какой индекс массы тела и состояние здоровья наших граждан, а также как часто мы следуем принципам здорового питания – покажут результаты предстоящего обследования рациона питания населения.