

ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ И ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОГО РАЦИОНА В США

© 2017 г. **О.Г. Овчинников***

Статья поступила в редакцию 15.02.2017

Анализируются тенденции, современное состояние и последствия осуществления сравнительно нового направления аграрной политики государства в США – пропаганды здорового питания. Это направление развивается последние 30–40 лет, его начало связано с появлением новых вызовов в общественной жизни страны.

На протяжении всего периода существования этого направления аграрной политики наблюдается постоянный рост внимания к нему со стороны государства. Внешнее проявление этой тенденции связано с усложнением содержания и увеличением объёма "Руководства по питанию для американцев" – основного официального документа, выражающего точку зрения государства по данному вопросу.

Одна из весомых причин роста внимания к государственной пропаганде здорового питания – негативные сдвиги в здоровье американской нации в последние 30–40 лет.

Проведение мероприятий по указанному направлению аграрной политики уже, несомненно, отразилось на структуре потребления продовольствия гражданами страны. Тенденции в отношении некоторых групп продовольствия существенно отличаются от долгосрочных тенденций, сложившихся в обществе на протяжении последних более чем 100 лет.

Последовательные действия в рамках политики здорового питания способны привести к сдвигам в структуре производства сельскохозяйственной продукции. Анализ показывает, что такие сдвиги в отношении некоторых видов продовольствия за последние 25–30 лет являются совершившимся фактом.

Ключевые слова: *Пропаганда здорового питания в США, аграрная политика государства, регулирование потребления продовольствия, структура потребления продовольствия, оптимизация продуктовой диеты, здоровый образ жизни, "Руководство по питанию для американцев".*

В настоящее время в США достигнут высочайший уровень доступности продовольствия практически для всех групп населения страны. Расходы на него в бюджете граждан составляют в среднем менее 10%. В то же время, приходится констатировать, что несмотря на это, одной из злободневных проблем современного продовольственного рынка США остаётся проблема полноценного питания.

* **ОВЧИННИКОВ Олег Григорьевич** – доктор экономических наук, руководитель Центра аграрных проблем Института США и Канады РАН (ИСКРАН). Российская Федерация, 121069 Москва, Хлебный пер., 2/3 (olego-2006@yandex.ru).

Как показала практика последних десятилетий, экономическая доступность продовольствия ещё не означает получение обществом ожидаемых положительных результатов от этого. Очевидно, что качественные продукты питания должны обеспечить сбалансированное и полноценное питание населения, и, следовательно, служить предпосылкой высокого уровня здоровья. Однако, как показывает практика, эта зависимость прослеживается далеко не всегда и не в должной мере.

Необходимость пропаганды здорового питания

Причины, побудившие государство начать планомерную работу по пропаганде принципов здорового питания, были весьма прагматичного характера. Дело в том, что существенные перемены, происшедшие за последние 50 лет в связи со значительным ростом благосостояния населения страны, заметным образом отразилось на физическом здоровье нации. Что, в свою очередь, привело к существенным экономическим последствиям.

В течении прошедшего столетия большая часть инфекционных болезней была побеждена, и средняя продолжительность жизни большей части населения США выросла значительно. Однако по мере существенного уменьшения уровня инфекционных заболеваний, уровень неинфекционных, особенно хронических, в значительной мере обусловленных диетой и образом жизни, заметно вырос. Более половины взрослых американцев страдают сейчас одним из хронических заболеваний, так или иначе связанных с неполноценным питанием и малой физической активностью. В их числе: сердечно-сосудистые заболевания, гипертония, диабет, некоторые виды рака и болезни костей.

Приведём некоторые характеристики здоровья современных граждан США¹.

В 2009–2012 гг. около 65% взрослых женщин и 73% мужчин имели избыточный вес или ожирение. Начиная с 2000-х годов брюшное ожирение наблюдалось примерно у половины взрослых американцев всех возрастов. Среди детей от 2 до 19 лет каждый третий страдал избыточным весом или ожирением.

В 2010 г. сердечно-сосудистыми болезнями страдали около 84 млн. американцев в возрасте 20 лет и старше, что составляло 35% населения страны. В 2007–2010 гг. около 50% взрослых с нормальным весом и более 75% страдавших избыточным весом или ожирением имели как минимум один кардиометаболический фактор риска (высокое кровяное давление, повышенную вязкость крови, одышку или диабет). В 2009–2012 гг. почти 56% взрослых в возрасте 18 лет и около 10% детей 8–17 лет, имели повышенное кровяное давление. В этот же период более 100 млн. американцев в возрасте 20 лет и старше имели повышенный (свыше 200 мг/дл) уровень холестерина в крови.

Среди населения США в возрасте старше 20 лет в 2012 г. распространение диабета (типов 1 и 2) составляло около 14% для мужчин и 11% для женщин. В том же году раком груди болели около 3 млн. женщин, а раком кишечника

¹ Dietary Guidelines for Americans 2015-2020. Eight Edition, USDA, 2015. Available at: <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/> (accessed 30.10.2016).

ка – около 1,2 млн. человек. В 2005–2010 гг. примерно 10 млн. взрослых американцев страдали остеопорозом и 43 млн. имели пониженную массу костей.

Заметный рост уровня упомянутых хронических заболеваний и избыточного веса на протяжении последних 30–40 лет привёл к ощутимым экономическим последствиям. Так, по оценкам экспертов, только стоимость дополнительных затрат на медицинское обслуживание лиц, страдающих ожирением, составила в 2008 г. 147 млрд. долл. В 2012 г. стоимость, связанная с лечением больных диабетом, составила 245 млрд. долл., включая 176 млрд. долл. на собственное лечение и 69 млрд. долл. потерь вследствие пониженной трудоспособности больных.

Медицинская практика свидетельствует, что в существенной степени причиной появления и развития этих болезней, наряду с генетической предрасположенностью и образом жизни, является неправильное питание. Нерациональное питание ведёт также к росту числа желудочно-кишечных и других заболеваний, снижению трудоспособности населения. Всё это фактически сводит на нет неоспоримые достижения в области высокого качества и экономической доступности продовольствия.

Государственная политика в области пропаганды здорового питания

Основной официальный документ, отражающий точку зрения американского правительства на то, как должны питаться граждане страны, – это "Руководство по питанию для американцев" (*Dietary Guidelines for Americans*). Первый выпуск "Руководства" пришёлся на 1980 г., с этого времени оно обновляется каждые пять лет и содержит обоснованные, с медицинских позиций, рекомендации на предмет здоровой, сбалансированной и рациональной диеты. Если первые выпуски представляли собой буклеты и небольшие брошюры, то постепенно глубина проработки и детальность подачи материала в них возрастала. Последний выпуск "Руководства" на 2015–2020 г. насчитывает около 120 страниц и это скорее научно-популярная книга по диетологии, содержащая также немало сведений для профессионалов-диетологов, чем просто пропагандистский буклет². Для сравнения, объём брошюры "Руководства" на 1995–2000 гг. насчитывал около 40 страниц.

Первому выпуску предшествовал период, когда проблема здорового и рационального питания граждан страны впервые встала на повестку дня как вопрос государственной важности. В этом смысле начало планомерных государственных мероприятий следует отнести к началу широкомасштабного проведения программ внутренней продовольственной помощи в 1960–1970 годах.

Фактически начало разработки официального подхода правительства к проблеме здорового питания и выделения пропаганды в данной области в отдельное направление можно приурочить к 1969 г. Именно тогда, в результате деятельности организованного в середине 1960-х годов специального комитета Сената по питанию и социальным нуждам (*Senate Select Committee on*

² Dietary Guidelines for Americans 2015-2020. Eight Edition, USDA, 2015. Available at: <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/> (accessed 30.10.2016).

Nutrition and Human Needs) была созвана правительственная конференция по вопросам продовольствия, питания и здоровья. Одной из задач конференции стало формирование концепции политики в области питания. Участники конференции отметили, что диета многих граждан страны неполноценна с диетологической точки зрения. Следующий значительный шаг – организация в 1974 г. Национального консорциума по вопросам питания (*National Nutrition Consortium*). Результаты работы консорциума прошли тщательное обсуждение на заседаниях специального комитета, в результате в 1977 г. были сформулированы первые официальные рекомендации в области диетологии, ставшие своеобразными целями в достижении сбалансированного и здорового питания. В их числе:

1. Избегать превышения веса, потреблять пищи ровно столько, сколько требуют текущие энергозатраты. В случае превышения веса уменьшить приём пищи и увеличить физическую активность, чтобы повысить расход энергии.

2. Увеличить потребление комплексных углеводов и естественных (природных) сахаров с 28% до 45% потребляемой в среднем за день энергии.

3. Уменьшить потребление рафинированных и переработанных сахаров в среднем на 45% с тем, чтобы их доля в ежедневном рационе составила 10% потребляемой в целом энергии.

4. Уменьшить потребление жиров в среднем с 40 до 30% потребляемой за день энергии.

5. Уменьшить потребление насыщенных жиров до уровня, соответствующего 10% потребляемой с пищей энергии.

6. Уменьшить ежедневное потребление пищи, богатой холестерином, до уровня примерно в 300 мг.

7. Ограничить потребление натрия, снижая ежедневный приём поваренной соли до уровня примерно 5 г³.

Приведённые рекомендации стали по существу первой попыткой обобщения на официальном уровне взглядов на проблему полноценного и здорового питания. Результаты не получили широкого распространения среди населения, однако необходимость такой пропаганды была уже очевидной.

В 1977 г. Конгресс уполномочил Министерство сельского хозяйства стать головным ведомством по формированию официальной политики в области пропаганды здорового питания. Были созданы рабочие группы, объединившие сотрудников министерств сельского хозяйства и здравоохранения, а также сторонних экспертов. Результаты работы этих групп легли в основу первого выпуска официальных рекомендаций – "Руководства по питанию" 1980 г. В нём впервые фактически была сформулирована официальная позиция правительства относительно общих принципов полноценного и здорового питания.

Рекомендации, приведённые в "Руководстве", вызвали оживлённую дискуссию общественности – рядовых потребителей, представителей пищевой промышленности, учёных и др. Учитывая столь большой интерес уже в 1980 г.

³ Dietary Goals for the United States, 2nd edition, Select Committee on Nutrition and Human Needs, U.S. Senate. Washington, D.C., December 1977.

Комитет по ассигнованиям Сената принял решение о создании специального консультативного комитета по периодическому пересмотру предложенных в рекомендациях положений. В результате в 1985 г. был опубликован второй выпуск рекомендаций. Он был составлен с учётом последних разработок в области диетологии, а также предлагал более точные и ясные формулировки.

Однако качественно новый этап в государственной политике пропаганды здорового питания, несомненно, наступил после вступления в силу в 1990 г. закона "О национальном мониторинге питания и сопутствующих исследованиях" (*National Nutrition Monitoring and Related Research Act*). В соответствии с ним министерствам сельского хозяйства и здравоохранения было вменено в обязанность регулярное обновление "Рекомендаций" каждые 5 лет. При этом сложилась следующая последовательность такой работы: специально утверждаемая министрами сельского хозяйства и здравоохранения комиссия независимых специалистов проводит экспертизу предыдущего выпуска "Рекомендаций", даёт свои советы по их изменению и улучшению. В дальнейшем на их основе составляется очередной выпуск "Рекомендаций".

К настоящему времени сложился вполне определённый перечень инструментов государственной политики в области рационального и здорового питания. К числу основных можно отнести:

- пропаганду здорового питания с помощью средств массовой информации и т.п. В качестве примера можно назвать национальные телемосты с участием знаменитых поваров под названием "Великое путешествие в мир продуктов питания";
- косвенное содействие формированию здорового рациона питания – через структуру и формат информации, содержащейся на этикетках нового образца;
- прямое содействие формированию здорового рациона питания – через программы продовольственной помощи населению (например, по программам школьного и детского питания), наборы продовольствия которых комплектуются строго с учётом научно обоснованных мер.

В преамбуле последнего выпуска "Руководства" указывается, что оно разработано для использования как чиновниками в практике своей работы, так и экспертами в области питания и здравоохранения. Положения "Руководства" учитывают при формировании политики федерального правительства в области продовольствия, питания и здравоохранения. Они – основа образовательных модулей всех программ министерств сельского хозяйства и здравоохранения. Их рекомендуют при разработке соответствующих программ широкому кругу лиц и организаций – представителям бизнеса, местных сообществ, школ, органов власти в штатах и на местах.

В табл. 1 представлена динамика основных положений "Руководства". Анализ их изменения за 15 лет (1980–1995 гг.) показывает, что содержание претерпело определённые изменения, затем произошла существенная детализация. В целом, приведённые рекомендации всё же не представляют чего-то принципиально нового для человека, мало-мальски знакомого с принципами здорового питания. Совершенно очевидно, что основное достоинство "Руководства" заключается не столько в констатации знакомых многим истин здоро-

вого образа жизни, а в том механизме, который оно предлагает для реализации этих советов в жизнь.

Таблица 1

Сравнение содержания основных положений "Руководства по питанию для американцев" (1980, 1995, 2015 гг.)

1980 г.	1995 г.	2015 г.
Употребляйте разнообразную пищу	Употребляйте разнообразную пищу	Сделайте твёрдый выбор более здоровых продуктов и напитков. Фокусируйте своё внимание на разнообразии, содержании питательных веществ и объёме пищи
Употребляйте пищу с достаточным содержанием крахмала и клетчатки	Отдавайте предпочтение диете с большей долей зерновых продуктов, фруктов и овощей	
Избегайте излишнего потребления холестерина, жиров, в частности насыщенных	Отдавайте предпочтение диете с низким содержанием жиров, особенно насыщенных, и холестерина	Ограничивайте потребление пищи с добавленным сахаром, насыщенными жирами и уменьшите – с натрием
Избегайте чрезмерного потребления сахара	Потребляйте умеренное количество сахара	
Избегайте чрезмерного потребления натрия (содержащих его продуктов, в частности – соли)	Потребляйте умеренное количество соли и натрия	
Употребляя алкоголь, делайте это умеренно	Если вы употребляете спиртные напитки, делайте это умеренно	–
Поддерживаете идеальный вес	Принимайте пищу соответственно вашей физической активности	–
–	–	Следуйте рекомендациям здорового питания в течение всей жизни
–	–	Повсюду пропагандируйте здоровое питание

Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans 1980. USDA/DHEW, Wash. D.C., December 1980 (booklet); Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans. 4th ed., USDHHS/ASDA, 1995, p. 40-4. Available at: <http://www.nal.usda.gov/fnic/Dietary/9dietgui.htm> (accessed 21.10.1998); Dietary Guidelines for Americans 2015-2020. Eighth Edition, USDA, 2015. Available at: <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/> (accessed 30.10.2016).

В числе основных подходов "Руководства", можно выделить:

- наглядность и доступность для восприятия предлагаемых рекомендаций, использование для этого простых описаний приводимых методик, процедур, примеров;
- конкретизация советов в преломлении для определённых групп населения, видов деятельности и т.п.;

- использование при формулировании рекомендаций стандартных обозначений, принятых на продуктовых этикетках новой формы.

Одной из "достопримечательностей" "Руководства" 1995 г. стала знаменитая продовольственная пирамида. Удачное графическое изображение было придумано для иллюстрации структуры ежедневного, оптимального, с точки зрения здорового питания, пищевого рациона – количества приёма пищи различных видов.

Пирамида не просто наглядно иллюстрировала пожелания здорового питания, но и несла в себе практическую нагрузку. Последнее было связано с новыми требованиями к маркировке продуктов питания. В первую очередь это относится к указанию, размещённому напротив каждой группы продуктов, количества порций, которые рекомендуется употреблять в сбалансированной диете. Напомним, что количества порций указываются также на каждом продукте на стандартных этикетках. Поэтому покупатель, следующий рекомендациям "Руководства", может знакомясь с содержимым этикеток, легко определить количество и состав покупаемых им продуктов.

Заметим, что требования к маркировке продуктов питания и рекомендации "Руководства" тесно связаны друг с другом для решения одной важной задачи – облегчить покупателю выбор продуктов, для того чтобы составить сбалансированный и здоровый рацион питания*. Особенностью издания "Руководства" 1995 г. являлось и то, что в нём впервые официально была подчеркнута полезность вегетарианства как диеты, резко снижающей риск серьёзных заболеваний.

Интересной в "Руководстве" 1995 г. могла показаться рекомендация об умеренном употреблении спиртных напитков**. На первый взгляд её можно расценить как одобрение или даже поощрение алкоголя. Тем более, что в "Руководстве" приводятся даже конкретные "нормы" умеренного питья – ежедневно не более одного приёма алкогольных напитков для женщин и двух – для мужчин. Под одним приёмом подразумевается объём алкоголя, содержащийся в 360 мл обычного пива либо 150 мл вина. Однако данная рекомендация оговаривает много случаев, в которых употребление спиртных напитков должно быть сведено к минимуму или даже прекращено вовсе. Ну а тем, кто всё же решает выпить, "Руководство" советовало делать это за едой, снижая тем самым риск неблагоприятных последствий.

В дальнейшем от графического представления рекомендаций в виде пирамиды отказались, заменив его на другие графические изображения, доступно иллюстрирующие принципы здорового питания. Это также обусловлено эволюцией, которую проделало с того времени содержание "Руководства". Нетрудно заметить, что оно из популярного издания для широких кругов насе-

* Дополнительную информацию о взаимосвязи информации на этикетках и практической реализации рекомендаций "Руководства" можно почерпнуть на сайте Администрации по продовольствию и медикаментов (<http://www.fda.gov>), в частности: Saltos E. The Food Pyramid-Food Label Connection. FDA Consumer, June 1993 (<http://vm.cfsan.fda.gov/~lrd/cons0693.txt>), October 1998.

** Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans. 4th ed., USDHHS/ASDA, 1995, p. 40-4. Available at: <http://www.nal.usda.gov/fnic/Dietary/9dietgui.htm> (accessed 21.10.1998).

ления, сохранив доступность для обычного потребителя, превратилось также в разновидность пособия для профессионалов-диетологов.

Последний выпуск, помимо советов по рациональному питанию содержит наставления по здоровому образу жизни вообще. Особенный упор делается на более интенсивную физическую активность. Так, для поддержания здоровья в удовлетворительном состоянии рекомендуется посвящать физическим упражнениям не менее 150 минут в неделю при средней интенсивности упражнений или 75 минут – при интенсивной нагрузке. Для достижения же наилучшей физической формы рекомендуется не менее 300 и 150 минут соответственно.

Следует добавить, что по мере развития и распространения интернет-технологий в последние 20 лет появилось много приложений в Интернете, дополняющих и разъясняющих положения "Рекомендаций". В качестве одного из таких удачных интернет-ресурсов можно привести веб-приложение МСХ "Выбираю мою тарелку" (*ChooseMyPlate*)^{*}.

Маркировка продуктов питания

Отметим, что вопрос маркировки продуктов питания может быть отнесён к системе контроля качества, однако в большей мере его можно отнести к сфере образования населения в области здорового питания. В подтверждение этого мнения отметим, что новый этап в развитии регулирования маркировки продуктов начался именно после заявления на уровне правительства о проблеме несоответствия качественного состава диеты многих американцев научным представлениям о здоровом питании.

Важным этапом на пути формирования государственных требований к маркировке стал закон 1938 г. "О продовольствии, медикаментах и косметике", в котором содержалось требование о том, чтобы на каждом переработанном и упакованном продукте было его наименование, вес-нетто, название и адрес фирмы-производителя или дистрибьютора. Кроме того, для некоторых продуктов оговаривалась необходимость предоставлять на этикетке информацию о входящих в него ингредиентах. Закон запретил фальсификацию информации на этикетках. В 1966 г., в соответствии с законом "Об упаковке и маркировке товаров" (*Fair Packaging and Labeling Act*), было принято требование ввести информативную и отражающую все качества продукта маркировку согласно порядку, разработанному администрацией по контролю за продовольствием и медикаментами.

Новый этап в развитии регулирования маркировки продуктов питания начался с 1969 г. Тогда на конференции по вопросам продовольствия, питания и здоровья, проведённой под эгидой правительства, было отмечено, что диета многих граждан страны неполноценна с диетологической точки зрения. В итоговом документе содержались рекомендации для правительства разработать систему, которая позволяла бы определять питательную ценность продуктов. Спустя несколько лет, в 1973 г., Администрация по контролю за продовольствием и медикаментами разработала новую форму маркировки продуктов, где на этикетках указывали ценность питательных веществ, входящих в продукт,

^{*} <https://www.choosemyplate.gov/> (accessed 10.2016).

а также их полезность в ежедневной диете. После доработки в 1975 г. маркировка была предложена к использованию производителям продуктов питания на добровольной основе. В последующие годы состав маркировки 1975 г., постепенно совершенствовался. В него, в частности, вносились дополнительные элементы (например, в 1984 г. – натрий и калий).

Кроме того, в состав маркировки стали входить особые надписи. Примером может служить сахарин. В соответствии с законом "Об изучении и маркировке сахарина" от 1977 г., запрет на его использование был заменён на требование помещать на этикетках упаковки, содержащей этот продукт, обязательное предупреждение. Оно заключалось в том, чтобы сообщить потребителю, что этот подсластитель химического происхождения далеко не безобиден, поскольку исследования, которые проводили на лабораторных животных, выявили у них рак. Индивидуальные пакетики с подобным искусственным сахаром можно встретить практически во всех местах общественного питания в США.

Последний важный этап в развитии маркировки начался в конце 1980-х годов с ростом в американском обществе интереса к проблеме здорового питания. В 1990 г. Администрация по контролю за продовольствием и медикаментами предложила значительные изменения в политике регулирования состава и порядка маркировки. Они сводились к следующим трём переменам:

- 1) замене добровольного порядка маркировки на обязательный;
- 2) стандартизации размеров порций (*serving size*);
- 3) стандартизации содержания и использования предупреждающих надписей на этикетках.

Заметим, что второе требование является важным связующим звеном между маркировкой и рекомендациями по здоровому питанию.

Выдвинутые таким образом предложения были обобщены в законе "Об образовании в области диетологии и маркировки" (*Nutrition Labeling and Education Act*), принятом в 1990 г. Закон предусматривал требование обязательной маркировки упакованной продукции, произведённой предприятиями пищевой промышленности. Однако "в стороне" оставалась большая группа продуктов, не проходящих стадии глубокой переработки, – свежие и прошедшие первичную переработку овощи, фрукты, мясо, рыба и т.п. В отношении большей части из них (20 наименований наиболее употребляемых фруктов, овощей и рыбы, а также 45 наименований широко продаваемых мясных продуктов) в 1991–1993 гг. Администрация по контролю за продовольствием и медикаментами и Служба безопасности и инспекции продовольствия приняли и внедрили положения о добровольном порядке маркировки подобной продукции в соответствии с разработанными рекомендациями по структуре представления на этикетках питательной ценности.

Впрочем, упомянутое условие "добровольности" маркировки весьма относительно, так как в соответствии с принятым порядком, оно действует лишь тогда, когда в не менее 60% предприятий розничной торговли, взятых по случайной выборке, в отношении упомянутых продуктов будет обеспечена требуемая информация. Согласно проведённому в 1994 г. мониторингу, свыше 70%

обследованных магазинов и супермаркетов удовлетворяли условиям предоставления необходимой информации*.

Цели, которые преследуют требования к маркировке продуктов питания, достаточно просты, а именно: 1) упростить выбор, который делает покупатель среди множества продуктов на прилавке современного магазина; 2) помочь гражданам в выборе продуктов для формирования здоровой диеты; 3) создать стимул для производителей пищевых продуктов к улучшению питательной ценности выпускаемой ими продукции.

К основным положениям, которые характеризуют требования к маркировке продукции, можно отнести следующие*:

- маркировка питательной ценности должна присутствовать на большинстве продуктов питания;
- в качестве стандарта должен применяться специальный, легко читаемый формат информации на этикетке;
- этикетка должна нести информацию по содержанию в расчёте на одну порцию продукта насыщенных жиров, холестерина, клетчатки и других составляющих;
- информация на этикетках должна содержать величины, характеризующие наличие питательных веществ в одной порции продукта как доли дневной потребности в нём;
- при возможности информация на этикетках должна содержать унифицированные для всех продуктов надписи типа "легкий", "низкожирный", "с высоким содержанием клетчатки";
- при необходимости на этикетке должна присутствовать надпись, сообщающая о возможной связи между потреблением данного продукта и возникновением заболевания;
- размеры порций определённых групп продуктов должны быть стандартизованы, чтобы облегчить сравнение питательной ценности различных продуктов;
- в отношении сырых продуктов должна добровольно предоставляться информация об их питательности.

Следует дать объяснение терминам "порция" (*serving*) и "размер порции" (*serving size*) продукта, приведённых выше и часто используемых в "Рекомендациях". По определению, данному в законе 1990 г., "порция" – это количество данного продукта, обычно съедаемое за один раз. Размеры порций, приводимые на этикетках продуктов, рассчитываются на основании специального, составленного Администрацией по контролю за продуктами и лекарствами перечня "Примерные количества продукта, обычно потребляемого за один приём пищи". В отношении категории хлебных продуктов одна порция соответствует куску хлеба весом 50 г. Впрочем, понятие порции не жёстко фиксировано, а зависит от того, произведён ли порционно данный продукт. Например, уже разрезанный на кусочки хлеб, каждый из которых весит, скажем, 60 г, в качестве "размера порции" будет взят один кусок. При этом

* The New Food Label. FDA (May 1995). Available at: <http://vm.cfsan.fda.gov/~lrd/newlabel.html> (accessed 21.10.1998)

* Ibidem.

действует такое правило: если единица продукта составляет более 50%, но менее 200% примерной порции, то именно эта единица на этикетке продукта должна быть упомянута как одна порция.

Добавим, что в соответствии с существующим положением ряд продуктов освобождён от приведённых требований маркировки. К их числу относятся: пища, приготавливаемая для немедленного потребления (в кафе, ресторанах и т.п.); продукты, продаваемые на месте изготовления (печенье, пирожные и т.п.); продукты, поставляемые оптом и не предназначенные в данной форме для продажи конечному потребителю; чай, кофе на розлив, а также продукты, не содержащие значительного количества питательных веществ. Безусловно, одним из центральных мероприятий реформы 1990 г. было введение в практику новой формы этикетки и стандартной формы информации на ней. Этикетка должна иметь строго определённую структуру, которая состоит из шести условных частей:

1. Название продукта, определение "размера порции" и количества порций в упаковке продукта.

2. Калорийность продукта, всего (*calories*), а также та часть калорий, которая получается из входящих в него жиров (*calories from fat*). Наличие данной информации является обязательным на всех этикетках.

3. Характеристики питательной ценности продукта являются обязательными, остальных – добровольным. К числу обязательных относятся: жиры всего (*total fat*), в том числе насыщенные (*saturated*), холестерин (*cholesterol*), натрий (*sodium*), углеводы всего (*total carbohydrate*), в том числе диетические (*dietary fiber* – клетчатка овощей и фруктов), сахара (*sugars*) и белки (*proteins*).

4. Состав витаминов и минеральных веществ, содержащихся в продукте, как доля дневной потребности (нормы). В числе обязательной информации на этикетке должно указываться содержание витамина А (*vitamin A*), витамина С (*vitamin C*), кальция (*calcium*) и железа (*iron*).

5. Информация для покупателя о структуре его дневного рациона, выраженного в основных питательных характеристиках продукта, а именно – общем содержании жира, в том числе полученного при употреблении насыщенных жиров, холестерина, натрия, калия, клетчатки, в том числе при употреблении фруктов и овощей. Нормативы ежедневного потребления этих компонентов выражены в весовых единицах и обычно приведены для различных по калорийности диет.

6. Информация о составе продукта (*ingredients*) – входящих в него компонентах.

Формат этикетки и форма предоставления информации на ней упорядочены. Однако в определённых случаях допускается, а иногда регламентируется изменение состава информации. Например, этикетки на продуктах для детей младше двух лет не должны содержать информацию о насыщенных, поли- и мононенасыщенных жирах, холестерине, калориях, полученных от содержащегося в продукте жира. Это требование принято для того, чтобы родители, увидевшие подобные надписи, не могли по незнанию исключить продукт из рациона малышей.

Последствия государственной пропаганды здорового питания

Рекомендации, содержащиеся в "Руководстве" и составляющие официальную позицию государства по проблеме здорового питания, имеют в целом добровольный характер исполнения. Исключение составляет рацион, формируемый в рамках государственных программ школьного питания (бесплатного и льготного), который обязан составляться с учётом требований "Руководства". Однако в общей массе потребляемого населением продовольствия, объёмы этого "обязательного" рациона невелики. Поэтому интерес представляют оценки того, в какой степени рядовой потребитель принимает высказанные в "Руководстве" советы.

Такие оценки с самого начала программ рационального питания были их важной частью, так как позволяли в определённой степени видоизменять формы подачи этой своеобразной рекламы. Так, после каждого выпуска "Руководства" проводилась оценка того, насколько рацион питания населения приближался к идеалу, высказанному в них. Для этого регулярно рассчитывался показатель "Средний индекс здорового питания" (*Average Total Healthy Eating Index*), в конце названия которого обычно стоял год принятия очередного "Руководства". Необходимость оценки приближённости продовольственного рациона среднего американца к требованиям каждого выпуска "Руководства" обусловлено тем, что, несмотря на общий вектор рекомендаций, содержащийся в них, конкретные наставления всё-таки отличаются от выпуска к выпуску. Приведём данные по расчёту HEI-2010 – индекса здорового питания – соответствия того, как питалось население страны в сравнении с рекомендациями "Руководства" 2010 года.

Если в 1999–2000 гг. индекс составлял около 49, а к середине прошлого десятилетия он равнялся уже 54, то к концу составил почти 58 из 100 возможных баллов. Очевидно, что несмотря на рост, "приближенность" реального рациона питания к рекомендуемому всё ещё далека от желаемого уровня. С другой стороны, даже если допустить возможность ошибки измерений, столь значительный рост (почти 20%) свидетельствует об уже сформировавшейся тенденции.

В любом случае можно сделать определённый вывод: государственная программа по оптимизации рациона питания американцев "работает", и последовательное её проведение в будущем принесёт ещё большие плоды. Это заключение подтверждает то внимание, которое в среде экспертов и практиков уделяется вопросу оценки возможного влияния политики рационального питания на потребление населением продовольствия и в конечном счёте на само аграрное производство.

Когда ещё в 1980 г. рекомендации государства по формированию структуры здорового питания были опубликованы впервые, они вызвали бурный отклик в широких кругах бизнеса и общественности. И это неудивительно, так как последствия претворения в жизнь официальных советов по здоровой диете

те граждан способны привести (и уже в определённой степени привели) к значительным последствиям. Среди них можно выделить два основных:

1) снижение расходов на медицинское обслуживание и потерь из-за временной нетрудоспособности, вследствие роста доли здорового населения и уменьшения уровня заболеваемости, вызванной нерациональным питанием;

2) структурные сдвиги в аграрной экономике, вследствие изменения структуры потребления населением продовольственных товаров.

Несмотря на всю важность первого вопроса, его рассмотрение составляет предмет особого исследования и выходит за рамки настоящей работы. Второе следствие политики здорового питания представляет особенный интерес, и поэтому подробнее остановимся на его анализе.

Действительно, затраты на проведение программ по пропаганде здорового питания сравнительно невелики, однако их результат в смысле влияния на аграрное производство может быть неизмеримо больше. Более того, сама идея посредством программируемого изменения гастрономических предпочтений конечных потребителей влиять на структуру аграрного производства кажется весьма привлекательной.

Уточним сказанное выше о реакции на выход первого "Руководства". Рекомендации, а в особенности, преследуемые ими цели полноценного и здорового питания, вызвали не просто отклик, а именно негативную реакцию и главным образом со стороны значительного числа представителей агробизнеса. Причина вполне очевидна, ибо корректировка пищевого рациона населения в соответствии с этими рекомендациями может вызвать заметные изменения в спросе на многие продукты питания и негативным образом сказаться на ценах.

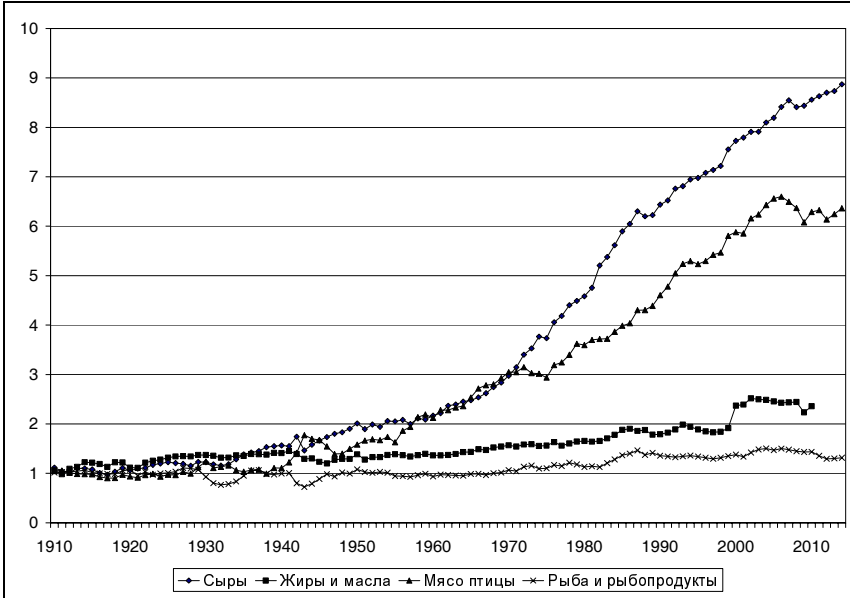
Для исследования этого вопроса специалистами были проделаны модельные расчёты*. Они показали, что в период 1981–1985 г. в случае изменения пищевого рациона американцев в соответствии со сделанными рекомендациями потребление красного мяса в стране снизилось бы на 8%, сыра – на 15%, яиц – на 23%, сахара и орехов – на 27%, растительных и животных жиров – на 38%. С другой стороны, спрос на ряд продуктов вырос бы. Так, прирост потребления мяса птицы составил бы 5%, рыбы и йогурта – 9%, овощей – 14%, пшеницы – 50%, риса – 60%.

Расчёты также показали, что подобные сдвиги в структуре потребления привели бы к изменению чистого дохода сельхозпроизводителей. Так, для фермеров – производителей птицы он вырос бы на 11%, пшеницы – на 17%, риса – на 31%. С другой стороны, чистый доход производителей кукурузы снизился бы на 3%, крупного рогатого скота – на 6%, соевых бобов – на 11%, свиней – на 38%, яиц – на 51%.

Конечно, приведённые расчёты – лишь оценки, и в реальности влияние рекомендаций на состояние аграрной отрасли будет зависеть главным образом от того, в какой степени они будут введены гражданами в повседневную прак

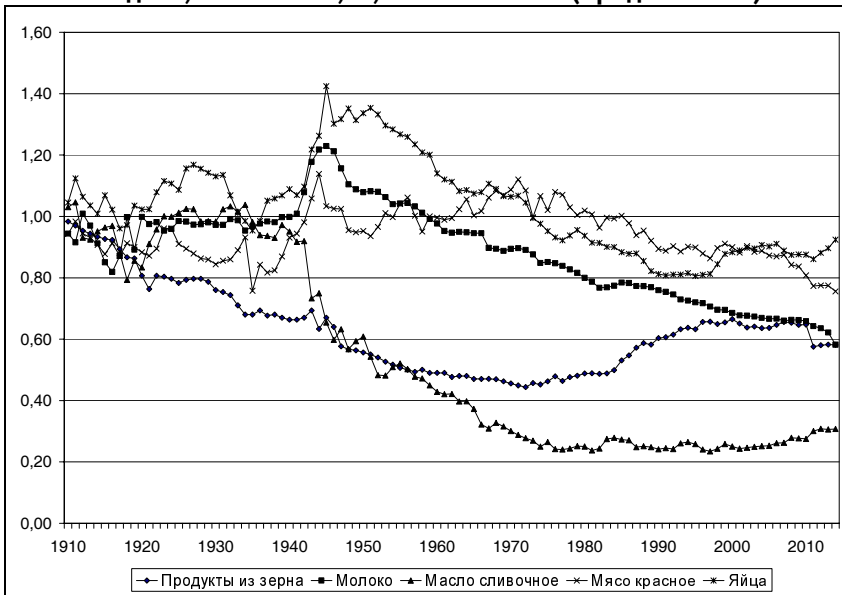
* Dietary Goals for the United States, 2nd edition, Select Committee on Nutrition and Human Needs, U.S. Senate. Washington, D.C., December 1977.

Изменение потребления основных продуктов питания, на душу населения, индекс, 1909 г. = 1,00, 1910–2014 гг.



Составлено по: *Food Availability (Per Capita) Data System, ERS\USDA. Available at <http://www.ers.usda.gov/data-products/food-availability-per-capita-data-system/> (accessed 01.11.2016).*

Изменение потребления основных продуктов питания, на душу населения, индекс, 1909 г. = 1,00, 1910–2014 гг. (продолжение)



Составлено по: *Food Availability (Per Capita) Data System, ERS\USDA. Available at <http://www.ers.usda.gov/data-products/food-availability-per-capita-data-system/> (accessed 01.11.2016).*

**Потребление основных продуктов питания, 1970–2010 гг.,
в среднем на душу населения, кг***

Продукто- вая группа	1970–1975	1976–1980	1981–1985	1986–1990	1991–1995	1996–2000	2001–2005	2006–2010	2006–10 +/- % к 1970–1975
Сыры	5,9	7,5	9,3	10,8	11,8	12,7	13,8	14,7	147%
Мясо пти- цы	18,1	20	23	26	31	33	37	38	110%
Жиры и масла, все- го	25	26	28	30	31	32	40	38	52%
Продукты из зерна	62	65	68	79	85	89	87	88	43%
Рыба и рыбопро- дукты	5,5	5,8	6,1	7,0	6,7	6,6	7,2	7,3	33%
Овощи	152	155	157	170	186	192	189	181	19%
Фрукты и овощи	261	273	279	295	311	323	315	298	14%
Молпро- дукты (в пересчёте на молоко)	250	246	258	264	258	260	269	276	10%
Фрукты	109	118	122	125	125	131	126	117	8%
Сливочное масло	2,2	2,0	2,1	2,0	2,1	2,0	2,0	2,2	-1%
Яйца, штук	289	266	256	241	230	240	255	251	-13%
Мясо крас- ное	64	63	60	57	54	54	54	51	-20%
Молоко	122	115	108	107	102	97	93	92	-24%

* Сортировано по возрастанию темпов прироста.

Рассчитано по: *Food Availability (Per Capita) Data System, ERS\USDA. Available at <http://www.ers.usda.gov/data-products/food-availability-per-capita-data-system/> (accessed 01.11.2016).*

тику своей жизни. Важным внешним проявлением этого процесса является изменение структуры реального потребления продуктов питания.

При анализе влияния проводимых государством мер по оптимизации структуры продовольственного рациона граждан страны важно учитывать долгосрочные тенденции. На диаграммах 1 и 2 представлены такие изменения, имевшие место на протяжении прошлого и начало нынешнего столетий.

На диаграмме 1 представлены продукты с растущим трендом потребления. Это – сыры, жиры и масла, мясо птицы и рыбопродукты. На диаграмме 2

**Потребление основных продуктов питания по группе жиры и масла,
в среднем на душу населения, кг**

Период	Масло сливочное	Маргарин	Лярд	Кулинарный жир	Масла растительные	Прочее	Всего
1965–1970	2,63	4,77	2,38	7,31	6,13	1,01	24,2
1971–1975	2,19	5,02	1,52	7,74	7,81	0,99	25,3
1976–1980	1,99	5,18	1,08	7,77	9,13	0,96	26,1
1981–1985	2,12	4,87	0,88	8,34	10,27	1,46	27,9
1986–1990	2,04	4,83	0,61	9,43	11,77	1,02	29,7
1991–1995-	2,06	4,66	0,23	10,04	12,00	1,71	30,7
1996–2000	1,99	3,79	0,31	10,46	13,01	2,05	31,6
2001–2005	2,01	2,54	0,54	14,45	17,97	2,29	39,8
2006–2010	2,19	1,86	0,66	8,62	22,99	2,05	38,4
2006–2010 к 1965–1970	-17%	-61%	-72%	18%	275%		58%

Рассчитано по: *Food Availability (Per Capita) Data System, ERS\USDA. Available at <http://www.ers.usda.gov/data-products/food-availability-per-capita-data-system/> (accessed 01.11.2016).*

представлены продукты, потребление которых в целом за указанный период времени, в долгосрочной ретроспективе, сократилось. Это – продукты из зерна, молоко, масло сливочное, мясо красное и яйца.

Однако нетрудно заметить, что на фоне долгосрочных тенденций, начиная с 1970-х годов, в структуре рациона американцев происходят сдвиги крупномасштабного характера, иногда отличные от этих тенденций. Более подробно такой анализ проведен в табл. 2. Приведённые данные являются отражением перемен, происходящих в структуре потребления американцами продуктов питания за последние 30–35 лет. Охарактеризуем особенности этих тенденций.

На фоне замедления в целом темпов роста потребления продовольствия, потребление отдельных его видов (сыры, мясо птицы, жиры и масла, продукты из зерна) росло опережающими темпами. С другой стороны, снизилось потребление в пищу говядины, яиц, цельного молока, сливочного масла и лярда.

Определённый интерес представляет анализ роста потребления американцами продуктов из группы "жиры и масла" – на 52% в течение 1970–2010 гг. Все "Руководства" однозначны в своих рекомендациях относительно ограничения потребления жирной пищи, особенно в части насыщенных жиров и холестерина. Однако более детальный анализ структуры потребления продуктов этой группы свидетельствует о существенных изменениях в предпочтениях американских потребителей (см. табл. 3).

Данные табл. 3 позволяют сделать однозначный вывод об "оздоровлении" продовольственного рациона в части жиров за последние 40 лет. Так, на фоне существенного уменьшения потребления маргарина – на 60%, и лярда (смаль-

ца) – на 70%, резко (почти в 4 раза) выросло потребление растительных масел. Без преувеличения можно утверждать, что указанный сдвиг в значительной степени имеет в своей основе последовательную пропаганду здорового питания.

Итак, приведённые выше данные свидетельствуют о значительных изменениях в структуре потребления продовольствия населением США. Возвращаясь к теме участия государства в формировании спроса на продовольственном рынке, резонно поставить вопрос о существовании других, помимо "официального", факторов таких изменений и, при наличии таковых, о значимости роли первого.

Обычно среди причин изменений в составе потребляемого населением продовольствия, наряду с государственной политикой формирования потребительского спроса, выделяют ещё две основные, а именно:

- 1) изменения в составе и доходах населения, в частности рост доли в нём лиц, принадлежащих к старшим возрастным группам, мобильных, хорошо информированных и располагающих к тому же сравнительно высоким доходом;

- 2) изменения в поведении потребителей, например, предпочтение мест общественного питания домашней кухне и т.п.

Конкретный анализ влияния этих факторов выходит за рамки данной работы. Следует, однако, отметить, что роль государственной политики здорового питания является, вероятно, наиболее значимой. Это утверждение справедливо и вследствие ряда доводов. Так, рост среднего дохода населения в отсутствии пропаганды здорового образа жизни и питания обычно приводит к увеличению потребления относительно дорогих и традиционно признанных продуктов питания, в частности – красного мяса. В то же время, именно по данной группе последние 30 лет наблюдается тенденция устойчивого снижения потребления. С другой стороны, рост доли пожилого населения происходил на протяжении практически всего послевоенного периода, однако выраженные тенденции сдвигов в структуре потребления стали наблюдаться главным образом за последние 30 лет. Наконец, предпочтение мест общественного питания домашней кухне, в силу значительного распространения в стране системы быстрого питания с широким ассортиментом закусочного рациона (типа сэндвичей и других продуктов, содержащих в основном мясо и жиры), по крайней мере, не должно способствовать продвижению к рекомендуемым нормам. Несмотря на это, сдвиг в сторону более здорового рациона питания американцев очевиден, и, ближайшие 5–10 лет должны, по всей видимости, подтвердить такое утверждение.

Propaganda of Healthy Eating and Optimization of Food Rations in the U.S.A.

(USA ❖ Canada Journal, 2017 No. 4, p.49-66)

Received 15.02.2017.

OVCHINNIKOV Oleg Grigoryevich, Head of the Center of Agrarian Problems of the Institute of USA and Canada, Russian Academy of Sciences, 121069 Moscow, the Khlebny per., 2/3 (olego-2006@yandex.ru)

The article examines the trends, current status and the implications of healthy diet regulation, the relatively new direction of agricultural policy in the United States. The development of this policy takes place the last 30-40 years, its beginning is related to the appearance of new challenges in the social life of the country.

During the whole period of the existence of this direction of agricultural policy it had seen a constant growth of attention to it from the state. The external manifestation of this trend is the increasing complexity of content and the increase in "Guide to nutrition for Americans" – the main official document reflecting the point of view of the state on this issue.

One of the biggest reasons for the growth of public attention to promoting healthy eating is the negative shifts in the health of the American nation taking place the last 30-40 years.

This direction of agricultural policy has undoubtedly affected the diet structure of Americans. Trends in certain food groups differ significantly from long-term trends in society over the last more than 100 years.

Consistent implementation of measures in the framework of a policy of healthy nutrition can lead to shifts in the structure of agricultural production. The analysis shows that such shifts in relation to some types of food for the last 25-30 years are already accomplished fact.

Keywords: *Propaganda of healthy eating in the U.S., agrarian policy of the state, regulation of food consumption, structure of food consumption, optimizing food diet, healthy lifestyle, Dietary Guidelines for Americans*

About the author:

OVCHINNIKOV Oleg Grigorievich, Doctor of Sciences (Economics), Head of the Center of the Agrarian problems.