



Всемирная организация
здравоохранения

Европейское региональное бюро



Проект FEEDcities

Среда питания в городах Восточной
Европы и Центральной Азии – Кыргызстан



Технический доклад
Август 2017 г.



ISPUP

INSTITUTO DE SAÚDE PÚBLICA
DA UNIVERSIDADE DO PORTO



Всемирная организация
здравоохранения

Европейское региональное бюро

Проект FEEDcities

Среда питания в городах Восточной
Европы и Центральной Азии – Кыргызстан

Технический доклад

Август 2017 г.

Краткое содержание

В этом техническом докладе представлены результаты комплексного выборочного обследования, проведенного в Бишкеке, Кыргызстан, с июня по июль 2016 г. в рамках проекта FEEDcities – Восточная Европа и Центральная Азия. Целью проекта являлось описание местной среды уличного питания, в том числе характеристик торговых точек, предлагаемых продуктов питания и питательного состава пищевых продуктов фабричного производства и домашнего приготовления, традиционно потребляемых в такой среде. В докладе также изложены рекомендации по проведению в жизнь сделанных выводов.

Это исследование было проведено в рамках двустороннего партнерства ВОЗ и Института общественного здоровья при Университете Порту, Португалия, в сотрудничестве с Медицинским факультетом, Факультетом питания и наук о продуктах питания и Факультетом фармацевтики Университета Порту (Регистрационные номера ВОЗ 2015/591370 и 2017/698514). Финансирование исследования осуществлялось на средства, выделенные Правительством Российской Федерации по линии Европейского офиса ВОЗ по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними (Офиса по НИЗ).

Ключевые слова

trans-Fatty acids
Food analysis
Nutritional composition
Potassium
Ready-to-eat food
Sodium
Street food
Kyrgyzstan

Запросы относительно публикаций Европейского регионального бюро ВОЗ следует направлять по адресу:

Publications
WHO Regional Office for Europe
UN City, Marmorvej 51
DK-2100 Copenhagen Ø, Denmark

Кроме того, запросы на документацию, информацию по вопросам здравоохранения или разрешение на цитирование или перевод документов ВОЗ можно заполнить в онлайн-режиме на сайте Регионального бюро (<http://www.euro.who.int/pubrequest>).

© Всемирная организация здравоохранения, 2017 г.

Все права защищены. Европейское региональное бюро Всемирной организации здравоохранения охотно удовлетворяет запросы о разрешении на перепечатку или перевод своих публикаций частично или полностью.

Обозначения, используемые в настоящей публикации, и приводимые в ней материалы не отражают какого бы то ни было мнения Всемирной организации здравоохранения относительно правового статуса той или иной страны, территории, города или района или их органов власти или относительно делимитации их границ. Пунктирные линии на географических картах обозначают приблизительные границы, относительно которых полное согласие пока не достигнуто.

Упоминание тех или иных компаний или продуктов отдельных изготовителей не означает, что Всемирная организация здравоохранения поддерживает или рекомендует их, отдавая им предпочтение по сравнению с другими компаниями или продуктами аналогичного характера, не упомянутыми в тексте. За исключением случаев, когда имеют место ошибки и пропуски, названия патентованных продуктов выделяются начальными прописными буквами.

Всемирная организация здравоохранения приняла все разумные меры предосторожности для проверки информации, содержащейся в настоящей публикации. Тем не менее, опубликованные материалы распространяются без какой-либо явно выраженной или подразумеваемой гарантии их правильности. Ответственность за интерпретацию и использование материалов ложится на пользователей. Всемирная организация здравоохранения ни при каких обстоятельствах не несет ответственности за ущерб, связанный с использованием этих материалов. Мнения, выраженные в данной публикации авторами, редакторами или группами экспертов, необязательно отражают решения или официальную политику Всемирной организации здравоохранения.

Contents

Краткое содержание	ii
Авторский коллектив	iv
Благодарности	iv
Аббревиатуры и акронимы	v
Исполнительное резюме.....	v
Введение.....	3
Уличная еда в Бишкеке	4
Задачи	5
Методы.....	5
Торговые точки уличной еды и предлагаемые пищевые продукты.....	5
Анализ уличной еды.....	7
Результаты.....	9
Распределение отобранных рынков и торговых точек	9
Характеристики частных торговцев и торговых точек	12
Характеристики предлагаемой уличной еды	13
Питательный состав уличных продуктов питания	15
Заключение и выводы для будущей политики	16
Библиография.....	21
Приложение 1. Образцы продуктов питания фабричного изготовления, собранные на уличных торговых точках в Бишкеке	23
Приложение 2. Образцы продуктов питания домашнего приготовления, собранные на уличных торговых точках в Бишкеке	26
Таблицы	
Таблица 1. Рынки в Бишкеке, где можно купить готовую еду	6
Таблица 2. Стандартное определение наборов проб продуктов питания	8
Таблица 3. Схема рандомизации проб продуктов питания	8
Таблица 4. Характеристики уличных торговых точек продуктов питания в целом и с распределением по району города	12
Таблица 5. Физические характеристики стационарных торговых точек в целом и с распределением по району города.....	12
Таблица 6. Еда, предлагаемая уличными торговыми точками продуктами питания, с распределением по типу частной торговли и району города	13
Таблица 7. Характеристики подвыборки наиболее востребованных пищевых продуктов домашнего приготовления, предлагаемых стационарными торговыми точками.....	14
Таблица 8. Типы напитков, предлагаемых стационарными торговыми точками в целом и с распределением по району города..	15
Таблица 9. Питательный состав образцов уличных продуктов питания, отобранных на продуктовых рынках Бишкека.....	17
Рисунки	
Рис. 1. Отобранные рынки и уличные торговые точки продуктами питания в Бишкеке.....	10
Рис. 2. Результаты оценки зоны продуктового рынка Аламедин и уличных торговых точек продуктами питания	10
Рис. 3. Результаты оценки зоны продуктового рынка Чынар и уличных торговых точек продуктами питания.....	10
Рис. 4. Результаты оценки зоны продуктового рынка Дордой и уличных торговых точек продуктами питания.....	10
Рис. 5. Результаты оценки зоны продуктового рынка Азиз-Баят и уличных торговых точек продуктами питания	10
Рис. 6. Результаты оценки зоны продуктового рынка Жумушчу и уличных торговых точек продуктами питания	10
Рис. 7. Результаты оценки зоны продуктового рынка Берекет-Универсал и уличных торговых точек продуктами питания	11
Рис. 8. Результаты оценки зоны продуктового рынка Чолпон и уличных торговых точек продуктами питания.	11
Рис. 9. Результаты оценки зоны продуктового рынка Ак-Эмир и уличных торговых точек продуктами питания	11
Рис. 10. Результаты оценки зоны продуктового рынка Алмалуу и уличных торговых точек продуктами питания	11
Рис. 11. Результаты оценки зоны продуктового рынка Кок-Сай и уличных торговых точек продуктами питания	11

Авторский коллектив

Соавторами написания настоящего доклада являются Patrícia Padrão, Gabriela Albuquerque и Nuno Lunet (Университет Порту, Португалия), Marcello Gelormini (консультант ВОЗ) и Jo Jewell (Европейское региональное бюро ВОЗ).

Свой вклад в подготовку доклада также внесли João Breda (Европейское региональное бюро ВОЗ); Susana Casal, Andreia Lemos, Eulália Mendes, Pedro Moreira, Olívia Pinho, Daniela Rodrigues и Raquel Teixeira (Университет Порту, Португалия); Albertino Damasceno (Университет им. Эдуарду Мондлане, Мозамбик) и Inês Morais (консультант ВОЗ).

Благодарности

Работа по подготовке этого доклада координировалась Университетом Порту в сотрудничестве с Европейским региональным бюро ВОЗ и Страновым офисом ВОЗ в Кыргызстане по линии двухгодичного соглашения о сотрудничестве на период 2016-2017 гг. между Министерством здравоохранения Кыргызстана и ВОЗ. Кроме того, финансовые средства были также любезно предоставлены Министерством здравоохранения Российской Федерации в рамках проекта Европейского регионального бюро ВОЗ по неинфекционным заболеваниям.

Проект FEEDCities в Кыргызстане осуществлялся под общим методическим руководством Jarno Habicht – представителя ВОЗ в составе Странового офиса в Кыргызстане, Gauden Galea – директора Отдела неинфекционных заболеваний и укрепления здоровья на всех этапах жизни Европейского регионального бюро ВОЗ, и João Breda – руководителя Европейского офиса ВОЗ по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними и и.о. руководителя Программы «Питание, физическая активность и ожирение», Отдел неинфекционных заболеваний и укрепления здоровья на всех этапах жизни, Европейское региональное бюро ВОЗ. Техническая и логистическая поддержка была предоставлена Осмонбеком Молдокуловым, национальным сотрудником категории специалистов, и Бегайым Калысбековой, представителем Странового офиса ВОЗ в Кыргызстане. Помощь в проведении исследования, включая методическое сопровождение полевых работ в Кыргызстане, оказали Inês Morais, Jo Jewell и Marcello Gelormini.

Авторы выражают искреннюю признательность сотрудникам государственных органов Кыргызстана, которые самым активным образом поддерживали проект FEEDCities, включая д-ра Олега Горина, зам. Министра здравоохранения; д-ра Бактыгуль Исмаилову, руководителя Отдела общественного здравоохранения, Министерство здравоохранения; г-на Албека Ибраимова, мэра Бишкека; д-ра Артура Буюкянова, Главного врача Центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора Бишкека, Министерство здравоохранения; д-ра Мухамадхалила Мурзашева, заведующего Отделом гигиены питания Центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора Бишкека, Министерство здравоохранения; и д-ра Розу Джакыпову, Национального координатора по неинфекционным заболеваниям, Министерство здравоохранения.

Особой благодарности заслуживает бригада полевых исследователей из Кыргызской Государственной медицинской академии, Национального центра кардиологии и терапии и Центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора Бишкека, которые занимались сбором и подготовкой проб продуктов питания, а также опросом частных торговцев.

Работа, проделанная Gabriela Albuquerque, финансировалась FEDER по линии Программы мероприятий в поддержку конкурентоспособности и интернационализации, а также за счет выделенных для страны средств из Фонда развития науки и техники (Португальское Министерство науки, техники и высшего образования; POCI-01-0145-FEDER-006862; номер для ссылки UID/DTP/04750/2013) в рамках проекта «Характеристика среды питания в пяти городах стран Центральной Азии и Кавказа» (SFRH/BD/118630/2016) и Unidade de Investigação em Epidemiologia, Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto (POCI-01-0145-FEDER-006862; номер для ссылки UID/DTP/04750/2013).

Patrícia Padrão, Susana Casal, Pedro Moreira и Nuno Lunet являются сотрудниками Отдела научных исследований в эпидемиологии Института общественного здоровья, Университет Порту, Порту, Португалия.

Броматологические анализы проводились на базе Rede de Química e Tecnologia (“Requimte”), Университет Порту, Порту, Португалия (POCI/01/0145/FEDER/007265; номер для ссылки UID/QUI/50006/2013) при координации со стороны Susana Casal. Анализы на содержание натрия и калия проводились лабораторией Факультета питания и наук о продуктах питания, Университет Порту, Порту, Португалия, под общим руководством Olívia Pinho.

Настоящий доклад является одним из итоговых документов, предусмотренных в рамках двухгодичного соглашения о сотрудничестве между Министерством здравоохранения Кыргызстана и Европейским региональным бюро ВОЗ на 2016-2017 годы.

Аббревиатуры и акронимы

ФАО	Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН
НИЗ	неинфекционные заболевания
ТЖК	<i>транс</i> -жирные кислоты

Исполнительное резюме

В настоящем докладе представлены результаты анализа среды уличного питания в Бишкеке, Кыргызстан, проведенного с использованием стандартизированной методики. В итоге исследования были получены как положительные, так и настораживающие результаты с упором на разделы работы, которые могут потребовать конкретных мер в сфере политики.

Продовольственная и сельскохозяйственная организация Объединенных Наций (ФАО) и ВОЗ дали следующее определение понятию «уличная еда»: «готовые к употреблению пищевые продукты и напитки, приготовляемые и/или реализуемые частными торговцами и лоточниками, особенно на улицах и в других аналогичных местах». В частности, в странах с низким и средним уровнем дохода для городских районов наиболее типичной является уличная торговля продуктами питания, которая отличается большим разнообразием и представляет собой повсеместно доступный и недорогой источник получения еды, нередко оказывающейся высококалорийной, энергетически плотной, богатой жирами, сахаром и натрием. В рамках предшествующих исследований по проблеме уличной еды речь в основном шла о безопасности продуктов питания (включая вопросы гигиены и токсичности), а не о ее конкретном вкладе в рацион питания населения. В Европейском регионе ВОЗ научные исследования на этот счет проводились редко или вообще не предпринимались.

Основная задача проекта «FEEDcities в странах Восточной Европы и Центральной Азии» состоит в получении характеристики среды питания на улицах городов Восточной Европы и Центральной Азии. Это исследование вносит свой вклад в осуществление Европейского плана действий в области пищевых продуктов и питания на 2015–2020 гг., являясь источником информации в поддержку выполнения таких конкретных задач, как создание среды, благоприятствующей потреблению здоровых пищевых продуктов и напитков, а также расширению масштабов эпиднадзора, мониторинга, оценки и научных исследований. В этом докладе дается описание особенностей торговых точек и предлагаемых ими продуктов питания, а также питательного состава (содержания *транс*-жирных кислот (ТЖК), натрия и калия) уличной еды, реализуемой, как правило, на улицах Бишкека – столицы Кыргызстана.

В период с июня по июль 2016 г. методом случайной, систематической выборки был определен перечень точек уличного питания, расположенных на территории продуктовых рынков Бишкека. Торговые точки, реализующие

свежие фрукты без кулинарной обработки, не отвечали установленным критериям. В общей сложности было отобрано 10 популярных продуктовых рынков и опрошено 600 частных торговцев, которые соответствовали критериям; удалось собрать и проанализировать 120 проб продуктов питания, состоявших их четырех порций каждого из 30 наиболее востребованных продуктов питания (20 блюд домашнего приготовления и 10 изделий фабричного производства).

Продаваемые на улицах продовольственные товары подразделялись на следующие категории: фрукты (свежие и сушеные), напитки (алкогольные и безалкогольные) и продукты питания, не относящиеся к фруктам и напиткам, которые подразделялись на блюда домашнего приготовления (прошедшие кулинарную обработку и/или приготовленные на дому или прямо на улице) или изделия фабричного производства (выпущенные пищевой промышленностью).

Были определены как стационарные (72,7%), так и передвижные (27,3%) пункты продажи уличной еды. Среди продавцов были в основном женщины (77,8%) и собственники точек продаж (54,5%). В большинстве случаев продажа еды осуществлялась семь дней в неделю (82,8% точек) и на протяжении всех четырех времен года (71,6% точек) и независимо от погодных условий (74,5% точек).

Для анализа был предложен широкий ассортимент продуктов питания как домашнего приготовления, так и фабричного производства, что говорит о богатой культуре уличной еды. Фрукты предлагались только в случае 4,4% торговых точек (в том числе на передвижных – 2,4% и стационарных – 5,1%), тогда как продукты, не считая фруктов, реализовывались в пунктах продаж в 85,5% случаев (в том числе на передвижных – 90,2% и стационарных – 83,7%). Напитки продавались в случае 61,6% торговых точек (в том числе на передвижных – 59,8% и стационарных – 62,3%).

Частные торговцы, предлагавшие пищевые продукты помимо фруктов, реализовывали кулинарные изделия домашнего приготовления (в целом: 56,9%; передвижные пункты: 64,1%; стационарные пункты: 53,8%), исключительно продукты питания фабричного изготовления (в целом: 21,1%; передвижные пункты: 13,1%; стационарные пункты: 23,1%) или еду как домашнего приготовления, так и фабричного производства (в целом: 23,0%; передвижные пункты: 22,8%; стационарные пункты: 23,1%). Чай и безалкогольные напитки были наиболее востребованными из ассортимента последних в пунктах продаж, специализирующихся на напитках, в 57,5% и 56,2% случаев, соответственно.

Высокие уровни содержания ТЖК и натрия нередко наблюдались в проанализированных продуктах питания, пользующихся наибольшим спросом. Среднее содержание ТЖК в усредненной порции составляло 3,78 г в вафлях фабричного производства, 2,86 г в *мантах* домашнего приготовления (отварное или приготовленное на пару блюдо из смешанного, приправленного специями мясного фарша в тонко раскатанном тесте) и 1,57 г в домашней *самсе* (также известной как *самбуса* или *самоса*), приготовленной из мясного фарша (баранина, говядина или курица) и овощей, запеченных в слоеном тесте или тесте для хлеба, что равнялось 170,4%, 128,9% и 70,8%, соответственно, от рекомендуемого максимального ежедневного поступления ТЖК (при средней суточной норме потребления для взрослого в пределах 2000 ккал). Приведенные уровни свидетельствуют о том, что при приготовлении этих блюд зачастую используются ТЖК-содержащие кулинарные жиры и жиры, добавляемые в тесто. Наибольшее среднее содержание натрия из расчета на одну порцию было обнаружено в домашнем *лагмане* (традиционное блюдо из лапши с добавлением нарезанных кусочками перцев и других овощей, подаваемое с острым, кислым соусом) (1980 мг), домашнем *ашлямфу* (традиционная мучная лапша с мелко нарезанными овощами и/или мясом, подаваемая в охлажденном или подогретом виде) (1687 мг) и домашних *мантах* (1658 мг), что равнялось 99,0%, 84,4% и 82,9%, соответственно, от рекомендуемого максимального ежедневного поступления. Фабричные продовольственные товары с высоким содержанием натрия были представлены поступающими в розничную торговлю традиционными напитками (*чалап* – кисломолочный напиток с добавлением соли и газированной воды, и *максым* – газированный, полученный путем брожения напитков из хлебного злака, обычно солода) и некоторыми острыми снеками. Из этого следует, что уличные торговцы сильно подсаливают еду домашнего приготовления, причем в некоторых продуктах фабричного производства содержится избыточное количество соли. Среднее содержание калия в одной порции еды оказалось максимальным в домашнем *лагмане* (645 мг), домашнем гамбургере (634



мг) и сваренных на дому кукурузных початках (571 мг), что равняется 18,4%, 18,0% и 16,2%, соответственно, от рекомендуемого минимального ежедневного поступления калия.

Свежие фрукты не были настолько широко доступны, как другие продукты питания или напитки. Расширение доступности еды такого рода могло бы способствовать расширению возможностей для городских жителей в плане приобщения к этой важнейшей составляющей здорового питания. Кроме того, можно было бы улучшить не только ассортимент предлагаемых в Бишкеке напитков и продуктов, не считая фрукты, но и питательный состав продаваемой уличной еды. Большое разнообразие подслащенных безалкогольных напитков вызывает беспокойство ввиду подъема статистики избыточной массы тела и ожирения.

Необходимо стратегическое мышление, чтобы повысить питательное качество уличной еды в Бишкеке, создавая тем самым условия для сохранения важной культурной и общественной функции, которая принадлежит рыночным торговцам в поддержании традиционных режимов питания и обеспечении доступа к такой еде, как фрукты и овощи. Реальные политические шаги в направлении среды питания, более благоприятной для здоровья, должны быть интегрированы в существующие общенациональные политические процессы, в частности, в программу в отношении неинфекционных заболеваний (НИЗ) и программу в области продовольственной безопасности и питания. Это могло бы способствовать формированию здорового рациона питания и профилактике ожирения.

Уменьшение содержания соли в готовых к употреблению пищевых продуктах, реализуемых на уличных торговых точках, потребует осуществления многостороннего подхода. Одно из направлений работы могло бы заключаться в санитарном просвещении торговцев уличной еды, чтобы они использовали меньше соли, а также в повышении уровня информированности населения о продуктах питания с потенциально высоким содержанием соли, которая в избыточных количествах причиняет вред здоровью. Вторым не менее важным средством, позволяющим изменить качество питания в Кыргызстане, может оказаться официальный курс на снижение потребления соли, содержащейся в продуктах фабричного производства (например, острые снеки, хлеб и напитки), возможно через нормирование максимально допустимого содержания соли в этих продуктах. Поскольку такая установленная законом норма будет распространяться на все поступающие на рынок продукты питания, включая супермаркеты, все частные торговцы продовольственными изделиями окажутся в равном положении. Еще одним шагом в этом направлении будут более полные сведения о питательных свойствах продуктов, приводимые на упаковках, чтобы наряду с перечнем ингредиентов на всех продовольственных товарах были указаны нутриенты (включая натрий).

Что же касается ТЖК в продуктах питания, то Кыргызстан уже внедрил технический регламент относительно содержания жиров и растительных масел в пищевых продуктах в рамках своего членства в Евразийском экономическом союзе, который накладывает обязательства на страну по ограничению к 2018 г. доступности и использования ТЖК в продовольственных товарах. Данное исследование говорит о необходимости достижения прогресса в решении этого вопроса, чтобы соответствовать требованиям, установленным к 2018 г., включая обязательное проведение непрерывного мониторинга с наступлением указанного крайнего срока.

В итоге исследования также стало известно о повсеместной доступности в городе подслащенных напитков. Если учитывать их потенциал по избыточной калорийности, особенно у детей, то следует также рассмотреть возможность принятия мер по сокращению их доступности, в частности в непосредственной близости от школ.

Таким образом, Кыргызстан может принять к сведению следующее:

- повышение приоритетности стимулирования здорового питания и профилактики ожирения в рамках действующих программ по НИЗ, продовольственной безопасности и питанию;
- поиск путей взаимодействия между такими секторами, как здравоохранение и сельское хозяйство, чтобы добиваться перемен, рекомендуемых национальной программой по продовольственной безопасности и питанию;

- определение приоритетных задач на пути решения проблемы потребления избыточного количества соли и ТЖК вместе с пищевыми продуктами и сокращения доступности подслащенных напитков, включая принятие целевых показателей и/или максимально допустимых ограничений по содержанию соли в некоторых продуктах, через введение принудительных ограничений на использование ТЖК и мониторинг соблюдения установленных требований, добиваясь совершенствования практики этикетирования и ограничивая доступность подслащенных напитков на территориях, прилегающих к школьным и другим учебным заведениям; и
- укрепление национального потенциала для мониторинга питательного состава пищевых продуктов и соблюдения нормативных требований, включая регулярное взятие проб и анализ местных и импортных продовольственных товаров в целях отслеживания принятых стратегий и определения дальнейших шагов.

Первичные выводы этого исследования обсуждались на совместном совещании с участием Министерства здравоохранения и представителей Европейского регионального бюро ВОЗ в Бишкеке в конце 2016 года. Настоящий доклад должен стать основой для дальнейшей дискуссии, процессов наращивания потенциала и совершенствования политики в этом направлении.

МАЙ НАН
20с.



МАЙ НАН
25с.

Май нан
20

Введение

Кыргызская Республика – это страна с населением примерно шесть миллионов человек, окруженная со всех сторон сушей и расположенная в юго-восточной части Центральной Азии (1). Она относится к категории стран с уровнем дохода от низкого до среднего и валовым внутренним продуктом в размере 6,57 млрд долл. США (2). В столице Республики Бишкеке проживает более 900 тысяч человек, и это самый большой город в стране (3). Уровень бедности (отражающий пороговые уровни применительно к удовлетворению минимальных потребностей в питании, одежде и жилье (2)) снизился с 40% в 2006 г. до 32% в 2015 году. Население рассредоточено на большой территории, причем на сельские районы приходится около 66% жителей (1). В стране отмечается высокий прирост населения, и в структуре последнего 32% составляют лица моложе 15 лет и 4% – граждане старше 65 лет. Согласно расчетным данным, ожидаемая продолжительность жизни при рождении равняется 73,7 лет для женщин и 65,7 лет для мужчин (1).

Сердечно-сосудистые болезни являются ведущей причиной смертности, и на них приходится 49% от общего числа смертей (в том числе на ишемическую болезнь сердца – 32%; инсульт – 14%). Примерно 15% смертей обусловлено другими неинфекционными заболеваниями (НИЗ), причем 10% составляет рак, 4% - хронические респираторные заболевания и 1% – сахарный диабет (4). От избыточной массы тела и ожирения страдает, соответственно, 56% и 23% населения старше 20 лет (5). Среди детей расчетная распространенность избыточной массы тела составляет 9% (1), хотя в этой возрастной группе все еще имеют место случаи недостаточности питания, среди которых диагностируется 18% детей моложе 5 лет с задержками роста, 3% – с проблемой истощения и 3% – с пониженной массой тела (1). В целом, в Кыргызстане несмотря на усилия Правительства, предпринимаемые с 2006 г., все острее ощущается бремя НИЗ (6). Начиная с 2000 г. в стране наблюдается значительное снижение смертности от инфекционных заболеваний и умеренное сокращение смертности от сахарного диабета и респираторных заболеваний (7).

За последние несколько десятилетий в центральноазиатских странах Европейского региона ВОЗ наблюдались сдвиги в структуре питания вследствие более интенсивной урбанизации и глобализации в снабжении пищевыми продуктами, подвергшимися технологической обработке (8). Связанные с этим изменения в режимах питания включают в себя снижение уровней потребления такой богатой клетчаткой пищи, как бобовые растения, фрукты, овощи и цельные зерна, и рост потребления переработанных продуктов, которые зачастую являются высококалорийными, содержат большое количество жиров, сахара и соли (9), а также ассоциируются с повышенными темпами прибавки в весе и возникновению НИЗ. В частности, было убедительно продемонстрировано, что получаемые промышленным способом *транс*-жирные кислоты (ТЖК) и натрий повышают риск развития сердечно-сосудистых заболеваний (10). ВОЗ отстаивает идею полного изъятия ТЖК из глобальной системы продовольственного снабжения (10), и государственные органы в нескольких странах реализовали эффективные механизмы запрета или нормирования их использования (11). ВОЗ также призывает добиваться значительного сокращения поступления натрия в организм (12). Потребляемый с пищей натрий главным образом содержится в соли, добавляемой при приготовлении и кулинарной обработке пищевых продуктов, или в готовой к употреблению пище, и инициативы по снижению уровней его поступления проявляются в трех основных формах: изменение рецептуры блюд, повышение уровня осведомленности населения и введение четких правил оформления этикеток на пищевых продуктах. Согласно рекомендациям ВОЗ, взрослое население не должно потреблять более 2 г натрия в сутки, что соответствует 5 г соли (хлорида натрия) в день, чтобы снижать артериальное давление и минимизировать риск развития сердечно-сосудистой патологии (13). Тем не менее, в большинстве стран, по которым имеются свежие данные, потребление натрия в рационе питания намного больше (14). Поступление калия (очередного важнейшего нутриента) находится в обратной зависимости от давления крови, и для снижения риска сердечно-сосудистых заболеваний ВОЗ рекомендует минимальное ежедневное потребление в пределах 3510 мг (15).

По Кыргызстану имеется не так много данных о состоянии питания, представлениях о правильном питании и составе пищевых продуктов. Несмотря на это результаты репрезентативных выборочных обследований (1) свидетельствуют об устойчивом росте распространенности избыточной массы тела и ожирения, особенно в городских районах, тогда

как распространенность недостаточности питания в детском возрасте (включая случаи истощения и задержки роста) стала снижаться или стабилизировалась. В ответ на сделанные выводы о том, что 74% населения потребляет менее пяти порций фруктов и овощей в день (5), по решению Правительства в Кыргызстане проводится национальная программа профилактики НИЗ и борьбы с ними на период 2013–2020 гг., которая предусматривает поощрение здорового рациона питания и мер по снижению распространенности избыточной массы тела и ожирения на всех этапах жизни. Целью национального плана действий в области продовольственной безопасности и питания является обеспечение условий для здорового питания и профилактики ожирения, особенно у детей школьного возраста. Поэтому, роль нездорового питания как одного из главных факторов риска по развитию НИЗ непосредственно связана с проблемами в сфере пищевых продуктов и питания в стране. Власти Кыргызстана также участвуют в деятельности учреждений системы Организации Объединенных Наций в рамках таких международных сетей, как «Всемирное движение за улучшение качества питания».

Уличная еда в Бишкеке

ФАО предложила следующее определение понятия «уличная еда»: «готовые к употреблению пищевые продукты и напитки, приготовляемые и/или реализуемые частными торговцами или лоточниками, особенно на улицах и в других аналогичных местах» (16). Уличная еда представляет собой социально-культурный и экономический феномен, типичный для городского населения, в то время как образ жизни постепенно становится малоподвижным, а время, уделяемое приготовлению пищи в домашних условиях, заметно сокращается (17). Уличная еда может быть важным дополнением к повседневному пищевому рациону, в частности в странах, где не так много супермаркетов и магазинов (18). Ей также принадлежит важная роль не только в защите интересов местного населения, поскольку она способствует обеспечению доступности богатых клетчаткой и микронутриентами продуктов питания (фруктов и овощей), но и в сохранении традиционных блюд и режимов питания. Вместе с тем, покупаемые у уличных торговцев пищевые продукты могут быть значительно более высококалорийными и питательными, хотя этот аспект еще не анализировался в полной мере (19). В связи с этим необходимо уделять более пристальное внимание питательному качеству пищи, предлагаемой уличными торговцами и продуктовыми рынками.

Изменения в режимах питания на популяционном уровне, скорее всего, определяют характеристику среды питания на улицах городов, что, в свою очередь, может повлиять на формирование пищевых привычек. Поэтому, при профилактике НИЗ очень важно иметь полное представление и проводить мониторинг особенностей спроса и предложения уличной еды. Большинство научных исследований в странах с низким и средним уровнем дохода были ориентированы на изучение аспектов гигиены и продовольственной безопасности (19), и мало что было известно о питательной ценности уличной еды. В Кыргызстане, данные рутинного эпиднадзора или информация о питательном составе продуктов питания и пищевых привычках, включая характеристики уличной еды, зачастую являются отрывочными.

Уличная торговля всегда была хорошо развита в этом регионе мира, и, как правило, сосредоточена на типичных базарах в странах Центральной Азии. В Кыргызстане пищевые и гастрономические предпочтения отражают мультикультурный состав проживающих там людей, которые странствовали по маршрутам Шелкового пути и вносили свой вклад в кулинарное разнообразие (20). Как и в случае других вариантов среды уличного питания, помимо очевидного большого выбора традиционных блюд все более распространенными становятся новые ингредиенты и продовольственные товары, выпускаемые крупными предприятиями пищевой промышленности (21).

В отличие от некоторых других стран, где уже состоялись научные проекты по изучению уличной еды (22), в собственности большинства торговцев уличной едой в Бишкеке находятся полустационарные или стационарные торговые точки непосредственно на территории городских рынков или поблизости от них. Несколько из таких продуктовых рынков являются довольно крупными, тогда как на других базируется 100–150 частных торговцев. К наиболее популярным продуктам питания относятся традиционные изделия домашнего приготовления, многие разновидности хлебобулочных изделий и традиционные кыргызские блюда из лапши. В Бишкеке представлен широкий ассортимент корейских салатов, что служит отражением типичного для Кыргызстана культурного разнообразия. В продаже также имеются напитки местного производства.

Задачи

Цель этого исследования состояла в том, чтобы охарактеризовать среду питания на улицах города Бишкек. Конкретные задачи заключались в следующем:

- представить описание особенностей торговых точек;
- охарактеризовать пищевые продукты, предлагаемые на отобранных торговых точках; и
- оценить содержание ТЖК, натрия и калия в готовых к употреблению пищевых продуктах без учета фруктов, продаваемых на улицах.

Методы

Комплексная оценка торговых точек уличной еды проводилась в Бишкеке в период с 6 июня по 21 июля 2016 года. Протокол исследования был разработан Университетом Порту во взаимодействии с Европейским региональным бюро ВОЗ и одобрен Комитетом по этике при Институте общественного здоровья Университета Порту.

Специалисты Регионального бюро и консультанты наняли местных научных сотрудников и организовали для них 5-дневный курс обучения методам анкетирования. На курсе прошло обучение восемь женщин и двое мужчин. Программа курса предусматривала чтение лекций, рассмотрение наглядных примеров, отработку навыков анкетирования в целях предварительного тестирования стандартной формы для сбора данных в рабочем кабинете и в процессе пилотного исследования, проведенного на одном из городских рынков, который не вошел в состав выборки для основного исследования.

Торговые точки уличной еды и предлагаемые пищевые продукты

Критерии соответствия

Мы руководствовались предложенным ФАО определением понятия уличной еды (16), которая включает в себя не только готовые к употреблению продукты (например, сэндвичи и салаты) или приготовленную на кухне пищу (например, вареные яйца, традиционные блюда), но и сырые продукты для немедленного потребления (например, фрукты, орехи), причем даже в тех случаях, когда эти продукты иногда закупались для последующего потребления (например, дома или на работе).

К отвечающим критериям торговым точкам были отнесены такие, которые реализовывали готовую к употреблению пищу, в том числе напитки и снеки, на любом месте, за исключением постоянно действующих торговых предприятий или объектов с четырьмя стенами, которые не продавали еду прямо на улице и функционировали в пределах заданного периметра. Среди соответствующих критериям были как передвижные точки сбыта продукции, так и продавцы полустационарных или стационарных торговых точек. Торговые точки, которые предлагали свежие фрукты без кулинарной обработки, не отвечали принятым критериям.

Формирование выборки из торговых точек

Поскольку торговые точки в основном находились на рынках и прилегающих к ним территориях, мы приступили к формированию выборки и составлению списка всех открытых рынков в Бишкеке (табл. 1) на основании информации, предоставленной местными властями и полученной в ходе предварительного полевого визита. Методом случайной выборки было отобрано 10 рынков из 19 включенных в список, что соответствовало примерно 50% от всех рынков в Бишкеке. В составе выборки оказались три района (Ленинский, Первомайский и Свердловский), в которых на пяти рынках из одиннадцати в основном предлагались продукты питания, а на пяти из восьми торговали как продовольственными, так и непродовольственными товарами.

Таблица 1. Рынки в Бишкеке, где можно купить готовую еду

Название	Район	Адрес	Типы реализуемых товаров
Ош-базар	Первомайский	ул. Бейшеналиева 20	Продукты питания и разное
Орто-Сай	Октябрьский	7-й микрорайон, ул. Жукеева-Пудовкина	Продукты питания и разное
Аламедин	Свердловский	ул. Жибек-Жолу 150	Продукты питания и разное
Чынар	Свердловский	ул. Ауэзова 11	В основном продукты питания
Дордой-Дыйкан	Первомайский	ул. Ден Сяопина 308	Продукты питания и разное
Дордой	Свердловский	ул. Ибраимова 115	Продукты питания и разное
Тилек	Октябрьский	9-й микрорайон	В основном продукты питания
Асанбай	Октябрьский	Микрорайон Асанбай	В основном продукты питания
Азиз-Баят	Первомайский	ул. Махатмы Ганди 201	Продукты питания (Азиз) / оптовый рынок (Баят)
Жумушчу	Ленинский	ул. Гагарина / Некрасова 74	В основном продукты питания
Берекет-Универсал	Ленинский	ул. Киевская / Кулиева	Продукты питания и разное
Боорукер	Ленинский	ул. Ден Сяопина 10	В основном продукты питания
Чолпон	Свердловский	Микрорайон «Аламедин-1», ул. Кольбаева	В основном продукты питания
Улар	Свердловский	Микрорайон «Восток-5»	В основном продукты питания
Ак-Эмир	Свердловский	ул. Московская 78/1	В основном продукты питания
Таалай	Свердловский	просп. Чуй 117 / ул. Т. Айтманова	В основном продукты питания
Адур	Свердловский	ул. Хвойная 64	В основном продукты питания
Алмалуу	Свердловский	ул. Осмонкулова / ул. Ж. Жолу	В основном продукты питания
Кок-Сай	Первомайский	ул. Орозбекова	Продукты питания и строительные материалы

Отобранные рынки выделены жирным шрифтом.

Для каждого рынка мы определили 500-метровую зону вокруг его центра в качестве обследуемой территории.

Оценка рынков проводилась в течение многих дней подряд в том же порядке, в каком они упомянуты в табл. 1. При проведении опросов на каждом обследуемом участке в поисках торговцев уличной едой полевые исследователи работали попарно, проходя на территорию рынка через главный вход и двигаясь по любой доступной для посетителей улице в пределах обозначенной зоны. По окончании сбора сведений на всей территории рынка они переходили к окрестностям, включенным в обследуемую зону. После регистрации GPS-координат каждой торговой точки они подходили к продавцам, поясняли задачи исследования и порядок действий и просили дать принципиальное устное согласие на участие в сборе данных. Если торговец соглашался, интервьюеры приступали к заполнению структурированного опросника (примерно в течение 10 мин) о торговле продуктами питания и предлагаемом ассортименте еды. В случае рынков, на территории которых было больше 100 торговых точек, отвечающих критериям, систематической оценке подлежала каждая вторая точка несмотря на то, что на карту были нанесены все точки сбыта продукции. В общей сложности, из 1220 частных торговцев уличной едой, которые соответствовали критериям, предложения об участии в проекте получили 608 продавцов, из которых свое согласие дали 600 человек (при 98,7% уровне заинтересованности в участии).

Во избежание повторного опроса того же продавца и в целях удобного распознавания ранее опрошенных торговцев на месте нахождения торговой точки фиксировалась наклейка с логотипом научного проекта наряду с согласием торговца. Исследователям были даны указания реагировать на любые вопросы, задаваемые продавцами по поводу целей исследования, и на такой случай всегда были под рукой листовки, рассказывающие о проводимом обследовании.

Характеристика торговых точек и предлагаемой пищи

Собранные путем непосредственного наблюдения данные включали в себя определенные характеристики не только продавцов продовольственных товаров (напр., по признаку пола и форме собственности), но и торговых точек в зависимости от того, являлись ли они передвижными или стационарными, а также от их принадлежности к тому или иному типу (напр., торговое место, автофургон или охладитель). Сведения о предпринимательской деятельности (напр., рабочие дни, число работающих по найму, доступ к чистой воде и электроснабжению) фиксировались путем прямых наблюдений и в процессе личных бесед с торговцами.

Помимо этого, проводился сбор данных о предлагаемом ассортименте готовых к употреблению продуктов питания (напр., тип пищевых продуктов, размер порций, процесс приготовления еды и ее упаковка). Типы продуктов подразделялись на следующие категории:

- фрукты: сырые свежие или сушеные продукты,
- продовольственные товары, исключая фрукты: все продукты питания без учета фруктов и напитков; и
- напитки: любые алкогольные или безалкогольные.

Далее продовольственные товары, не считая фрукты и напитки, классифицировались как пищевые продукты домашнего приготовления (прошедшие кулинарную обработку и/или приготовленные в домашних условиях или на улице даже тогда, когда использовались фабричные ингредиенты) или фабричного производства (выпущенные пищевой промышленностью и реализуемые в неизменном виде). Напитки включали в себя такие категории, как безалкогольные напитки, питьевая вода, напитки на основе фруктовых соков, свежевыжатые фруктовые соки, молоко, алкогольные напитки, энергетические напитки, кофе, чай и другие напитки.

Анализ уличной еды

Отбор, сбор и обработка проб пищевых продуктов

По окончании характеристики торговых точек и предлагаемого ассортимента еды на анализ были взяты по четыре пробы каждого из 20 наиболее популярных пищевых продуктов домашнего приготовления и каждого из 10 наиболее востребованных продовольственных товаров фабричного производства, включая традиционные напитки неизвестного состава, и, в конечном итоге, суммарное количество образцов составило 120. Анализ обычных напитков с известным питательным составом, в частности кофе, чай, молоко и безалкогольные напитки, не проводился. Собранные пробы соответствовали одной единице или обычно продаваемой порции. Пробы пищи, реализуемой в маленьких порциях (напр., небольшие снеки, печенье), состояли из более одной порции, соответствуя обычной модели потребления или закупки продуктов. Примеры образцов каждого из отобранных продуктов питания показаны в приложениях.

При формировании выборок отобранные продукты домашнего приготовления составлялись в наборы из пяти изделий (A, B, C, D и E), тогда как продукты фабричного производства составлялись в наборы из двух изделий (F, G, H, I и J), и каждый набор продуктов комплектовали с четырех разных торговых точек (табл. 2).

Сбор образцов пищевых продуктов, состоящих из двух наборов еды домашнего приготовления и двух наборов изделий фабричного производства, осуществлялся на каждом рынке в течение 10 дней подряд, включая выходные дни, начиная с того рынка, на котором торговало наименьшее число продавцов, отвечающих принятым критериям (табл. 3). Ежедневно обеспечивался сбор 12 образцов разных продуктов питания, чтобы довести их суммарное количество до 120.

Таблица 2. Стандартное определение наборов проб продуктов питания

Еда домашнего приготовления		Еда фабричного производства		Еда домашнего приготовления		Еда фабричного производства	
Набор	Набор	Набор	Набор	Набор	Набор	Набор	Набор
1	A	1	F	13	D		
2		2		14			
3		3	G	15			
4		4		16			
5	B	5	H	17	E		
6		6		18			
7		7	I	19			
8		8		20			
9	C	9	J				
10		10					
11							
12							

Таблица 3. Схема рандомизации проб продуктов питания

День	Рынок	Еда домашнего приготовления		Еда фабричного производства	
		Набор	Набор	Набор	Набор
1	Азиз-Баят	A	B	F	G
2	Жумушчу	C	D	H	I
3	Алмалуу	E	A	J	F
4	Чолпон	B	C	G	H
5	Кок-Сай	D	E	I	J
6	Чынар	A	B	F	G
7	Ак-Эмир	C	D	H	I
8	Берекет-Универсал	E	A	J	F
9	Аламедин	B	C	G	H
10	Дордой	D	E	I	J

Торговые точки, на которых проводился сбор образцов пищевых продуктов, отбирались по принципу случайно выбранного маршрута следования, начиная от наугад взятых GPS-координат в каждой обследуемой территории, от которых исследователи двигались в северном направлении, затем по часовой стрелке поворачивали на восток, продолжали свой путь по южной и западной стороне вплоть до границ изучаемой зоны или до физического препятствия (напр., стены или канала), пока они не доходили до торговых точек, на которых продавались отобранные продовольственные товары. На каждом рынке и в любой день сбора образцов от одного продавца бралась только одна проба пищевого продукта, причем сначала подбирались наиболее востребованные изделия.

Четыре репрезентативные аликвоты каждой пробы проходили гомогенизацию или подвергались механическому измельчению, взвешивались и отдельно упаковывались в промаркированные контейнеры из жесткого пластика. В запечатанном виде каждый контейнер снова взвешивался и ставился на хранение в морозильник (при температуре -18°C) до момента проведения анализа. Перед началом анализа готовые пробы размораживались, и их вес сравнивали с тем, что был до замораживания, чтобы выявить потерю влаги в период хранения и транспортировки. Затем они гомогенизировались и анализировались на содержание ТЖК, натрия и калия. В целях анализа ТЖК жировая фракция экстрагировалась из пищи с помощью органических растворителей, а какая-то часть преобразовывалась в сложные метиловые эфиры жирных кислот и сепарировалась путем газовой хроматографии,

как описано в литературе (23). Содержание натрия и калия анализировалось с помощью пламенной фотометрии по методу Vieira et al. (24).

Статистический анализ

Проводилась общая характеристика среды питания на улицах города с распределением по району и на примере 10 продуктовых рынков с помощью методов описательной статистики и пространственного анализа. Местоположение торговых точек наносилось на карту, а их характеристики, равно как и специфика реализуемых ими продуктов питания, отображены в виде процентного соотношения.

Питательный состав каждого продовольственного товара представлен в виде средней величины и диапазона значений по содержанию ТЖК, натрия и калия из расчета на одну порцию и в качестве среднего вклада в рекомендуемую суточную норму потребления каждого нутриента. Здесь же даны средние размеры порции, рассчитанные на основании средних индивидуальных порций каждого отобранного продукта питания.

Результаты

Распределение отобранных рынков и торговых точек

На рис. 1 показано распределение отобранных рынков и уличных точек торговли продуктами питания в Бишкеке. На рис. 2–11 отображена 500-метровая зона по каждому рынку наряду с отобранными там же торговыми точками. В пределах каждого рынка распределение торговых точек зависело от конфигурации и типа рынка и варьировало от их преимущественного расположения на конкретных участках, как например, на рынках Алмалуу, Ак-Эмир, Чолпон и Жумушчу, до рассредоточения на большой территории, в частности на продуктовых рынках Аламедин, Азиз-Баят, Берекет-Универсал, Чынар, Дордой и Кок-Сай.



Рис. 1. Отобранные рынки и уличные торговые точки продуктами питания в Бишкеке

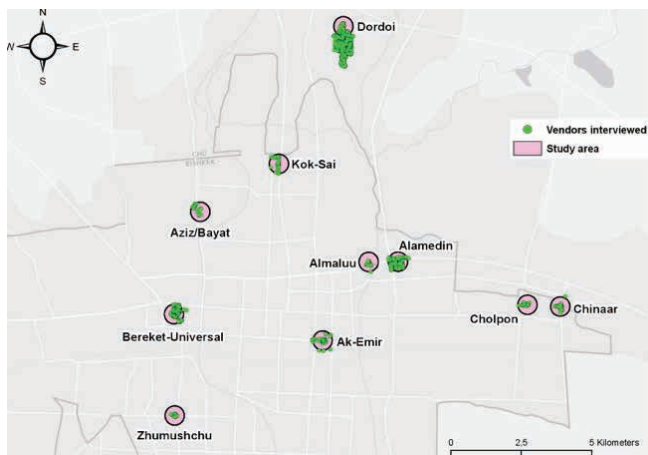


Рис. 4. Результаты оценки зоны продуктового рынка Дордой и уличных торговых точек продуктами питания

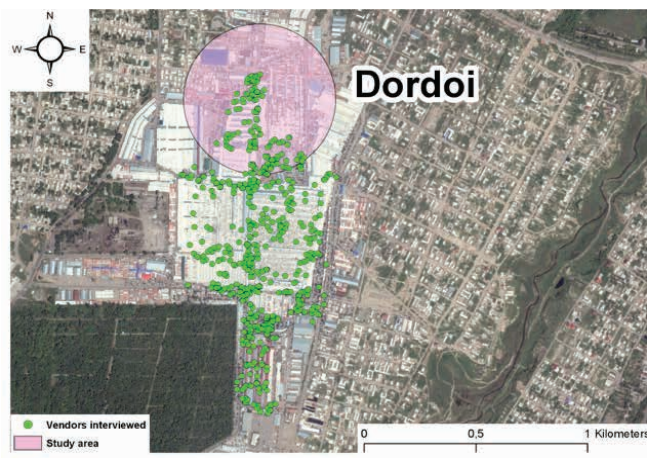


Рис. 2. Результаты оценки зоны продуктового рынка Аламедин и уличных торговых точек продуктами питания

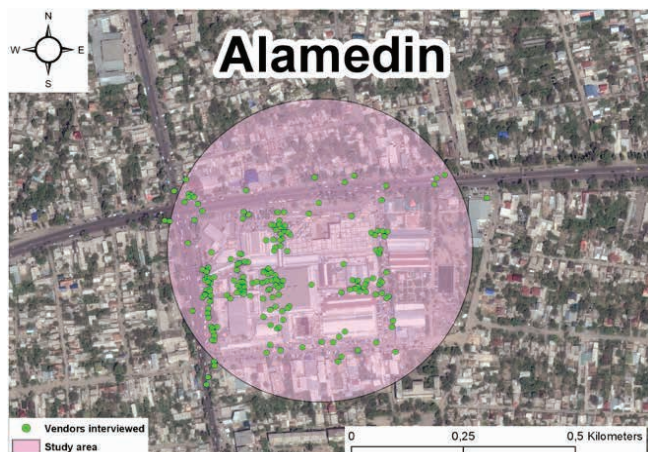


Рис. 5. Результаты оценки зоны продуктового рынка Азиз-Баят и уличных торговых точек продуктами питания

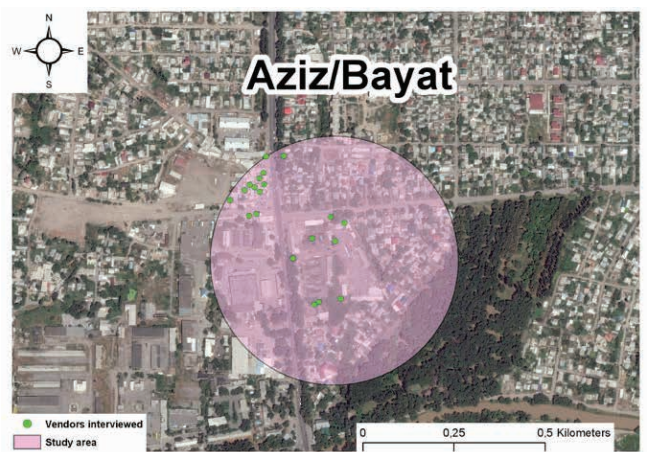


Рис. 3. Результаты оценки зоны продуктового рынка Чынар и уличных торговых точек продуктами питания

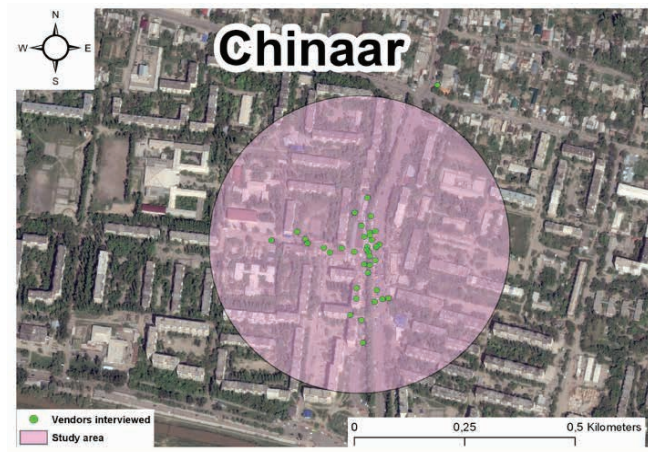


Рис. 6. Результаты оценки зоны продуктового рынка Жумушчу и уличных торговых точек продуктами питания

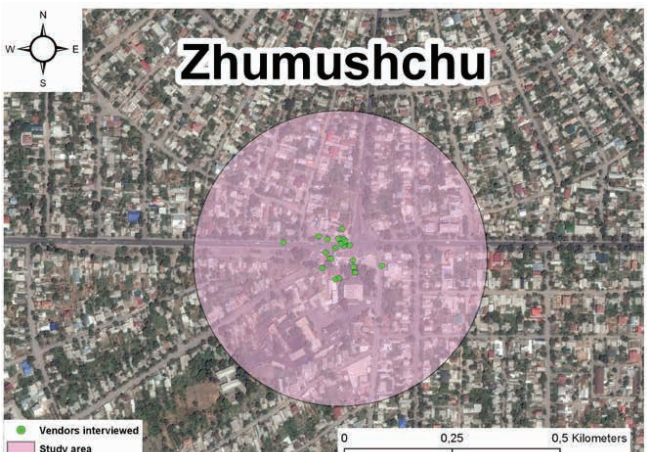


Рис. 7. Результаты оценки зоны продуктового рынка Берекет-Универсал и уличных торговых точек продуктами питания

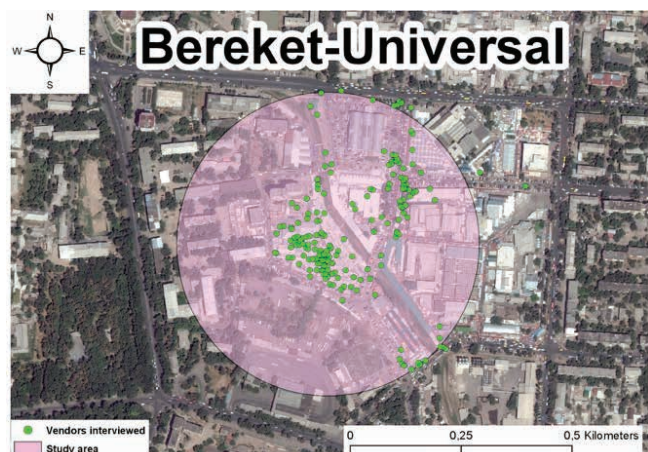


Рис. 8. Результаты оценки зоны продуктового рынка Чолпон и уличных торговых точек продуктами питания

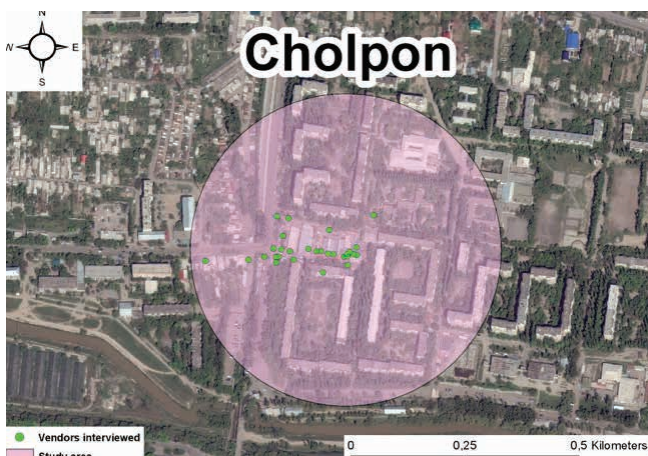


Рис. 9. Результаты оценки зоны продуктового рынка Ак-Эмир и уличных торговых точек продуктами питания

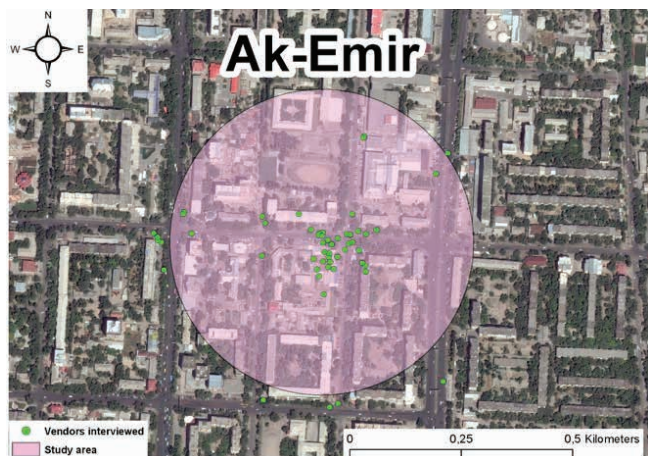


Рис. 10. Результаты оценки зоны продуктового рынка Алмалуу и уличных торговых точек продуктами питания

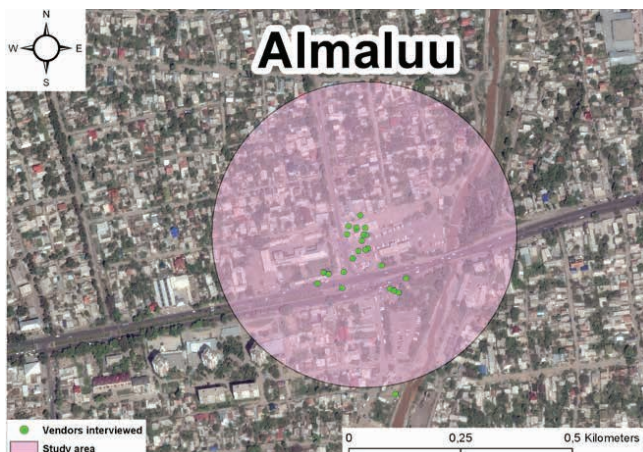
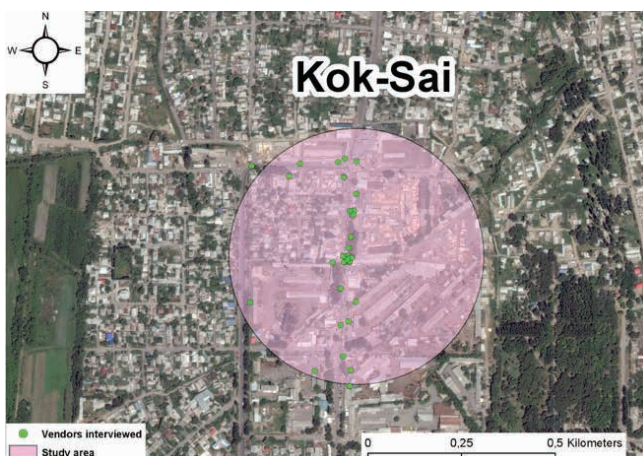


Рис. 11. Результаты оценки зоны продуктового рынка Кок-Сай и уличных торговых точек продуктами питания



Характеристики частных торговцев и торговых точек

Характеристики продавцов продуктов питания для уличной торговли приведены в табл. 4. Большинство составили женщины (77,8%), которые работали на стационарных точках продаж (72,7%) и являлись собственниками своего бизнеса (54,5%). Основная доля опрошенных уличных торговцев продовольственными товарами приходилась на Свердловский район (78,0%).

Таблица 4. Характеристики уличных торговых точек продуктов питания в целом и с распределением по району города

Характеристика	Всего (%)	Порайонно (%)		
		Ленинский (n = 106)	Первомайский (n = 26)	Свердловский (n = 468)
Пол				
Женский	77,8	79,2	69,2	78,0
Мужской	22,2	20,8	30,8	22,0
Тип торговой точки				
Стационарная	72,7	84,0	92,3	69,0
Передвижная	27,3	16,0	7,7	31,0
Владелец				
Да	54,5	50,0	38,5	56,4
Нет	45,5	50,0	61,5	43,6

Стационарные торговые точки (72,7%; n = 436) были нескольких типов (табл. 5). Наиболее распространенным вариантом в общем списке был стенд, ларёк или палатка (35,3%), после которого значился *дукони* (23,2%) – ресторан, предлагающий традиционную продукцию фаст-фуда прямо на улице через открытое окно. Стенд, ларёк или палатка оказывались наиболее популярными в каждом районе (в Ленинском – 53,9% и в Свердловском – 31,3%), за исключением Первомайского района (20,8%), где чаще других вариантов попадалась точка обслуживания со столом и стульями для посетителей (37,5%).

Таблица 5. Физические характеристики стационарных торговых точек в целом и с распределением по району города

Характеристика	Всего (%)	Порайонно (%)		
		Ленинский (n = 89)	Первомайский (n = 24)	Свердловский (n = 323)
Стенд, ларёк или палатка	35,3	53,9	20,8	31,3
<i>Дукони</i> ^а	23,2	10,1	33,3	26,0
Столы со стульями для посетителей	19,0	18,0	37,5	18,0
Охладитель ^б	8,7	11,2	0,0	8,7
Прилавок с лотком	7,3	3,4	0,0	9,0
Ручная тележка	3,7	3,4	0,0	4,0
Фургон	2,1	0,0	0,0	2,8
<i>Тандыр</i> ^с	0,7	0,0	8,3	0,3

^аРесторан, предлагающий традиционную продукцию фаст-фуда прямо на улице через открытое окно.

^бНа таких торговых точках обычно продается мороженое, лимонад и другие охлаждающие напитки.

^сГлиняная печь-жаровня на дровах или древесном угле.

Практически все частные торговцы уличной едой имели возможность пользоваться санитарными удобствами (97,2%), и в случае 95,5% стационарных точек продаж был доступ к чистой воде. По результатам опроса продавцов стационарных пунктов продаж о том, где они обычно моют руки в течение рабочего дня, 78,9% из них назвали «ванную комнату» и 16,7% – «умывальник». Шесть продавцов сообщили, что у них не предусмотрено место для мытья рук. Доступ к электроснабжению имел место согласно сообщениям 7 из каждых 10 владельцев стационарных торговых точек. Большинство продавцов сказали, что торговали продуктами питания в течение всех дней недели (82,8%), на протяжении всех четырех времен года (71,6%) и в любую погоду (74,5%).

Характеристики предлагаемой уличной еды

На торговых точках фрукты продавались в случае 4,4% (в том числе 2,4% – на передвижных и 5,1% – на стационарных точках), а напитки были в продаже в случае 61,6% точек (в том числе 59,8% – на передвижных и 62,3% – на стационарных). Продукты питания без учета фруктов были доступны в случае 85,5% торговых точек (в том числе 90,2% – на передвижных и 83,7% – на стационарных). Структура распределения продуктов уличной еды в каждом районе была аналогична общей структуре распределения (табл. 6). Торговые места, на которых предлагали изделия исключительно домашнего приготовления, встречались чаще (64,1% – на передвижных и 53,8% – на стационарных), чем те, что реализовывали лишь продукты фабричного производства (13,1% – на передвижных и 23,1% – на стационарных). Пицца как домашнего приготовления, так и фабричного производства продавалась в случае 22,8% передвижных и 23,1% стационарных точек продаж. Ассортимент продуктов был разным в зависимости от того или иного района. Если в Первомайском районе 4,6% пунктов продаж торговали продуктами исключительно фабричного производства и 81,8% – только едой домашнего приготовления, то на Ленинский район приходилась наименьшая доля точек, реализовавших только продукты домашнего приготовления (39,8%), и наибольший процент пунктов, торговавших исключительно продовольственными товарами фабричного производства (25,3%).

Таблица 6. Еда, предлагаемая уличными торговыми точками продуктами питания с распределением по типу частной торговли и району города

Предлагаемая еда	Всего (%)			Порайонно (%)	
	Передвижной (n = 164)	Стационарный (n = 436)	Ленинский (n = 106)	Первомайский (n = 26)	Свердловский (n = 468)
Фрукты	2,4	5,1	2,8	3,8	4,7
Еда помимо фруктов	90,2	83,7	80,2	84,6	86,8
Фабричного производства	13,1	23,1	25,3	4,6	19,8
Домашнего приготовления	64,1	53,8	39,8	81,8	59,3
Домашнего приготовления и фабричного производства	22,8	23,1	34,9	13,6	20,9
Напитки	59,8	62,3	57,6	57,7	62,7

Среди наиболее востребованных продуктов питания домашнего приготовления, реализуемых на улицах Бишкека, были такие блюда, как *самса* (28,5%), *курут* (20,8%), *пирожки* (22,7%) и пирожки с сосиской (12,7%). В табл. 7 приведены основные данные о приготовлении, упаковке и температуре хранения этих продуктов питания. *Самсу* и пирожки с сосиской, как правило, готовили в тот же день на всех торговых точках, тогда как *пирожки* обычно выпекали за 1 день (98,0%), а *курут* – более чем за 2 дня (90,4%) до реализации. В целом, основную долю перечисленных продуктов питания готовили прямо на торговых точках (в диапазоне от 60,6% в случае пирожков с сосиской до 74,0% в случае *самсы*), тогда как *курут* зачастую продавали у другого частного торговца или в другом магазине (84,6%). Большинство собственников стационарных точек торговали продуктами питания, изготовленными наемными сотрудниками (в диапазоне от 9,6% в случае *курута* до 88,0% в случае *пирожков*), и в распакованном виде (в диапазоне от 76,9% в случае *курута* до 90,9% в случае пирожков с сосиской). Как правило, готовые продукты хранились при комнатной температуре (в диапазоне от 53,4% в случае *самсы* до 100% в случае *курута*).

Таблица 7. Характеристики подвыборки наиболее востребованных пищевых продуктов домашнего приготовления, предлагаемых стационарными торговыми точками

Характеристика (n, %)	Самса ^а (n = 73)	Курут ^а (n = 52)	Пирожки ^а (n = 51)	Пирожок с сосиской (n = 33)
Дата приготовления				
Тот же день	73 (100)	1 (1,9)	1 (2,0)	33 (100,0)
За день до этого	–	–	50 (98,0)	–
За два дня до этого	–	4 (7,7)	–	–
Более чем за два дня до этого	–	47 (90,4)	–	–
Место приготовления				
На дому	1 (1,4)	8 (15,4)	3 (5,9)	–
На точке продажи	54 (74,0)	–	35 (68,6)	20 (60,6)
Как на дому, так и на точке продажи	14 (19,2)	–	1 (2,0)	–
Закуплено у другого продавца или в другом магазине	4 (5,5)	44 (84,6)	9 (17,6)	11 (33,3)
Ресторан или кафе	–	–	3 (5,9)	2 (6,1)
Изготовитель готовой еды				
Работающий по найму	60 (82,2)	5 (9,6)	44 (88,0)	28 (84,9)
Собственник	1 (1,4)	–	–	–
Родственники	3 (4,1)	3 (5,8)	1 (2,0)	1 (3,0)
Фабрика	2 (2,7)	1 (1,9)	–	1 (3,0)
Пекарня	–	–	–	–
Импорт	–	–	–	–
Не знаю	7 (9,6)	43 (82,7)	5 (10,0)	3 (9,1)
Упаковка				
Фабричная	–	–	–	–
Ручная	9 (12,3)	12 (23,1)	8 (15,7)	3 (9,1)
Никакой	64 (87,7)	40 (76,9)	43 (84,3)	30 (90,9)
Температура хранения на момент продажи				
В охлажденном виде	–	–	–	–
В подогретом виде	34 (46,6)	–	14 (27,4)	9 (27,3)
При комнатной температуре	39 (53,4)	52 (100)	37 (72,6)	24 (72,7)

^аТрадиционные снеки домашнего приготовления: *самса* (также известна как *самбуса* или *самоса*) – мясной фарш (баранина, говядина или курица) и овощи, запеченные в слоеном тесте или тесте для хлеба; *курут* – солоноватый продукт, полученный путем протирания или высушивания простокваши или йогурта; *пирожки* – выпечка на дрожжевом тесте, зачастую с мясной (обычно говядина) или овощной начинкой.

Напитки

В Бишкеке на стационарных и передвижных точках уличной торговли продуктами питания предлагались самые разные напитки (табл. 8). Наиболее востребованными были следующие напитки: чай (57,5%), безалкогольные напитки (56,2%), питьевая вода (43,3%) и кофе (33,7%). Покупателям предлагались и многие другие напитки, которые

в основном были представлены такими традиционными напитками, как *компот* (13,4%), *максым* (12,1%), *чалап* (9,9%), *айран* (3,0%) и *джарма* (2,5%). Алкогольные напитки можно было приобрести примерно на 1-й из 10 торговых точек. Бутилированная вода продавалась как на передвижных, так и на стационарных торговых местах (98,1%).

В Первомайском районе на воду и алкогольные напитки приходилось по 20,0% от суммарного объема реализуемых напитков. Другие типы напитков и молоко можно было чаще найти в продаже в Первомайском, чем в других районах (в случае 66,7% и 6,7% торговых точек, соответственно) (табл. 8).

Таблица 8. Типы напитков, предлагаемых стационарными торговыми точками в целом и с распределением по району города

Тип напитка (%)	Всего (%) (n=365)	Торговые точки, реализующие напитки, порайонно (%)		
		Ленинский (n = 60)	Первомайский (n = 15)	Свердловский (n = 290)
Чай	57,5	43,3	60,0	60,3
Безалкогольные напитки	56,2	50,0	40,0	58,3
Вода	43,3	41,7	20,0	44,8
Кофе	33,7	18,3	40,0	36,6
Напитки на основе фруктовых соков	33,2	30,0	20,0	34,5
Другие напитки ^а	26,9	26,7	66,7	24,8
<i>Компот</i>	13,4	8,3	26,7	13,8
<i>Максым</i>	12,1	16,7	66,7	8,3
<i>Чалап</i>	9,9	16,7	20,0	7,9
<i>Айран</i>	3,0	1,7	0,0	3,5
<i>Джарма</i>	2,5	0,0	6,7	2,8
Алкогольные напитки ^б	11,0	10,0	20,0	10,7
Энергетические напитки	3,6	3,3	0,0	3,8
Молоко	2,2	1,7	6,7	2,1
Свежевыжатые фруктовые соки	0,8	1,7	0,0	0,7

^а*Компот* – напиток домашнего приготовления, полученный путем отваривания фруктов в большом количестве воды, обычно с добавлением сахара или изюма; *максым* – газированный, полученный путем брожения напиток из хлебного злака, обычно солода (как правило, фабричного изготовления); *чалап* – кисломолочный напиток с добавлением соли и газированной воды; *айран* – кисломолочный напиток из овечьего молока; *джарма* – напиток домашнего приготовления, получаемый путем сбраживания пшеничной муки грубого помола.

^бВ эту категорию некоторых традиционных, слабоалкогольных напитков входит *квас* – напиток, полученный при брожении ржаного хлеба; *бозо* – алкогольный напиток, сделанный из варенных, перебродивших зерен проса; и *кумыс* – кисломолочный напиток из кобыльего молока.

Питательный состав уличных продуктов питания

Питательный состав 30 наиболее популярных продуктов питания, не считая фрукты, образцы которых были собраны на улицах Бишкека, представлен в табл. 9. Среди проанализированных продуктов питания были традиционные блюда и напитки, продукты быстрого приготовления, мучные кондитерские изделия и снеки. Уровни содержания ТЖК, натрия и калия колебались в значительных пределах при высоких концентрациях ТЖК и натрия в изделиях как фабричного, так и домашнего изготовления.

Среднее содержание ТЖК из расчета на одну порцию оказалось самым высоким в вафлях фабричного производства (3,78 г), домашних *мантах* (2,86 г), домашней *самсе* (1,57 г) и в домашних пирогах (0,76 г), что равнялось 170,4%, 128,9%, 70,8% и 34,6% от рекомендуемого максимального ежесуточного поступления, соответственно. Среднее

содержание ТЖК из расчета на одну порцию оказалось минимальным в фабричных панировочных сухарях (0,01 г), домашнем *компоте* (0,01 г), кукурузных початках домашнего приготовления (0,01 г) и хлебе домашней выпечки (0,01 г), что равнялось 0,7%, 0,6%, 0,4% и 0,4% от рекомендуемого максимального ежедневного поступления, соответственно.

Наибольшее среднее содержание натрия из расчета на одну порцию оказалось в следующих продуктах домашнего приготовления: *лагман* (1980 мг), *ашлямфу* (1687 мг), *манты* (1658 мг) и морковный салат (1400 мг), что равнялось 99,0%, 84,4%, 82,9% и 70,0% от рекомендуемого максимального ежедневного поступления, соответственно.

Наименьшее среднее содержание натрия из расчета на одну порцию было установлено в фабричной сдобной выпечке (65 мг), фабричном шоколаде (39 мг), фабричных снеках из зерен кукурузы (19 мг) и домашнем *компоте* (4 мг), что равнялось 3,3%, 1,9%, 0,9% и 0,2% от рекомендуемого максимального ежедневного поступления, соответственно. *Курут* – традиционный молочный продукт, в основном потребляемый детьми и молодыми людьми несколько раз в день, содержал 23 г натрия из расчета на одну порцию, что соответствовало 58,1% от рекомендуемого максимального ежедневного поступления.

Среднее содержание калия из расчета на одну порцию оказалось максимальным в таких продуктах домашнего приготовления, как *лагман* (645 мг), гамбургер (634 мг), кукурузный початок (571 мг) и *манты* (554 мг), что соответствовало 18,4%, 18,0%, 16,2% и 15,8% от рекомендуемого минимального ежедневного поступления. Среднее содержание калия из расчета на одну порцию было минимальным в следующих продовольственных товарах фабричного производства: *максим* (51 мг), рогалики с начинкой (47 мг), печенье (43 мг) и сдобная выпечка (38 мг), что соответствовало 1,5%, 1,3%, 1,2% и 1,1% от рекомендуемого минимального ежедневного поступления.

Полученные результаты говорят о том, что предлагаемый на улицах Бишкеке ассортимент продуктов питания не отвечает требованиям по своей питательной ценности. Например, в одной порции фабричных вафель или домашних *мант* содержание ТЖК превышает рекомендуемое максимальное ежедневное поступление последних. На одну порцию *мантов* также приходится 82,9% от максимального ежедневного поступления натрия. В традиционной сдобной выпечке и основных блюдах, равно как и в традиционных продуктах (напр., *лагмане*, *ашлямфу*, морковном салате) и пришедших с западных стран изделиях (напр., гамбургере, хот-дого), отмечалось высокое содержание натрия, что соответствовало более чем 50% от рекомендуемого максимального ежедневного поступления. В отличие от этого, в проанализированных образцах продуктов уличного питания процентное содержание калия, как правило, было на низком уровне по сравнению с его рекомендуемым ежедневным поступлением.

В целом, в проанализированных традиционных напитках (*чалане*, *максиме* и *компоте*) содержание ТЖК и калия было недостаточным, однако высокие уровни содержания натрия из расчета на одну порцию объемом 200 мл отмечались в проанализированных фабричных напитках, что соответствовало 25,0% (*максим*) и 32,9% (*чалан*) от рекомендуемого максимального ежедневного поступления этого нутриента.

Заключение и выводы для будущей политики

На улицах Бишкека есть масса возможностей для приобретения еды на всех продуктовых рынках города, которые удалось проанализировать. Из 600 опрошенных частных торговцев, отвечавших критериям отбора, большинство составили женщины, которые работали на стационарных торговых точках, будучи собственниками своего бизнеса. У большинства продавцов стационарных пунктов продаж был доступ к элементарным санитарным удобствам.

Фрукты продавались в случае 4,4% от всех уличных торговых точек продуктами питания, отвечавших критериям соответствия, тогда как продукты без учета фруктов можно было купить в случае 85,5% и напитки – 61,6% точек продаж. Несмотря на возможное недостаточно точное отражение степени доступности фруктов, так как пункты, торгующие только свежими фруктами без кулинарной обработки, не вошли в состав обследуемой выборки, обеспеченность городского населения Бишкека питательными, богатыми клетчаткой и источниками поступления

Таблица 9. Питательный состав образцов уличных продуктов питания, отобранных на продуктовых рынках Бишкека

Продукт питания	Средняя порция (г или мл)	ТЖК		Na		K	
		Среднее (мин-макс) г/порцию	% от рекомендуемой нормы	Среднее (мин-макс) мг/порцию	% от рекомендуемой нормы	Среднее (мин-макс) мг/порцию	% от рекомендуемой нормы
<i>Еда фабричного изготовления</i>							
Рогалики с начинкой	45	0,07 (0,02–0,15)	3,3	127 (5–381)	6,3	47 (37–65)	1,3
Чалап	200	0,08 (0,02–0,21)	3,8	658 (492–986)	32,9	79 (57–115)	2,2
Хрустящий картофель	23	0,02 (0,01–0,02)	0,8	98 (83–118)	4,9	189 (153–244)	5,4
Шоколад	42	0,47 (0,10–1,24)	21,5	39 (11–59)	1,9	84 (70–100)	2,4
Печенье	34	0,62 (0,01–1,10)	28,0	76 (4–136)	3,8	43 (31–53)	1,2
Снеки из зерен кукурузы	38	0,05 (0,02–0,08)	2,4	19 (9–41)	0,9	52 (25–68)	1,5
Панирочные сухари	34	0,01 (0,01–0,03)	0,7	434 (306–528)	21,7	70 (65–82)	2,0
Максым	200	0,02 (0,01–0,05)	1,1	500 (432–587)	25,0	51 (42–56)	1,5
Сдобная выпечка	34	0,19 (0,01–0,27)	9,0	65 (43–86)	3,3	38 (17–79)	1,1
Вафли	83	3,78 (0,25–8,30)	170,4	88 (33–139)	4,4	116 (88–144)	3,3
<i>Еда домашнего приготовления</i>							
Ашлямфу	520	0,12 (0,04–0,20)	5,4	1687 (913–2639)	84,4	301 (161–478)	8,6
Беляши	162	0,29 (0,17–0,45)	13,2	966 (798–1188)	48,3	190 (131–219)	5,4
Хлеб	120	0,01 (0,00–0,01)	0,4	720 (521–867)	36,0	135 (117–149)	3,9
Рогалики с начинкой	66	0,14 (0,01–0,29)	6,6	132 (115–157)	6,6	91 (63–116)	2,6
Пироги	170	0,76 (0,04–1,33)	34,6	490 (402–590)	24,5	148 (79–180)	4,2
Чебуреки	135	0,40 (0,26–0,58)	18,3	427 (295–532)	21,4	169 (130–190)	4,8
Кукуруза	278	0,01 (0,00–0,01)	0,4	561 (66–1848)	28,0	571 (380–645)	16,2
Гамбургер	245	0,69 (0,37–1,22)	31,3	1158 (786–1673)	57,9	634 (193–1187)	18,0
Хот-дог	283	0,44 (0,27–0,65)	19,9	1346 (1129–1858)	67,3	473 (368–632)	13,5
Кексы	75	0,15 (0,05–0,45)	7,1	203 (124–323)	10,2	78 (33–123)	2,2
Компот	200	0,01 (0,00–0,02)	0,6	4 (0–15)	0,2	82 (13–122)	2,3
Курут	23	0,06 (0,03–0,08)	2,7	1161 (822–1503)	58,1	71 (52–97)	2,0
Лагман	603	0,53 (0,12–1,31)	24,1	1980 (1135–2604)	99,0	645 (446–856)	18,4
Манты	430	2,86 (1,55–4,13)	128,9	1658 (1289–2199)	82,9	554 (481–650)	15,8
Пирожки	106	0,24 (0,12–0,40)	10,7	480 (141–905)	24,0	155 (90–218)	4,4
Овсянка	249	0,12 (0,06–0,16)	5,5	321 (241–411)	16,1	145 (98–164)	4,1
Салат (морковный)	212	0,06 (0,01–0,09)	3,0	1400 (741–2367)	70,0	544 (433–796)	15,5
Самса	176	1,57 (0,50–2,30)	70,8	861 (195–1424)	43,1	253 (120–407)	7,2
Сандвич	138	0,37 (0,14–0,49)	17,0	730 (443–962)	36,5	162 (107–223)	4,6
Пирожок с сосиской	103	0,11 (0,07–0,16)	5,1	568 (407–797)	28,4	124 (92–184)	3,5

Процентные отношения по рекомендуемым ВОЗ суточным нормам рассчитывались на основании среднесуточного поступления 2000 ккал в организм взрослого человека. Рекомендации ВОЗ таковы: ТЖК < 1% от суммарного потребления калорий/день (10); Na: < 2000 мг/день (13); K: ≥ 3510 мг/день (15).

калия продуктами, в частности фруктами и овощами, должно быть улучшено как на продуктовых рынках, так и на других точках продаж уличной еды.

На улицах можно было купить самые разные напитки, хотя наиболее доступными оказывались безалкогольные напитки в случае более 50% от всех точек, торгующих напитками; это говорит о постоянно растущем влиянии режимов питания, бытующих в странах Запада. Опасение вызывает высокое содержание сахара в безалкогольных напитках, что, как известно, является основным источником дополнительного содержания сахара в рационе питания в других странах (25) и предположительно способствует избыточной калорийности пищи и увеличению массы тела. ВОЗ рекомендует ограничивать поступление в организм свободных сахаров на протяжении всей жизни (25).

В системе уличной торговли продукты питания домашнего приготовления предлагались чаще, чем изделия фабричного производства. В списке из 30 продуктов, наиболее востребованных на улицах Бишкека, оказывались традиционные блюда и напитки, а также самые разные пироги, сдобная выпечка и снеки. Самые высокие уровни натрия были выявлены в еде домашнего приготовления и некоторых традиционных и западных домашних продуктах, которые более чем на 50% превышали рекомендуемый ежедневный уровень потребления натрия. Двумя блюдами из этой категории является морковный салат, который считается здоровой едой, и *курут* – традиционный молочный продукт, часто употребляемый детьми. Поэтому, необходимо повышать уровень осведомленности частных торговцев едой о вреде здоровью избыточного количества соли, добавляемой ими при кулинарной обработке и приготовлении пищи. Кроме того, значительные уровни содержания натрия были обнаружены в двух проанализированных традиционных напитках фабричного производства – *максыме* и *чалане*. Уровень содержания натрия в продуктах питания фабричного производства можно будет снизить через регулирование процедуры пересмотра их рецептуры. Высокие уровни ТЖК из расчета на одну порцию были выявлены в продуктах как домашнего, так и фабричного изготовления (напр., в вафлях, пирогах, *мантах*, *самсе*), которые иногда превышали максимальный ежедневный рекомендуемый уровень из расчета на одну порцию. Это тоже вызывает беспокойство, так как большую часть из таких продуктов потребляют неоднократно в течение дня, что, вероятно, обуславливает явное избыточное поступление веществ, оказывающих вредное воздействие на здоровье.

Полученные результаты указывают на то, что меры поощрения здорового питания должны стать одним из приоритетов, и они должны быть интегрированы в рамках более масштабных мероприятий в области продовольственной безопасности и питания в стране. Соль и ТЖК могут оказаться отправными моментами в этом долгосрочном процессе. Реальные политические шаги в направлении уличной среды питания, более благоприятной для здоровья, должны быть интегрированы в существующие программы, в частности, в национальную программу в отношении НИЗ и национальную программу в области продовольственной безопасности и питания, чтобы способствовать формированию здорового рациона питания и профилактике ожирения.

Таким образом, вниманию Кыргызстана могут быть предложены нижеперечисленные возможности в сфере политики.

В краткосрочной перспективе

- придание дополнительной значимости стимулированию здорового питания и профилактике ожирения в рамках существующих программ в отношении НИЗ, продовольственной безопасности и питания, обращая особое внимание на важность снижения уровней потребления соли, элиминации ТЖК и повышения поступления калия в организм;
- подключение к усилиям по распространению практики здорового питания других, смежных секторов, как например, здравоохранения и сельского хозяйства, как это рекомендовано в национальной программе в области продовольственной безопасности и питания;

В среднесрочной перспективе

- определение приоритетных действий в ответ на избыточное потребление соли и ТЖК и низкое содержание калия в продуктах питания, а также на такую широко распространенную проблему, как предложение подслащенных напитков. Такие действия могут включать в себя постановку целевых показателей и/или определение максимально допустимых уровней содержания соли в некоторых продуктах; введение

в законодательном порядке ограничений на содержание ТЖК и мониторинг соблюдения последних; совершенствование практики маркировки пищевых продуктов; ограничение доступности подслащенных напитков в непосредственной близости от школьных и других учебных заведений; увеличение потребления богатых калием продуктов питания через поощрение доступности бобовых блюд, фруктов и овощей; и

В долгосрочной перспективе

- расширение национального потенциала по мониторингу питательного состава продуктов и соблюдения нормативных требований, включая регулярное взятие проб и анализ отечественных и импортных продуктов питания.

Уменьшение содержания соли и ТЖК в готовых к употреблению пищевых продуктах, реализуемых на уличных торговых точках, по-видимому, потребует осуществления многостороннего подхода. Одно из направлений работы могло бы заключаться в усилиях по укреплению здоровья через санитарное просвещение торговцев уличной еды, чтобы они использовали меньше соли и отдавали предпочтение жирам, менее вредным для здоровья, а также в повышении уровня информированности населения о том, что такие продукты питания в избыточных количествах неблагоприятно влияют на здоровье. Вторым не менее важным средством, позволяющим изменить среду питания в Кыргызстане, является руководящая и регулирующая роль государственных органов страны. Правительство могло бы принять целевые ориентиры по снижению потребления соли, содержащейся в продуктах фабричного производства (например, в острых снеках, хлебе и напитках), через установление в законодательном порядке максимально допустимого содержания соли, как это уже сделано во многих странах, в том числе в Греции, Турции и Финляндии, и наиболее последовательно в таких странах, как Аргентина и Южная Африка (26). Такое нормирование будет распространяться на все продукты питания, поступающие на рынок, включая супермаркеты, и поэтому все участники рынка окажутся в равном положении. Это предписание будет соотноситься с пересмотром действующего законодательства, дополняя его в той части, которая касается продовольственной безопасности и питания, а также не будет противоречить другим инициативам, в частности, в деле йодирования соли.

Что же касается ТЖК в продуктах питания, то Кыргызстан в рамках своего членства в Евразийском экономическом союзе уже внедрил технический регламент относительно содержания жиров и растительных масел в пищевых продуктах, согласно которому к 2018 г. вводится запрет на содержание ТЖК свыше 2 г/100 г жира. Данное исследование говорит о необходимости достижения прогресса в решении этого вопроса, чтобы соответствовать требованиям, установленным к 2018 г., включая проведение обязательного повторного мониторинга после наступления указанного срока. Удачным примером использования возможностей для мониторинга соблюдения требований законодательства может служить Дания, которая в 2003 г. ввела запрет на содержание ТЖК в продуктах питания (27).

В целях создания условий для соблюдения установленных требований Правительство вправе рассмотреть меры по поощрению перехода предприятий пищевой промышленности, производителей и частных торговцев на использование более полезных для здоровья растительных масел. Уличные торговцы и мелкие производители чутко реагируют на уровень цен с учетом получаемой ими незначительной прибыли, и на выбор ими кулинарного жира цена, скорее всего, будет оказывать сильное влияние. Повышение физической и ценовой доступности более благоприятных для здоровья растительных масел, используемых уличными торговцами и производителями (напр., при жарке или приготовлении мучных изделий), могло бы существенным образом изменить пищевой рацион, как это имеет место в других контекстах (28). К примеру, в Сингапуре благодаря программе «Более здоровая еда с лотков» удалось улучшить ситуацию с наличием и доступностью более полезных для здоровья растительных масел через осуществление оптовых закупок и совершенствование логистики поставок этой продукции для уличной торговли. В свою очередь, это позволило частным торговцам не только снизить цены, но и переключиться на использование растительных масел, оказывающих более благоприятное влияние на здоровье (28). При этом за счет поддержки сектора агробизнеса в рамках программы в области продовольственной безопасности и питания можно было бы получить дополнительный экономический эффект.

Действующий в Кыргызстане порядок изложения сведений о питательных свойствах продуктов, приводимых на упаковках, можно было бы пересмотреть, чтобы наряду с перечнем ингредиентов на всех продовольственных товарах указывались данные о нутриентах, включая содержание натрия.

Такие стратегии требуют не только лидерства со стороны государственных органов, но и регулярного мониторинга. Немаловажным отправным моментом для снижения уровня содержания соли и элиминации ТЖК станет картирование местных поставщиков продуктов питания (напр., фирм-производителей растительных масел и жиров, используемых для свежеприготовленных блюд; фермеров, сбывающих свою продукцию в оптовую сеть; заводов, выпускающих хлеб, мучные и кондитерские изделия, острые снеки, напитки и готовые мясные блюда), чтобы добиться их вовлечения в процесс и отслеживать выполнение ими технических регламентов и методических рекомендаций. К примеру, картирование такого рода применялось в Индии в целях изучения факторов, мешающих или способствующих снижению уровней содержания ТЖК применительно к соблюдению курса действий Правительства (29). Помимо этого, контакты с международными поставщиками продуктов питания будут иметь большое значение, и предметом международных дискуссий должен быть питательный состав продуктов, потребляемых в пределах Евразийского экономического союза.

Все эти мероприятия позволят внести заметный вклад в формирование здорового рациона питания и профилактику ожирения в Кыргызстане. Национальные программы по НИЗ и продовольственной безопасности могут стать подходящими отправными моментами для проведения таких курсов действий и создадут предпосылки для многосекторальных действий – тем более что целый ряд министерств и ведомств уже подключились к проведению этих программ в жизнь.

Это исследование наглядно свидетельствует о значительных перспективах улучшения ситуации в связи с обеспечением питательной полноценности еды, предлагаемой на улицах Бишкека. Оно также акцентирует внимание на необходимости осуществления такой политики охраны здоровья, которая бы способствовала улучшению качественных свойств уличного питания, одновременно обеспечивая сохранение его культурологической и общественной функции в целях предотвращения в Кыргызстане алиментарно-зависимых НИЗ, а также любых других форм нарушения питания. Меры по регулированию производства и содействию доступности для населения безопасного, приемлемого по цене, сбалансированного и здорового уличного питания имеют важнейшее значение для профилактики НИЗ и преодоления связанных с этим различий в уровнях здоровья городских жителей.

В конце 2016 г. предварительные итоги данного исследования обсуждались в Бишкеке в формате совместного диалога по вопросам разработки политики между Министерством здравоохранения и Европейским региональным бюро ВОЗ. Следует надеяться, что этот доклад будет положен в основу проведения дальнейшей дискуссии, процессов наращивания потенциала и совершенствования политики в этом направлении.



Библиография

1. Медико-демографическое исследование Кыргызской Республики 2012 (МДИКР). Бишкек: Национальный статистический комитет и Министерство здравоохранения; Calverton (MD): ICF International; 2013 (<https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR283/FR283.pdf>, доступ открыт 21 августа 2017 г.).
2. Kyrgyzstan 2016. Washington DC: World Bank; 2016 (<http://data.worldbank.org/country/kyrgyz-republic>, доступ открыт 21 августа 2017 г.).
3. United Nations data retrieval system. New York (NY): United Nations; 2017 (<http://data.un.org/Data.aspx?d=POP&f=tableCode%3A240>, доступ открыт 21 августа 2017 г.).
4. Country health profile: Kyrgyzstan. Geneva: World Health Organization; 2015 (<http://www.who.int/countries/kgz/en/>, доступ открыт 21 августа 2017 г.).
5. STEPS Survey 2013: Kyrgyzstan fact sheet. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2013.
6. Улучшение показателей по неинфекционным заболеваниям: барьеры и возможности систем здравоохранения. Страновая оценка – Кыргызстан. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ; 2014.
7. Global burden of disease 2015. Seattle (WA): Institute for Health Metrics; 2017 (<https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>, доступ открыт 21 августа 2017 г.).
8. Europe and Central Asia. Regional overview of food insecurity. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2017.
9. Popkin BM. Contemporary nutritional transition: determinants of diet and its impact on body composition. *Proc Nutr Soc.* 2011;70:82–91.
10. Uauy R, Aro A, Clarke R, Ghafoorunissa, L'Abbe MR, Mozaffarian D et al. WHO scientific update on trans fatty acids: summary and conclusions. *Eur J Clin Nutr.* 2009;63(Suppl.2):S68–75.
11. Downs SM, Thow AM, Leeder SR. The effectiveness of policies for reducing dietary trans fat: a systematic review of the evidence. *Bull World Health Organ.* 2013;91:262–9.
12. The SHAKE technical package for salt reduction. Geneva: World Health Organization; 2016.
13. Guideline: sodium intake for adults and children. Geneva: World Health Organization; 2012. Исполнительное резюме Руководства о потреблении калия для взрослых и детей размещено на сайте: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/77986/9/WHO_NMH_NHD_13.1_rus.pdf?ua=1&ua=1
14. Mozaffarian D, Fahimi S, Singh GM, Micha R, Khatibzadeh S, Engell RE et al. Global sodium consumption and death from cardiovascular causes. *N Engl J Med.* 2014;371:624–34.
15. Guideline: potassium intake for adults and children. Geneva: World Health Organization, 2012.
16. Street foods. Report of an FAO expert consultation. *FAO Food Nutr Pap.* 1989;46:1–96.
17. Popkin BM. Urbanization, lifestyle changes and the nutrition transition. *World Dev.* 1999;27:1905–16.
18. Global food policy report. Washington DC: International Food Policy Research Institute; 2017.

19. Steyn NP, McHiza Z, Hill J, Davids YD, Venter I, Hinrichsen E et al. Nutritional contribution of street foods to the diet of people in developing countries: a systematic review. *Public Health Nutr.* 2014;17:1363–74.
20. Pirastu N, Robino A, Lanzara C, Athanasakis E, Esposito L, Tepper BJ et al. Genetics of food preferences: a first view from silk road populations. *J Food Sci.* 2012;77:S413–8.
21. Fellows P, Hilmi M. *Selling street and snack foods.* Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2011.
22. Gelormini M, Damasceno A, Lopes SA, Maló S, Chongole C, Muholove P et al. Street food environment in Maputo (STOOD map): a cross-sectional study in Mozambique. *JMIR Res Protocols.* 2015;4:e98.
23. *trans-Fatty acids in Portuguese food products.* Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2016.
24. Vieira E, Soares ME, Ferreira IMPLVO, Pinho O. Validation of a fast sample preparation procedure for quantification of sodium in bread by flame photometry. *Food AnalMeth.* 2012;5:430–4.
25. *Guideline: sugars intake for adults and children.* Geneva: World Health Organization; 2015. Исполнительное резюме Руководства по потреблению сахаров взрослыми и детьми размещено на сайте: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/155735/3/WHO_NMH_NHD_15.2_rus.pdf?ua=1&ua=1
26. Trieu K, Neal B, Hawkes C, Dunford E, Campbell N, Rodriguez-Fernandez R et al. Salt reduction initiatives around the world – a systematic review of progress towards the global target. *PLoS One.* 2015;10:e0130247.
27. *Danish data on trans fatty acids in foods.* Glostrup: Ministry of Food, Agriculture and Fisheries; 2014.
28. Hawkes C, Thow A, Downs S, Ling A, Ghosh-Jerath S, Snowdon W et al. Identifying effective food systems solutions for nutrition and noncommunicable diseases: creating policy coherence in the fats supply chain. *SCN News.* 2013;40:39-47.
29. Downs SM, Thow AM, Ghosh-Jerath S, Leeder SR. Identifying the barriers and opportunities for enhanced coherence between agriculture and public health policies: improving the fat supply in India. *Ecol Food Nutr.* 2015;54:603–24.

Приложение 1.

Образцы продуктов питания фабричного изготовления, собранные на уличных торговых точках в Бишкеке

Рогалик с начинкой



Чалап

Кисломолочный напиток с добавлением соли и газированной воды



Хрустящий картофель



<p>Шоколад</p>	
<p>Печенье</p>	
<p>Снеки из зерен кукурузы</p>	
<p>Сухарики</p>	
<p>Максым</p> <p>Газированный, полученный путем брожения напиток из хлебного злака, обычно солода</p>	

Пирожное

Сдобная выпечка







Вафли с шоколадной начинкой



Приложение 2.

Образцы продуктов питания домашнего приготовления, собранные на уличных торговых точках в Бишкеке

<p>Ашлямфу</p> <p>Традиционная мучная лапша с мелко нарезанными овощами и/или мясом, подаваемая в охлажденном или подогретом виде</p>	
<p>Беляши</p> <p>Традиционный пирог с мясом небольшого размера</p>	
<p>Лепёшка</p> <p>Хлеб</p>	
<p>Сдобная булочка</p>	

Сладкий пирог

Также известен как медовая
коврижка



Чебуреки

Традиционная выпечка из
пресного теста, обычно с
начинкой из рубленого мяса или
мясного фарша и острых приправ



Компот

Напиток домашнего
приготовления, полученный
путем отваривания фруктов
в большом количестве воды,
обычно с добавлением сахара
или изюма



Вареная кукуруза в початках



Гамбургер



Хот-дог



Кексы

Маффин



Курут

Солоноватый продукт, полученный путем протирания или высушивания простокваши или йогурта



Лагман

Традиционное блюдо из лапши с добавлением нарезанных кусочками перцев и других овощей, подаваемое с острым, кислым соусом



Манты

Отварное или приготовленное на пару блюдо из мелко нарезанного мяса (баранина или говядина) в тонко раскатанном тесте



Пирожок

Выпечка на дрожжевом тесте, зачастую с мясной (обычно говядина) или овощной начинкой



Овсянка



Морковный салат



Самса (самбуса или самоса)

Мясной фарш (баранина, говядина или курица) и овощи, запеченные в слоеном тесте или тесте для хлеба



Сандвич



Пирожок с сосиской



Европейское региональное бюро ВОЗ

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) – специализированное учреждение Организации Объединенных Наций, созданное в 1948 г., основная функция которого состоит в решении международных проблем здравоохранения и охраны здоровья населения. Европейское региональное бюро ВОЗ является одним из шести региональных бюро в различных частях земного шара, каждое из которых имеет свою собственную программу деятельности, направленную на решение конкретных проблем здравоохранения обслуживаемых ими стран.

Государства-члены

Австрия
Азербайджан
Албания
Андорра
Армения
Беларусь
Бельгия
Болгария
Босния и Герцеговина
Бывшая югославская Республика Македония
Венгрия
Германия
Греция
Грузия
Дания
Израиль
Ирландия
Исландия
Испания
Италия
Казахстан
Кипр
Кыргызстан
Латвия
Литва
Люксембург
Мальта
Монако
Нидерланды
Норвегия
Польша
Португалия
Республика Молдова
Российская Федерация
Румыния
Сан-Марино
Сербия
Словакия
Словения
Соединенное Королевство
Таджикистан
Туркменистан
Турция
Узбекистан
Украина
Финляндия
Франция
Хорватия
Черногория
Чешская Республика
Швейцария
Швеция
Эстония

Всемирная организация здравоохранения
Европейское региональное бюро
UN City, Marmorvej 51
DK-2100 Copenhagen O, Denmark
Тел.: +45 45 33 70 00; Факс: +45 45 33 70 01
Эл. адрес: euwhocontact@who.int
Веб-сайт: www.euro.who.int