

М.Я. БОМБА, Л.Я. ІВАШКІВ

Львівський інститут економіки та туризму
вул. Менцинського, 8, Львів, 79007, Україна

ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ ЯК СТРАТЕГІЧНИЙ РЕСУРС НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ

У статті розглянуто теоретичні та прикладні аспекти створення екологічно безпечних продуктів харчування. Проаналізовано екологічні проблеми їх виробництва в єдиному циклі: ґрунт — вода — продукт — людина. Окреслено пріоритетні напрями впровадження продуктів функціонального призначення в раціон різних верств населення, визначено категорії споживачів, які в першу чергу потребують здорового харчування.

Ключові слова: якість та безпека продуктів харчування, стан навколишнього природного середовища, національна безпека України.

На початку третього тисячоліття тема здорового харчування набуває дедалі більшої актуальності майже в усіх країнах світу і є одним із ключових аспектів взаємозв'язку людини з навколишнім природним середовищем. Однак сьогодні, за постійних змін навколишнього природного середовища, кількісних і якісних характеристик продуктів харчування, за умов ринку і такого способу діяльності людини, коли вона щораз більше відокремлюється від природи, ситуація в цій сфері різко погіршилася. Науковий підхід мав би переважати на всіх рівнях: освіта — наука — виробник — споживач, але й досі, на превеликий жаль, цього так і не вдалося досягти.

Така ситуація вкрай негативно позначилася на здоров'ї нашої нації. У зв'язку з цим в Україні як демократичній державі метою державотворення, всіх економічних і соціальних реформ, які проводять останнім часом, є поліпшення умов і рівня життя населення, у тому числі такої якісної інтегральної характеристики, як здорове довголіття

нації. За своєю значущістю здоров'я людини віднесено до переліку складників національної безпеки країни.

Нині як ніколи людина стає екологічно залежною від середовища свого існування — природного і соціального, а її здоров'я дедалі більше потерпає від природних і антропогенних чинників. Вплив незабрудненого довкілля на здоров'я людини не зводиться лише до дії атмосфери, значною мірою на нього впливає й екологічна чистота і природна біоенергетика продуктів харчування, зокрема якість питної води, фонові техногенні електромагнітні поля. Учені довели, що приблизно 20% негативного впливу на здоров'я людини справляє несприятлива екологічна ситуація, пов'язана із забрудненням повітря, води, ґрунту, а також непередбачувані зміни природно-кліматичних умов. Решта залежить від стану генетичного фонду популяції (20%), якості медичного обслуговування (10%) і найбільше (50%) — від способу життя людини [1].

Чільне місце в оздоровленні широких верств населення відводиться здоровому

харчуванню людини, тобто якості й асортименту продуктів, які вона споживає. Недостатня чи надмірна кількість харчових продуктів, значні перекося в необхідному співвідношенні їхніх компонентів та зловживання деякими висококалорійними продуктами завжди призводять до негативних змін у здоров'ї людини.

Наслідком сучасної структури харчування є насамперед такі порушення харчового статусу: дефіцит тваринних білків (особливо в групах населення з низькими доходами); поліненасичених жирних кислот (на фоні надлишкового надходження тваринних жирів); багатьох вітамінів (простежується в більшості населення); низки мінеральних речовин (кальцію — насамперед для осіб літнього віку, що супроводжується розвитком остеопорозу та підвищеної ламкості кісток; заліза — переважно для вагітних жінок і дітей раннього віку, що провокує розвиток анемії; йоду — особливо для дітей у період інтенсивного розвитку центральної нервової системи, що призводить до часткової втрати інтелекту; фтору; селену; цинку); досить значна нестача харчових волокон [2–5].

Недостатня забезпеченість організму біологічно активними речовинами є одним із чинників розвитку й ускладнення перебігу багатьох захворювань. Порівняно з 1990 р. на 37,8% скоротилося споживання ретинолу, на 32% — β -каротину (еквівалента ретинолу), на 11% — аскорбінової кислоти, на 17,4% — тіаміну, на 24,9% — рибофлавіну, на 19,2% — ніацину, на 32,3% — кальцію, на 20% — заліза і на 25% — протеїну. За значного скорочення споживання біологічно активних речовин відзначено надлишкове споживання жирів, зокрема насичених, цукру й солі [3, 6].

Для України здорове харчування — дуже актуальна проблема, оскільки чверть нашого населення проживає в екологічно несприятливих умовах. Після Чорнобильської катастрофи в багато разів збільшилася кількість випадків серцево-судинних захворювань, туберкульозу й онкологічних хвороб. Здоров'я населення погіршується не лише

через фоновий вплив малих доз радіації та розбалансованість раціонів харчування на тлі дефіциту окремих мікронутрієнтів, а й через забруднення продуктів харчування, внаслідок чого зростає захворюваність на цукровий діабет і ожиріння.

Слід зауважити, що найбільшою мірою продукти харчування забруднені радіонуклідами, важкими металами та іншими хімічними елементами, детергентами (мийними засобами), антиоксидантами, консервантами, пестицидами, нітратами і нітритами, мікотоксинами, антимікробними речовинами і заспокійливими препаратами, регуляторами росту та іншими шкідливими речовинами, що вкрай негативно позначається на здоров'ї людини.

Мета цієї статті — з'ясування загального стану й окреслення пріоритетних напрямів діяльності держави щодо покращення якості продуктів харчування в контексті збереження та відновлення генофонду нації як стратегічного ресурсу України.

Вагомий внесок у розвиток здорового харчування і продовольчої безпеки України на різних рівнях зробили такі фахівці, як: В.Я. Амбросов, П.П. Борщевський, В.П. Галушко, О.Д. Гудзинський, С.І. Дорогунцов, А.С. Лисецький та інші.

Проблема забезпечення населення якісними та безпечними продуктами харчування є однією з першорядних як для економічно розвинених держав, так і для країн, що розвиваються. Її досліджувало багато вітчизняних учених (В. Артиш, Л. Дейнеко, Є. Милованов, В. Скальський, О. Шубравська, Б. Шелудько), проте й сьогодні залишається чимало невирішених питань. Адже навіть за умов виконання усіх порад і рекомендацій щодо раціонального та науково збалансованого харчування людина не завжди захищена від шкідливої дії продуктів із підвищеним вмістом токсичних речовин і продуктів, для яких перевищено допустимі терміни чи порушено режими зберігання тощо. Тому харчування сучасної людини має бути функціональним, тобто продукти, які населення споживає щоденно, повинні

не лише забезпечувати організм поживними речовинами, але й виконувати профілактичні функції: знижувати ризик розвитку різних захворювань, захищати від несприятливих умов довкілля, зменшувати вплив неправильного способу життя.

Функціональне харчування базується на регулярному введенні в раціон людини продуктів спеціального призначення. Це переважно комбіновані продукти з природної традиційної і нетрадиційної екологічно чистої сировини, низькокалорійні або збалансовані за вмістом і внутрішнім складом нутрієнтів з високим природним вмістом біологічно активних речовин, або збагачені біологічно активними добавками.

Нещодавно відбулося засідання робочої групи з формування комплексної програми «Розробка системи збагачення продуктів харчування мікроелементами нового покоління та використання їх для профілактики професійних захворювань працюючих у шкідливих умовах на 2013–2015 рр.». Цю програму готують на виконання доручення Кабінету Міністрів України як важливий захід для розв'язання однієї з актуальних проблем соціального значення [7].

За допомогою сучасних досягнень науки про харчування та застосування новітніх харчових технологій в Україні поступово розширюється асортимент функціональних, зокрема збагачених, продуктів, які вперше було розроблено в Японії у 80-х роках ХХ ст. Це і хлібобулочні вироби з додаванням висівок, цільного зерна, льону, кунжуту, і великий асортимент кисломолочних біопродуктів, що містять пребіотики (злаки, фруктові добавки, харчові волокна), і макаронні вироби з морською капустою, овочевими добавками тощо.

Функціональне харчування ефективно також за умов поєднання звичних харчових продуктів із біологічно активними добавками (БАДами), які компенсують дефіцит або незасвоюваність із їжею білків, жирів, ферментів, макро- та мікроелементів і вітамінів [8]. Використання БАДів більш практичне, дешевше і безпечніше, ніж збільшення обся-

гу їжі для поповнення того чи іншого дефіциту. БАДи особливо необхідні дітям, підліткам (для них повноцінне харчування — запорука нормального росту і розвитку) та людям похилого віку (після завершення росту здатність організму засвоювати поживні речовини зменшується, а потреба в них помітно збільшується).

Для покращення здоров'я населення в закладах харчування (їдальнях шкіл і дошкільних установ, санаторіїв, профілакторіїв, закладах ресторанного господарства) з усього наявного асортименту БАДів, на нашу думку, найбільш доцільно використовувати ті, що виготовлені на основі натуральної сировини. Це так звані продукти ХХІ ст.: проростки (зернових, бобових, горіхів, насіння), добавки зі стевії, спіруліни, мед, квітковий пилок, а також кріопорошки. У таблиці узагальнено найперспективніші для застосування натуральні БАДи, їхні функціональні інгредієнти та оздоровчі властивості.

Однак БАДи, фіточаї та інші штучно створені біологічно активні добавки, зокрема з рослинної сировини, необхідно вживати лише після консультації з лікарем. В окремих індивідуумів приймання БАДів — парафармацевтиків може призвести до неадекватних компенсаторно-адаптаційних реакцій організму: сильніших, ніж потрібно, або ослаблених. Передозування таких препаратів може спричинити розвиток патологічних змін в організмі [8].

Проблема незабрудненого довкілля та здоров'я людини загалом тісно пов'язана з екологічною чистотою водних ресурсів. Щороку у водойми України скидають приблизно 3,5 млрд м³ стоків, а на Львівщині (9 місце) — понад 80,2 млн м³. На думку вчених, вітчизняні природні води вже можна віднести до категорії «розбавлених стічних вод». Виник певний парадокс: хоча аксіома «вода — основа життя» нібито відома всім, але люди спочатку забруднили природні водойми, а потім із великими затратами на очищення отримують із них питну воду [10].

БАДи на основі природних функціональних продуктів та їхнє значення для здоров'я людини [9]

Назва добавки	Основні функціональні інгредієнти	Оздоровчі властивості
Проростки зернових, бобових, горіхів, насіння	Незамінні амінокислоти, вітаміни С, Е, К, групи В, β-каротин, мінеральні елементи: кальцій, магній, фосфор, калій, кремній, селен	Регулярне додавання проростків до раціонів харчування усуває дефіцит багатьох мінеральних речовин і вітамінів; підвищує працездатність, витривалість, імунітет; нормалізує обмін речовин, відновлює життєво важливі процеси в організмі в будь-якому віці: нервову та статеву функції, травлення, гостроту зору тощо; стимулює внутрішнє самоочищення й самовідновлювальну здатність організму, сприяє його омолодженню
Стевія: стевіозид (сухий порошок) і рідкий екстракт стевії	Дитерпенові глікозиди	Глікозиди стевії мають унікальні лікувальні властивості: імуномодулювальні, антигіпертензивні, цукрознижувальні, бактеріцидні, антиокисні. Добавки зі стевії є низькокалорійними, маючи при цьому інтенсивний солодкий смак; не викликають побічних ефектів, звикання; здатні відновлювати обмінні процеси в організмі; підвищувати енергетичний рівень; затримувати процеси старіння; захищати від несприятливих чинників навколишнього середовища; гармонізувати всі системи організму
Спіруліна (таблетки, капсули, гранули, порошок)	Повноцінний білок, незамінні жирні кислоти, оптимальний вітамінно-мікроелементний склад	Ідеальний загальнозміцнювальний засіб для осіб будь-якого віку, статі, фізичного навантаження; за даними ВООЗ, захищає від 70% хвороб, оскільки діє не на окремі органи, а на організм у цілому; ентросорбент. Найбагатший продукт за вмістом повноцінного білка (до 60%), β-каротину та заліза, що сприяє нормальному росту і розвитку дітей, підвищенню гостроті зору; знижує ризик онкозахворювань та позитивно впливає на процеси кровотворення
Апіпродукти (мед, квітковий пилок)	Природні комплекси збалансованих незамінних нутрієнтів харчування та біологічно активних речовин	Мед легко засвоюється; справляє заспокійливу дію, розслаблює; нормалізує виведення нирками різних небажаних метаболітів з організму; майже не викликає ускладнень за умови дотримання дози навіть за тривалого вживання; сумісний майже з усіма харчовими продуктами і лікувальними препаратами. Мед і пилок прискорюють відновлення організму після фізичних і розумових навантажень; підвищують стійкість до інфекцій, є універсальними геронтологічними та загальнозміцнювальними засобами
Кріопорошки (продукти перероблення овочів, фруктів, ягід, злаків, грибів і лікарських рослин)	Концентрований вміст вітамінів, мінеральних сполук та інших біологічно активних речовин залежно від конкретної сировини	Оздоровлення організму, покращення обміну речовин, підвищення імунітету завдяки високому ступеню засвоєння (на 95–100%) біологічно активних речовин і відсутності побічних ефектів; мають ентросорбційні властивості. Оздоровча та лікувальна дія різна – залежить від виду кріопорошку

Унаслідок забруднення зменшується біорозмаїття, зрошення водою незадовільної якості призводить до засолення ґрунтів і зниження врожайності сільськогосподарських культур; напування худоби нечистою водою на 40–70% зменшує продуктивність у

тваринництві, зазнає збитків і рибне господарство — погіршується товарна якість риби, гине фауна і флора водойм [11].

Населення, що мешкає на екологічно небезпечних територіях, слід інформувати про те, що джерельна вода також може бути

забрудненою через проникнення у водоносні шари токсичних речовин зі звалищ побутових і промислових відходів, складів отрутохімікатів, тваринницьких ферм, шкідливих виробництв тощо.

У зв'язку з цим передусім необхідно запровадити заходи щодо вдосконалення наявних і проектування сучасних очищувальних систем для сільських і міських територіальних громад, скласти реєстр і забезпечити охорону всіх джерел водопостачання на рівні сільських, селищних і міських органів самоврядування, розробити програми «Здорове довкілля», «Екологічно чиста вода — здорова нація», «Вода рідних місць — свята вода», «Рідна земля — золото» та поширювати в суспільстві екологічну інформацію, оскільки ставлення населення до природних багатств визначає рівень культури і розвитку нації.

Великою заслугою вчених-хіміків НАН України є те, що завдяки їхнім багаторічним і наполегливим зусиллям розроблено Загальнодержавну програму «Питна вода України» на 2006–2020 рр., яку ухвалила Верховна Рада України, та Державний стандарт України «Джерела централізованого питного водопостачання», що відповідає всім міжнародним вимогам; триває робота зі створення інших стандартів для ефективного забезпечення населення якісною питною водою [10]. Разом із тим на державному рівні необхідно розпочати паспортизацію джерел водного постачання. Такі паспорти повинна мати кожна територіальна громада. На думку вчених НАН України, у цьому документі мають бути як загальні відомості про водний об'єкт, так і його кількісні та якісні характеристики, а також інформація про виконавця екологічного обстеження, дату складання й термін дії паспорта. Особливу увагу слід приділити рівню забруднення водної товщі й донних відкладень, джерелам забруднень (походження, рівень небезпеки, стійкість) [12].

Безумовно, центральне місце в кругообігу речовин займає ґрунт. Він постійно взає-

модіє з іншими середовищами біосфери — атмосферою, гідросферою, рослинним і тваринним світами. На якість продуктів харчування та життєдіяльність людини значний вплив має хімічний склад ґрунту, екологічний стан якого під дією мінеральних добрив і засобів захисту рослин часто погіршується.

Останніми роками, внаслідок інтенсифікації сільського господарства, у ґрунтах дедалі більше нагромаджується солей азотної та азотистої кислот, які негативно впливають на якість продуктів харчування. Найчастіше випадки отруєння спостерігаються в разі вживання значної кількості сирих овочів, що надмірно забруднені нітратами і нітридами, наприклад кавунів чи огірків.

З промисловими відходами до ґрунту надходять і різні метали (залізо, мідь, свинець, цинк тощо) та інші хімічні забруднювачі, у тому числі мікроелементи, органічні й неорганічні сполуки. Усі ці речовини потрапляють до харчових ланцюгів і в надмірній кількості вражають живі організми. При цьому вміст важких металів особливо збільшується в ґрунтах приміських сільськогосподарських зон, автошляхів, а також значних (у радіусі 20–25 км) територій навколо промислових центрів, що вимагає проведення моніторингу щодо вмісту важких металів у таких землях і розроблення стратегії їх подальшого використання [13]. Отже, найшкідливішими є рослинні продукти харчування, вирощені на територіях, які безпосередньо прилягають до автомобільних і залізничних магістралей, промислових підприємств, а також зон радіоактивного забруднення внаслідок аварії на Чорнобильській атомній електростанції. Слід пам'ятати, що значна частина шкідливих речовин має здатність нагромаджуватися в продуктах харчування тваринного походження — м'ясі, печінці, нирках, легенях, хрящових тканинах та інших органах корів, свиней, домашньої птиці, кролів, риби, — оскільки для відгодівлі цих тварин використовують забруднені продукти.

Проведені нами дослідження показують, що внесення органічних і мінеральних (азотних, фосфорних і калійних) добрив не викликає помітних змін у природному рівні важких металів сірих лісових ґрунтів і не є небезпечним з погляду їх забруднення у разі застосування як мінімізованих, так і підвищених систем удобрення польових агрофітоценозів, хоча тенденція до зростання вмісту важких металів намітилася на ділянках, де дози мінеральних добрив надмірно збільшували. Установлено, що вміст важких металів у ґрунті залежить від виду сільськогосподарської культури, що, очевидно, пов'язано з технологією її вирощування — передусім зі ступенем удобрення та застосуванням різних засобів хімічного захисту рослин [14].

Зауважимо, що шляхи й механізми потрапляння металів із повітря в листя й інші надземні органи, закономірності їх вбирання кореневою системою рослин із ґрунту, а також взаємозв'язок цих двох потоків нагромадження металів рослинами в забрудненому навколишньому природному середовищі вивчено ще недостатньо.

В контексті створення продуктів оздоровчого харчування особливо небезпечним стає накопичення в продукції рослинництва, зокрема овочівництва, нітратів [15]. Невиправдане застосування високих і надвисоких доз азотних добрив призводить до того, що надлишок азоту в ґрунті швидкими темпами потрапляє в рослини, нагромаджуючись у великих кількостях. Крім того, азотні добрива мінералізують органічну речовину ґрунту, посилюючи нітрифікацію, що також сприяє надходженню нітратів в рослину та її плоди.

Зазначимо, що нині господарства різних форм власності продовжують випускати продукцію сумнівної якості, вміст нітратів у якій перевищує нормативи в кілька разів. Результати наших досліджень, проведених у західному регіоні України, свідчать, що за мінімізованого застосування мінеральних добрив вміст нітратів у продукції різних груп рослинних культур був значно нижчим,

ніж на ділянках із підвищеними дозами цих добрив [14].

Україна сьогодні має досить потужний потенціал для значного зміцнення своїх позицій як виробника сільськогосподарської продукції та продуктів харчування, залучення інвестицій, що дадуть змогу підвищити конкурентоспроможність вітчизняної продукції, розвинути необхідну агропромислово-інфраструктуру, забезпечити стандартизацію харчових продуктів відповідно до міжнародних норм і стати одним із основних постачальників продуктів харчування у світі. Саме через наявність третини світових чорноземів наша держава має всі можливості для виробництва та забезпечення своєї нації екологічно чистими продуктами харчування. Проте сільськогосподарський потенціал України, на жаль, використовують нераціонально, про що свідчать низькі обсяги виробництва агропромислової продукції, невисока врожайність культур і якість аграрної сировини. Незадовільні й показники рентабельності сільського господарства, що мають низькі додатні значення в секторі рослинництва, а у сфері тваринництва є навіть від'ємними [16].

Отже, всі землі необхідно згрупувати за їхньою придатністю до вирощування екологічно безпечної продукції:

- непридатні — землі, розміщені біля сміттєзвалищ та екологічно небезпечних підприємств, а також уздовж автомагістралей;
- обмежено придатні — землі різних агроформувань з інтенсивним землеробством;
- придатні — землі фермерських і подвірних селянських господарств, розміщені на екологічно безпечних територіях, що підходять для розвитку органічного землеробства й агротуризму.

На наступному етапі пропонуємо створити чотири кластери з координації виробництва екологічно безпечної продукції, що базуватимуться на трьох складниках:

1. Наявність сприятливих природних умов на визначеній території і досвіду впровадження відповідних технологій виробниками сільськогосподарської продукції.

2. Наявність національної нормативно-правової бази з питань екологічного (органічного) виробництва, що дасть змогу відпрацювати механізми контролю процесу створення екологічної продукції для гарантування її якості кінцевому споживачеві.

3. Маркетинг і реклама екологічної продукції, інформування споживача про її переваги, формування сталого попиту на неї. Це найскладніше завдання в умовах відсутності культури споживання екологічної продукції.

У регіонах, перспективних щодо поширення органічного виробництва, потрібно здійснити всебічні агрохімічні дослідження для раціонального використання аграріями локальних природних ресурсів і визначення оптимальних сівозмін. У соціальній сфері план дій повинен передбачати розвиток знань у галузі екологізації агропродовольчої діяльності. Поліпшення фінансового стану виробників органічних продуктів можна досягти завдяки запровадженню системи урядових грантів, субсидій і кредитів, підвищенню прибутковості господарської діяльності (зокрема, впровадження первинного оброблення продукції та застосування енергоощадних технологій), розвитку відповідної інфраструктури (сільські шляхи, фермерські ринки і магазини, «зелений» туризм тощо) [17].

За статистичними даними, в Україні залишилося чотири невеликі регіони, де ґрунти ще не забруднені до небезпечних меж і де можна вирощувати екологічно чисту продукцію на рівні найвищих світових стандартів [18]:

- Північно-Полтавський — охоплює більшу частину Полтавської області (за винятком регіонів, що прилягають до міст Кременчука та Комсомольська), північно-західні райони Харківської області, південно-західні райони Сумщини, південно-східні райони Чернігівської області та східні райони Київської і Черкаської областей (лівобережна частина);

- Вінницько-Прикарпатський — широка смуга, близько 100 км завширшки, від м. По-

пільня Житомирської області до півночі Вінницької, Хмельницької і Тернопільської областей у напрямку Львова;

- Південно-Подільський — включає невелику південно-східну частину Вінницької області, південно-західну частину Кіровоградської області, північ Миколаївщини і північну частину Одеської області;

- Північно-Східно-Луганський — охоплює Міловський і Новопсковський райони Луганської області.

Це цілісна система господарювання й виробництва харчових та інших продуктів, яка поєднує найкращі практики, що враховують дбайливе ставлення до довкілля, рівень біологічного розмаїття, збереження природних ресурсів, застосування високих стандартів утримання тварин і методів виробництва, які відповідають вимогам до продуктів, виготовлених із використанням речовин і процесів природного походження. У зв'язку з цим доцільно активніше пропагувати альтернативні форми господарювання на землі, розвиваючи органічне, біологічне, адаптивне й екологічне рільництво.

Як бачимо, складна екологічна ситуація потребує мобілізації урядових та неурядових інституцій, громадських організацій і всього суспільства на вирішення наявних проблем. Для цього необхідно:

- перейти до екологічно безпечних та енергоощадних технологій, а в перспективі — до замкнутих, безвідходних циклів виробництва;

- стимулювати виробника продуктів оздоровчого харчування;

- розвивати раціональне природокористування, враховуючи особливості окремих регіонів;

- створити банк даних і забезпечити суворий контроль за використанням води для пиття та виробництва продуктів харчування;

- налагодити дієвий моніторинг ґрунтів як одного з найважливіших чинників виробництва екологічно безпечних продуктів харчування;

- розширити природно-заповідні території;
- запровадити систему екологічної освіти та пропагувати здоровий спосіб життя.

Крім безпосередніх функцій уряду щодо забезпечення ефективного регулювання контролю харчових продуктів, досить важлива його роль з інформування, освіти та консультування суб'єктів сільськогосподарської діяльності протягом усього продовольчого ланцюга. До числа таких заходів входить надання споживачам збалансованої фактичної інформації щодо безпеки харчових продуктів; підготовка якісних освітніх програм для посадових осіб і працівників харчової промисловості; розроблення програм для навчання інструкторів [19, 20].

Майбутнє держави має бути нерозривно пов'язане з її здатністю підтримувати безпе-

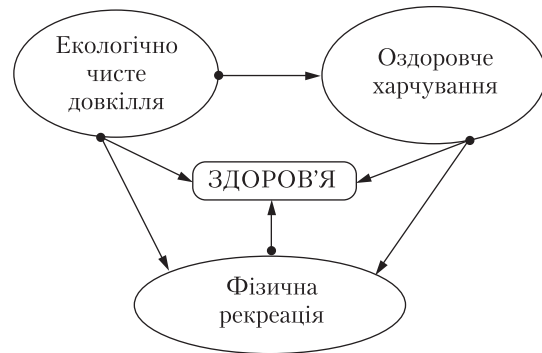


Рис. 1. Головні чинники, що є запорукою здоров'я людини

ребійне виробництво екологічно безпечних продуктів харчування в єдиному циклі (виробництво сільськогосподарської продукції — заготівля — зберігання — перероблення —



Рис. 2. Модель створення екологічно безпечної продукції харчування

продукт — споживач), що, з одного боку, унеможливить забруднення харчових продуктів на різних етапах їх створення, а з другого — відкриє широкі можливості для виробництва таких продуктів, які б сповна відповідали встановленим органолептичним, загальногігієнічним, технологічним і токсикологічним нормативам і не впливали б негативно на здоров'я людей, тварин і стан навколишнього природного середовища [21]. Принагідно зауважимо, що функціональне й екологічно безпечне харчування можливе лише за умови чистого довкілля (рис. 1).

Безумовно, крім здорового харчування та чистого довкілля, важливу роль в оздоровленні населення країни відіграє фізична рекреація, тобто пропагування активного способу життя, що досягається завдяки різним формам розвитку активного туризму, спортивної анімації та ін. Цьому повинні сприяти й різноманітні соціально-економічні програми. Усі ці фактори в остаточному підсумку слугуватимуть збереженню і відтворенню генетичного потенціалу нації.

Особливу увагу, на нашу думку, необхідно звернути на розроблення конкурентоздатної продукції оздоровчого й профілактичного спрямування, створити критерії її оцінювання та визначити базові установи й заклади для її реалізації (рис. 2).

Отже, розв'язання проблеми якісного й здорового харчування має стати невідкладним завданням для нашої держави. Реалізація національної політики виробництва якісної продукції повинна враховувати стан вітчизняного ринку, що сприятиме формуванню позитивного міжнародного іміджу України.

Проблема функціональної єдності людства й середовища його існування (не лише природного, біотичного, але й економічного, духовного, морально-етичного, політичного тощо), дослідження умов і закономірностей його формування й історичних перетворень, сучасного стану та впливу на здоров'я, поведінку, життя, працездатність, громадську активність людей є дуже актуальною й за-

слуговує на більш глибоке вивчення в цій царині знань.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Желібо Є.П., Заверуха Н.П., Зацарний В.В. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. — К.: Каравела, 2010. — 344 с.
2. Давиденко Н.В. Динаміка особливостей харчування та серцево-судинні захворювання (15-річне дослідження) // Проблеми харчування. — 2006. — № 3. — С. 17–23.
3. Єгоров Б., Мардар М. Стан харчування населення України // Товари і ринки. — 2011. — № 1. — С. 140–147.
4. Корецький В.Л., Орлова Н.М. До проблеми безпеки харчування та моніторингу якості життя населення України // Проблеми харчування. — 2006. — № 1. — С. 42–44.
5. Preventing chronic diseases: a vital investment. — Geneva: WHO, 2005. — 128 p.
6. Давиденко Н.В. Динаміка особливостей харчування та аліментарно-залежних факторів ризику серцево-судинних захворювань в чоловічій популяції за даними 25-річного моніторингу // Проблеми харчування. — 2008. — № 1–2. — С. 20–27.
7. Про участь вчених НААН у засіданні Робочої групи з формування комплексної програми «Розробка системи збагачення продуктів харчування мікроелементами нового покоління та використання їх для профілактики професійних захворювань на 2013–2015 рр. // <http://www.uaan.gov.ua/content/pro-uchast-vchenih-naan-u-zasidanni-robochoyi-grupi-z-formuvannya-kompleksnoyi-programi>.
8. Івашків Л.Я. Нові напрямки оздоровчого харчування населення України // Вісник ЛІЕТ. — 2008. — № 3. — С. 163–168.
9. Івашків Л.Я. Сучасні тенденції покращення послуг здорового харчування туристів у закладах ресторанного господарства // Новітні тенденції у харчових технологіях та якість і безпечність продуктів: зб. ст. IV Всеукр. наук.-практ. конф. — Львів: ЛІЕТ, 2012. — С. 132–137.
10. Гродзинський Д., Дембновецький О., Левчук О. та ін. Екологічні аспекти наукових досліджень // Вісник НАН України. — 2009. — № 9. — С. 24–36.
11. Хоружий П.Д., Хомутецька Т.П., Котельчук А.Л. Шляхи збалансованого водокористування та водовідтворення в Україні // Екологічний вісник. — 2007. — № 11–12. — С. 7–8.
12. Гончарук В., Білявський Г., Ковальов М. та ін. Національна екологічна безпека та екологічна пас-

- портизація водних об'єктів // Вісник НАН України. — 2009. — № 5. — С. 22–29.
13. *Патика В.П., Тараріко О.Г.* Агроекологічний моніторинг та паспортизація сільськогосподарських земель. — К.: Фітосоціоцентр, 2002. — 296 с.
 14. *Бомба М.Я.* Наукові і прикладні аспекти біологічного землеробства. — Львів: Українські технології, 2004. — 232 с.
 15. *Бабюк А.В., Макарова О.В., Розозинський М.С. та ін.* Безпека харчування: сучасні проблеми. — Чернівці: Книги — XXI, 2005. — 456 с.
 16. *Крупін В.Є., Пушак Я.Я.* Аспекти формування продовольчої безпеки України // Економічні інновації. — 2012. — Вип. 47. — С. 70–80.
 17. *Шубравська О.* Ринок органічної продукції та перспективи його розвитку в Україні // Економіка України. — 2008. — № 1. — С. 53–61.
 18. Створення регіонального кластеру виробників екологічної продукції в Полтавській області // http://www.ecoinfo.com.ua/aktualno_klaster.html.
 19. *Древаль О.Ю., Павленко О.О.* Проблеми регулювання безпеки харчових продуктів у контексті екологічної національної політики України // Механізм регулювання економіки. — 2009. — № 2. — С. 19–23.
 20. *Скидан О.* Система оперативного оповіщення про ситуацію у сфері харчових продуктів у ЄС: корисний досвід для України // Стандартизація, сертифікація, якість. — 2007. — № 4. — С. 54–58.
 21. *Бомба М.Я.* Екологічні аспекти покращення якості продуктів харчування // Новітні тенденції у харчових технологіях та якість і безпечність продуктів: зб. ст. IV Всеукр. наук.-практ. конф. — Львів: ЛІЕТ, 2012. — С. 10–17.

Стаття надійшла 01.11.2012 р.

М.Я. Бомба, Л.Я. Ивашиків

Львівський інститут економіки и туризма
ул. Менцинского, 8, Львов, 79007, Украина

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ
КАК СТРАТЕГИЧЕСКИЙ РЕСУРС
НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ УКРАИНЫ

В статье рассматриваются теоретические и прикладные аспекты создания экологически безопасных продуктов питания. Проанализированы экологические проблемы их производства в едином цикле: почва — вода — продукт — человек. Определены приоритетные направления по внедрению продуктов функционального назначения в рацион разных слоев населения, а также категории потребителей, которые в первую очередь нуждаются в здоровом питании.

Ключевые слова: качество и безопасность продуктов питания, состояние окружающей среды, национальная безопасность Украины.

M.J. Bomba, L.Ya. Ivashkiv

Lviv Institute of Economy and Tourism
8 Mentsynskiy St., Lviv, 79007, Ukraine

HEALTHY FOOD AS A STRATEGIC RESOURCE
OF NATIONAL SAFETY OF UKRAINE

The theoretical and applied aspects of creation of ecologically safe food are examined in the article. It is analyzed the ecological problems of food safety in the integrated chain: soil — water — food product — people. It is outlined the priority directions of introduction of functional foods into the food allowance of different segments of the population, and categories of consumers which first of all need healthy food too.

Keywords: food quality and safety, state of environment, national safety of Ukraine.