ВЛИЯНИЕ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ ПРОДУКТОВ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ.

Улухужаева Нозима Нарзуллохоновна
Наманганский государственный университет независимый исследователь и учитель биологии в академическим лицейи при НамГТУ
nozimauluxujayeva@gmail.com

Аннотация: *В статье рассматриваются современные аспекты качества и безопасности продуктов питания и их влияние на здоровье детей. Приводится сравнительный анализ данных Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), UNICEF, FAO и отечественных исследований, которые подтверждают прямую зависимость между качеством детского питания и развитием заболеваний. В работе выделены основные риски, возникающие при употреблении некачественных продуктов, включая ожирение, аллергические реакции, анемию и хронические инфекционные заболевания. Рассматриваются меры по совершенствованию контроля качества и повышения пищевой грамотности населения. Представлены статистические данные по странам СНГ и Центральной Азии, а также практические рекомендации по улучшению качества детского питания. В заключении подчёркивается необходимость формирования межведомственной системы контроля и развития государственных программ в области продовольственной безопасности.*

Abstract: *The article examines modern aspects of food quality and safety and their impact on children's health. A comparative analysis of data from the World Health Organization (WHO), UNICEF, FAO, and national studies confirms the direct relationship between food quality and the development of childhood diseases. The paper highlights key risks associated with low-quality food, including obesity, allergic reactions, anemia, and chronic infections. Measures to improve quality control and increase food literacy among the population are discussed. Statistical data from CIS and Central Asian countries are presented, along with practical recommendations to enhance the quality of children's nutrition. The conclusion emphasizes the need for an interdepartmental control system and the development of state programs in the field of food safety.*

Ключевые слова*: детское питание, качество, безопасность, здоровье, продовольственная политика.*

Введение

Питание — один из важнейших факторов, определяющих здоровье и развитие ребёнка. Организм детей отличается повышенной чувствительностью к

вредным веществам, что делает качество и безопасность продуктов особенно значимыми [1]. Согласно данным ВОЗ, ежегодно более 600 миллионов человек в мире страдают от болезней, вызванных употреблением небезопасной пищи, и около 30% из них — дети [2]. Исследования показывают, что 39% детей школьного возраста в развивающихся странах сталкиваются с дефицитом витаминов и минералов, а 17% — с избыточным потреблением сахара и трансжиров [3]. В связи с этим обеспечение безопасного детского питания является приоритетным направлением в политике здравоохранения.

Теоретический обзор

Качество продуктов питания определяется их составом, происхождением, условиями хранения и уровнем загрязнения химическими и биологическими веществами. Исследования FAO (2024) показывают, что в 15% образцов детских продуктов обнаруживаются следы пестицидов, а в 10% — превышение допустимых норм тяжелых металлов [4]. UNICEF в своём отчёте за 2023 год указывает, что более 20% детей в Центральной Азии страдают анемией, вызванной дефицитом железа [5]. Национальные исследования, проведённые в Узбекистане, выявили, что в 12% школьных учреждений отсутствует должный санитарный контроль [6]. Кроме того, современная пищевая индустрия всё чаще использует искусственные добавки и ароматизаторы, влияющие на метаболизм ребёнка [7].

Результаты и обсуждение

Современные тенденции питания детей указывают на растущую проблему избыточного потребления сахара и фастфуда. ВОЗ фиксирует рост детского ожирения на 60% за последние 20 лет, при этом в странах СНГ этот показатель достигает 18% [8]. Высокое содержание соли, консервантов и трансжиров приводит к повышению риска гипертонии и нарушений обмена веществ [9]. В 2023 году Европейское агентство по безопасности продуктов питания (EFSA) сообщило, что около 14% детских продуктов содержат превышение уровня нитратов и фосфатов [10].

В Узбекистане и соседних странах наблюдается положительная динамика внедрения программ школьного питания. По данным Global Child Nutrition Foundation (2024), охват школьным питанием достиг 68%, однако проблема качества блюд остаётся актуальной [11]. Применение систем контроля качества, таких как HACCP, и усиление лабораторного мониторинга являются ключевыми мерами по предотвращению пищевых отравлений [12][13]. Важную роль играет и уровень осведомлённости родителей: исследования показывают, что 43% семей не обладают базовыми знаниями о составе продуктов, приобретаемых для детей [14].

Рекомендации и пути решения

Для повышения качества и безопасности детского питания необходимо комплексное взаимодействие государства, производителей и образовательных учреждений. Среди приоритетных мер можно выделить [15][16]:

— внедрение национальных стандартов по контролю качества детских продуктов;

— обязательную сертификацию поставщиков школьного питания;

— регулярный мониторинг состояния здоровья детей;

— образовательные программы для родителей и педагогов по вопросам рационального питания;

— стимулирование использования местных экологически чистых продуктов;

— развитие цифровых систем отслеживания происхождения и качества продуктов питания [17][18].

Заключение

Таким образом, качество и безопасность продуктов питания — это стратегическая основа здоровья подрастающего поколения. Реализация межведомственных программ, развитие научных исследований и внедрение инновационных технологий в сфере пищевой промышленности позволят снизить уровень заболеваний, связанных с питанием. Обеспечение доступности безопасных и питательных продуктов для всех детей должно стать приоритетом государственной политики [19][20].

Список литературы

1. Ушаков С.Ф. Гигиена детского питания. — М.: МЕДпресс-информ, 2018.
2. WHO. Food Safety Fact Sheet, Geneva, 2023.
3. UNICEF. Global Report on Child Nutrition, 2023.
4. FAO. The State of Food Security and Nutrition in the World, 2024.
5. UNICEF. Nutrition and Food Security Report, 2023.
6. Абдурахмонов Х., Юнусова Г. Безопасность школьного питания в Узбекистане // Наука и практика, 2022.
7. Popkin B. The Nutrition Transition and Obesity // Journal of Nutrition, 2021.
8. WHO. Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health, 2022.
9. EFSA. Food Contaminants and Child Health, 2023.
10. Global Nutrition Report. Central Asia Profile, 2023.
11. Global Child Nutrition Foundation. Uzbekistan School Feeding Report, 2024.
12. WHO/FAO. Principles and Guidelines for School Nutrition, 2020.
13. Николаева Л. Современные технологии переработки и хранения продуктов. — СПб.: Профессия, 2020.
14. Руденко И.В. Роль питания в профилактике заболеваний у детей // Педиатрия, 2021.

15. FAO/UNICEF. Improving Child Nutrition through Safe Food Systems, 2023.
16. WHO. Food Safety: A Public Health Priority, 2024.
17. European Food Safety Authority. Annual Report on Child Nutrition, 2024.
18. FAO. Digital Food Traceability Systems, 2023.
19. Сафронова Н. Пищевые риски в детском возрасте // Здоровье нации, 2020.
20. World Bank. Food Safety and Child Health Policy Report, 2023.