

ОРГАНІЧНІ ХАРЧОВІ ПРОДУКТИ – ЗАПОРУКА ЗДОРОВ'Я СПОЖИВАЧІВ**О. А. Гораш, О. О. Кохан, Ю. В. Камбулова***Національний університет харчових технологій, Київ, Україна*

Протягом останніх років на внутрішньому споживчому ринку спостерігається суттєве розширення асортименту органічних харчових продуктів. Цьому сприяє зростання попиту на органічну продукцію у покупців, що стимулює щорічне зростання частки вітчизняного органічного виробництва в цілому. Найбільша частка української органічної продукції представлена виробами з молока, овочами, фруктами та ягодами, зернопродуктами.

Вітчизняні органічні підприємства не тільки задовольняють попит внутрішнього ринку але й спрямовують значну частку виробленої продукції за кордон, – переважно на ринки Європи, де сформувався сталий попит на органічну продукцію з України. Цій тенденції сприяє розвиток Стратегії Європейської комісії «Від ферми – до виделки», яка є частиною Європейської Зеленої Угоди, де в пріоритеті розвиток органічного землеробства. Стратегія передбачає, що до 2030 року на частку органічних земель Європи припадатиме 25% сільськогосподарських земель. У свою чергу, з метою підвищення споживчого запиту на органічні продукти харчування ЄС реалізовує «План дій по органічних продуктах», який передбачає заохочення органічних столів і розширення використання «зелених» державних закупок, а також розвиток програми органічного шкільного харчування.

Однією з причин вибору саме органічних харчових продуктів споживачі називають турботу про своє здоров'я та здорове майбутнє своїх дітей. Існує поширена думка, що органічні продукти більш безпечні та поживні, ніж конвенційні харчові продукти, яка суттєво сприяє розвитку культури органічного харчування. Споживачі купують органічні продукти з різних причин, включаючи і турботу про захист навколишнього середовища від впливу традиційних методів ведення сільського господарства, а також турботу про тварин. Проте, найважливішою підставою здійснення покупки саме органічних продуктів залишається переконання про безпечність, кращу харчову цінність та більшу користь цієї продукції. Це переконання сприяє щорічному збільшенню обсягів споживання органічних продуктів харчування, незважаючи на їх більш високу вартість. Обов'язкове маркування органічних продуктів також стимулює попит до їх споживання.

Основу виробництва органічних продуктів харчування складають принципи всесвітньої асоціації IFOAM (Міжнародна федерація рухів за органічне сільське господарство). Серед них є вимоги до виробництва органічних харчових продуктів, що передбачають щорічні перевірки всіх сільськогосподарських, переробних, торгівельних підприємств, складських компаній, що мають справу з органічними продуктами харчування в доповнення до контролю щодо якості та безпечності харчової продукції в цілому. Такий контрольні заходи викликають ще більшу довіру у потенційних споживачів саме до органічної харчової продукції.

Психологічні ефекти, що пов'язані з вибором і споживанням органічних продуктів харчування, також є важливими мотиваційними факторами при купівлі екологічно чистих продуктів харчування. Наприклад, у Китаї щороку зростає попит на органічні продукти всіх видів, зокрема на молоко, дитяче харчування та дитячі суміші. Він спровокований серією випадків смертельних отруєнь дітей молоком з додаванням меламіну. Цей молочний китайський скандал зробив ринок органічного молока в Китаї найбільшим у світі.

Споживання органічних продуктів продовжує зростати в усьому світі, і багато хто обирає органічні продукти через їх користь для здоров'я. Огляд, опублікований у журналі *Nutrients*, включає 35 досліджень, спостережень і клінічних випробувань і є, на нашу думку, найглибшим дослідженням на сьогоднішній день для оцінки наслідків впливу на здоров'я вживання органічної дієти. Обсерваційні дослідження порівнюють здоров'я населення, яке регулярно споживає органічну їжу, зі здоров'ям ти[людей, хто регулярно споживає звичайну

їжу. Аналіз цих об'єднаних досліджень виявив значні кореляції з покращенням здоров'я та органічними дієтами. Зокрема, ті, хто споживав більше органічної їжі, мали підвищену фертильність, здоров'я плоду, знизився ризик серйозних захворювань, таких як рак, хвороби серця та інсульт. Наукові дослідження та мета-аналізи підтвердили, що органічні продукти харчування відрізняються від конвенційних, і, як правило, виграють при прямому порівнянні.

Смак є важливим критерієм при повторній купівлі органічних продуктів харчування. В сенсорному відношенні органічні продукти часто відрізняються від неорганічних. Органічні фрукти та овочі зазвичай трохи менші за розміром, можуть мати неідеальну форму. Не має переконливих доказів того, що органічні продукти мають кращий смак, ніж їх неорганічні аналоги. Втім є свідчення того, що деякі органічні фрукти та ягоди сухіші, ніж фрукти та ягоди, вирощені традиційним способом. Можна припустити, що більш сухіший фрукт може мати інтенсивніший смак та аромат за рахунок вищої концентрації смако-ароматичних речовин в ньому.

Існують дослідження, які демонструють, що органічні харчові продукти містять більший рівень ненасичених жирних кислот. Так, висока частка зеленого корму в раціоні тварин, а саме такий раціон передбачається в органічному тваринництві, збільшує концентрацію ненасичених жирних кислот і їх збалансованість в молоці та м'ясі, а також фіксується збільшення вмісту жиророзчинних вітамінів. Згідно дослідженню, проведеному FiBL по відношенню до вигодовування птиці, було показано, що органічне куряче м'ясо має більш насичений колір і кращий аромат, що були позитивно оцінені групою експертів.

Аналіз публікацій досліджень фіто-хімічного складу органічно вирощуваних культурах показав, що у них спостерігається менше залишків кадмію та пестицидів і на 17 % вище концентрація поліфенолів, ніж у вирощуваних традиційним способом. Відсутність хімічних пестицидів і мінеральних азотних добрив в органічному землеробстві приносить користь навколишньому середовищу і зменшує кількість небажаних їх залишків в продуктах. Однак навіть органічні продукти не завжди повністю вільні від залишків, оскільки пестициди сьогодні широко розповсюджені в навколишньому середовищі, а сучасні методи аналізу дозволяють виявити навіть незначні сліди таких речовин. Якщо залишки і виявляються в органічних продуктах, вони зазвичай знаходяться в діапазоні менше 0,01 мг на кг, що значно нижче, ніж в конвенційних продуктах харчування. Рослини, вирощені без використання пестицидів, повинні самі захищати себе від хвороб і шкідників, саме тому в органічних продуктах рослинного походження більш високий вміст фітонутрієнтів, які мають корисний вплив на організм людини.

При виробництві органічних продуктів харчування використання харчових добавок суворо обмежується і законодавчі органи різних країн, асоціації органічного руху всіляко спрямовують нормативні акти і стандарти на підтримку достовірності інформації про склад органічних продуктів. Найбільш суворими є стандарти асоціації Demeter International (Німеччина).

Таким чином, проведення популяризації знань щодо органічних продуктів і принципів органічного виробництва призводить до щорічного зростання попиту на органічну продукцію, яка приносить користь та задоволення споживачеві від їх споживання, усвідомлення того, що покупець дбає не лише про своє здоров'я, а й про збереження оточуючого середовища, про майбутнє планети в цілому.