

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

---

**Національному університету харчових  
Технологій 130 років**

**МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
КОНФЕРЕНЦІЯ**

***„ОЗДОРОВЧІ ХАРЧОВІ ПРОДУКТИ ТА ДІЄТИЧНІ  
ДОБАВКИ: ТЕХНОЛОГІЇ, ЯКІСТЬ ТА БЕЗПЕКА”***

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

22-23 травня 2014 р.

**КИЇВ НУХТ 2014**

## 2. Оздоровчі продукти як реалізація нової концепції харчування

Галина Сімахіна

*Національний університет харчових технологій*

**Вступ.** Основною проблемою сьогодення як у межах однієї країни, так і планети Земля в цілому є створення, виробництво та використання оздоровчих продуктів. Цей висновок ґрунтується на результатах досліджень нутриціологів, згідно з якими в сучасному суспільстві одне лише традиційне харчування неминуче призводить до тих чи тих виявів харчової недостатності, а отже, хвороб.

Причини цього загальновідомі – дефіцит білків, нестача мікронутрієнтів, нестача харчової клітковини, вживання рафінованої їжі, широке використання синтетичних харчових добавок, високотемпературні технології оброблення сільськогосподарської сировини, які руйнують значну частину її біологічно активних речовин.

Тому пошук альтернативних шляхів розв'язання цього питання привів учених та практиків до ідеї створення принципово нового покоління продуктів – харчових оздоровчих продуктів.

Метою цієї роботи є спроба узагальнити відомі дані та запропонувати власний алгоритм створення індустрії оздоровчих продуктів.

**Матеріали і методи.** Літературні дані за напрямом дослідження, законодавчі документи із наукового забезпечення інноваційних процесів, результати власних досліджень.

**Результати.** Проблема організації і діяльності харчового підприємства з випуску оздоровчих продуктів досить складна. Однак цим шляхом іде зараз увесь світ. За

останні десятиліття споживачі, розуміючи взаємозв'язок між харчуванням і здоров'ям, приділяють велику увагу саме продуктам для здоров'я. Поширення відомостей щодо здорового харчування для попередження і розвитку хвороб зумовили появу і стрімкий зріст ринку оздоровчих харчових продуктів (функціональних) [1].

Згідно зі статистикою, цей ринок зростає зі швидкістю, яка набагато перевищує темпи росту ринку звичайних продуктів. І якщо в 1997 році обсяг реалізації оздоровчих продуктів на світовому ринку склав 38,9 млрд. дол. США, то в 2012р. він зріс до 165,6 млрд. дол. США. Ці цифри вражають і тим, що термін «здорове харчування» з'явився лише в 1992 році на Міжнародній конференції в Римі з питань забезпечення населення планети якісним харчуванням. За короткий строк оздоровча продукція набула надзвичайно широкої популярності та викликала попит у споживачів.

Деякі роки моніторингу її використання підтвердили нерозривний зв'язок між станом здоров'я людини та структурою харчування [2]. Саме воно встановлює гармонію між компонентами харчових продуктів і гомеостазом організму людини. І це є надзвичайно важливим чинником, адже східна медицина переконана в тому, що всі хвороби викликані внутрішнім дисбалансом. Здорове харчування якраз і характеризується здатністю усунути цей дисбаланс.

Кінцевим результатом процесу діяльності харчового підприємства з виробництва оздоровчих продуктів є продукція, що повністю відповідає новій концепції харчування - концепції оздоровчого харчування, основними складовими якої є якість, ефективність та безпека.

Для оздоровчих продуктів як необхідного компонента сучасного харчового раціону дещо видозмінено сутність основних складових їхньої якості. Пріоритетного значення набуває показник ефективності.

Ефективність оздоровчих продуктів – це узагальнений показник характеристик та властивостей цих продуктів, який включає такі складові: збереження і поліпшення стану здоров'я споживачів при постійному вживанні оздоровчих продуктів; зниження ризику аліментарних хвороб; поповнення або запобігання дефіциту основних харчових біологічно активних речовин; стійкий позитивний ефект як у профілактиці хвороб, так і при їх лікуванні.

Більш містким став і показник харчової безпеки. Якщо для традиційних продуктів достатньо було оцінки хімічної та мікробіологічної забрудненості продуктів, то оздоровчі продукти потребують урахування нового показника – збалансованість продукту за основними нутрієнтами.

Це цілком логічно, адже лише при оптимальному співвідношенні окремих нутрієнтів як між собою, так і з компонентами харчового середовища (до якого їх вносять), можна очікувати максимальної їх засвоюваності, а значить, і максимального забезпечення організму всіма необхідними сполуками.

**Висновки.** Здорове харчування є практичною реалізацією концепції харчування XXI століття і характеризується наявністю широкого спектру нутрієнтів, необхідних для підтримання на належному рівні стану здоров'я людини. Оздоровчі продукти розглядаються як складний фармакологічний комплекс, що забезпечує вірогідний профілактичний та лікувальний ефекти.

### Література

1. Кочеткова А. А. Функціональне питання: концепції и реалії, В.И. Тужилкин Ваше питання. – 2000. – №4. – С. 20-23.

2. Пішак, В. П. Вплив харчування на здоров'я людини / В. П. Пішак, М. М. Радько, А. В. Бабюк. – Чернівці : Книги-XXI, 2006. – 499 с.