



ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ И СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЪЕДИНЕННЫХ НАЦИЙ

Страны Центральной Азии координируют усилия для разработки принципов правильного питания



©ФАО/Игорь Коваленко

27/05/2026, Бишкек

Древнегреческий врач и философ Гиппократ сказал: «Мы есть то, что мы едим». Это утверждение актуально и сегодня: здоровье человека напрямую зависит от его рациона.

Следуя этому принципу, с 20 по 22 мая состоялся [трехдневный технический семинар](#) по разработке рекомендаций для здорового питания. Мероприятие было организовано Продовольственной и сельскохозяйственной организацией Объединенных Наций (ФАО) в рамках регионального проекта ФАО «Рекомендации по межотраслевой политике для решения проблемы неправильного питания на основе существующей агропродовольственной системы». Этот проект нацелен на улучшение питания и преобразование продовольственных систем в странах Центральной Азии посредством укрепления межсекторального сотрудничества.

Ключевые национальные и региональные эксперты в области питания, сельского хозяйства и здравоохранения из Кыргызстана, Таджикистана и Узбекистана собрались в Бишкеке, столице Кыргызской Республики, чтобы обсудить достигнутый прогресс, отметить национальные успехи и укрепить региональное сотрудничество в борьбе с недоеданием с учетом особенностей агропродовольственных систем.

Размышляя над словами Гиппократа, в начале семинара участники символически назвали самые популярные блюда своих стран.

«Хорошее питание – это фундамент, на котором строятся здоровые общества и устойчивое развитие стран», – отметил в своей приветственной речи Олег Гучгельдыев, Представитель ФАО в Кыргызской Республике. «Разрабатывая адаптированные к местным условиям рекомендации по питанию, мы связываем здоровый рацион с устойчивым сельским хозяйством и климатической стабильностью, используя научные знания и традиционный опыт».

В целях содействия улучшению питания в регионе Центральной Азии ФАО оказывает поддержку Кыргызстану, Таджикистану и Узбекистану в [разработке Руководящих принципов правильного питания на основе продовольственных систем](#). Данные рекомендации учитывают национальный контекст и направлены на содействие обеспечению здорового питания на базе устойчивых продовольственных систем.

«Эти рекомендации основаны на межсекторальном подходе», – пояснила Симона Ги, эксперт ФАО по питанию и диетическим рекомендациям. «Методология ФАО для разработки руководящих принципов правильного питания выходит за рамки поведения только потребителей и учитывает, что различные участники продовольственной системы могут сделать для обеспечения здорового питания из устойчивых источников».

В ходе семинара участники представили предварительные результаты применения методологии ФАО по разработке руководящих принципов правильного питания в своих странах. Был проанализирован прогресс и успехи, достигнутые в разработке и внедрении этих принципов. Кроме того, участники изучили возможности регионального сотрудничества и обменялись данными о составе пищевых продуктов.

Разработка адаптированных рекомендаций по питанию

Особое внимание в ходе семинара было уделено опыту Кыргызстана. Как рассказала Бактыгул Ыбышова, заведующая отделом технического регулирования Департамента профилактики заболеваний Министерства здравоохранения Кыргызской Республики, сегодня вопросы питания в стране рассматриваются через призму продовольственных систем – от производства и переработки до доступности и потребления продуктов.

Основной задачей, обозначенной в ходе презентаций, была разработка таких рекомендаций, которые учитывают национальные особенности, культурные привычки и местные продукты. Это включает расширение потребления овощей, фруктов, цельнозерновых продуктов, молочной продукции, а также разумное потребление мяса и бобовых. Особое внимание уделяется снижению потребления соли, сахара и насыщенных жиров.

Участники сошлись во мнении о том, что важно укреплять связь между сельским хозяйством и здоровым питанием, поддерживать местных производителей и стимулировать производство разнообразной и качественной продукции, что позволит не только улучшить питание, но и повысить продовольственную безопасность стран региона.

Ключевую роль, как было отмечено на семинаре, играет также повышение осведомленности населения – формирование культуры здорового питания с раннего возраста через школы, медицинские учреждения и общественные программы.

Представители Узбекистана и Таджикистана поделились национальным опытом, существующими подходами и информацией о приоритетных направлениях в разработке руководящих принципов правильного питания на основе продовольственных систем. Участники высоко оценили возможность диалога и подтвердили готовность к дальнейшему углублению регионального сотрудничества.

Таким образом, разработка руководящих принципов на основе продовольственных систем была признана комплексным подходом, объединяющим здоровье, сельское хозяйство и устойчивое развитие во благо будущих поколений стран Центральной Азии. Следующим

шагом станет доработка национальных рекомендаций с учетом итогов обсуждений и их последующее внедрение на государственном уровне.

Далее по теме

Мероприятие: [Региональный технический семинар по разработке рекомендаций по здоровому питанию в Центральной Азии](#)

Публикация: [Рекомендации по правильному питанию на основе имеющихся продуктов, обеспечиваемых продовольственными системами: обзор](#) (на английском языке)

Видео: [Рекомендации ФАО по питанию, основанные на принципах устойчивых продовольственных систем](#) (на английском языке)

[Руководящие принципы правильного питания на основе имеющихся продуктов](#)

[ФАО в Кыргызстане](#)

Региональное отделение ФАО | 20 Kalman Imre H-1054 Budapest Hungary

+36 1 4612000 | www.fao.org/europe/ru