



## Возвращение к средиземноморской модели и другим традиционным рационам питания

*Для продвижения по пути к устойчивому развитию необходимо сохранять и распространять традиционные и здоровые рационы и разнообразие питания*



Средиземноморская диета предусматривает высокий уровень потребления разнообразных овощей, фруктов, зернобобовых, трав и оливкового масла. Овощи продаются на рынке Эсквилино в Риме, Италия.

**27 ноября 2019 года, Рим** - Необходимо распространять традиционные и здоровые рационы питания для содействия нашим усилиям, направленным на создание такой продовольственной системы, в которой бы обеспечивалось уважение к окружающей среде, культуре и благополучию людей, что является основополагающей составляющей устойчивого развития.

Это было главной мыслью сегодня на мероприятии, организованном правительством Италии при поддержке ФАО и призванном углубить понимание средиземноморских и других

традиционных рационов питания во всем мире, их пищевых преимуществ, а также повысить осведомленность о том, как они могут помочь в продвижении к Целям в области устойчивого развития.

«Содействие распространению и сохранение здоровых рационов питания, обеспечение их наличия и доступности, в том числе по цене, чрезвычайно важны для ведения полноценной и счастливой жизни», - сказал в своем вступительном слове Генеральный директор ФАО Цюй Дунъюй.

Он привел ряд удачных примеров традиционных здоровых рационов питания, в которых «содержится мудрость наших предков и культурная целостность поколений». К их числу относятся средиземноморская модель питания, в которой предусмотрен высокий уровень потребления разнообразных овощей, фруктов, зернобобовых, трав и оливкового масла, а также новая скандинавская диета, традиционный японский рацион питания и региональная кухня юга Китая. Все они обладают рядом преимуществ, например, способствуют снижению уровня холестерина, предупреждению сердечн-сосудистых заболеваний и диабета, добавил Цюй.

Однако, предостерег Генеральный директор ФАО, несмотря на многочисленные преимущества этих рационов питания, о них часто забывают в силу сочетания ряда факторов, таких как рост населения, глобализация, урбанизация, экономические процессы и стремительный темп жизни, которые вызывают изменения в нашем рационе питания и структуре потребления.

Цюй призвал все заинтересованные стороны «объединить усилия и добиваться того, чтобы традиционные рационы питания обрели вновь свое значение и заслуженное место в умах людей», и призвал - в особенности молодое поколение - вновь открыть для себя удовольствие от приготовления полезных блюд у себя дома вместо употребления фаст-фуда.

В мероприятии, которое прошло в штаб-квартире ФАО в Риме, приняли также участие Джузеппе Руокко, генеральный секретарь Министерства здравоохранения Италии, Микеле Байано, заместитель генерального секретаря Министерства иностранных дел и международного сотрудничества, а также диетологи и другие специалисты по питанию со всего мира, учреждения ООН и представители науки.

### **Необходимость преобразования продовольственных систем для обеспечения здорового рациона питания**

Неполноценное питание во всех его формах является одним из главных вызовов XXI века. При всей неоднозначности причин текущего состояния уровня неполноценности питания во всем мире, нездоровый рацион остается одним из главных факторов, ведущих к неполноценности питания, что закреплено в [Повестке дня в области устойчивого развития на период до 2030 года](#).

Отметив, что традиционные и исконные здоровые рационы питания играют важную роль в деле искоренения голода и неполноценного питания, Цюй обратил внимание на необходимость преобразования наших продовольственных систем, чтобы они стали более питательными и инклюзивными, производили «продовольствие, которое не только кормит людей, но и питает их».

Он заверил всех, что ФАО продолжит оказывать поддержку странам-членам организации в выработке [Руководящих принципов правильного питания](#), чтобы правительства могли рекомендовать своим гражданам здоровое питание исходя из местных условий.

Цюй также привлек внимание аудитории к недавно опубликованным [Руководящим принципам устойчивого и здорового питания](#), разработанным совместно ФАО и Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в помощь усилиям стран по содействию здоровому питанию.

«Для обеспечения культуры здорового питания требуется преобразование наших продовольственных систем», - заявил он, указав на необходимость обеспечивать доступность устойчивого здорового рациона питания для всех и особенно для наиболее уязвимых.

### **Значение средиземноморской модели питания**

В будущем 2020 году будет отмечаться десятилетняя годовщина провозглашения ЮНЕСКО средиземноморской модели питания в качестве нематериального культурного наследия, и ФАО с Италией организуют ряд семинаров, посвященных различным аспектам средиземноморской модели питания в преддверии празднования в следующем году.

Мероприятие сегодня - «Существование и благополучие: традиционные здоровые рационы питания в средиземноморском регионе и за его пределами», второе в ряду мероприятий, связанных со средиземноморской моделью питания, посвящено диетологическим аспектам средиземноморской модели и других традиционных рационов питания из различных регионов мира.

Эта инициатива будет продолжена в течение всего 2020 года другими мероприятиями, на которых будут рассмотрены различные аспекты средиземноморской модели и других традиционных рационов питания, а именно: экологическая устойчивость, сохранение биоразнообразия, расширение прав и возможностей женщин, отношения между городскими и сельскими районами, а также борьба с продовольственными потерями и пищевыми отходами.

**FAO Regional Office for Europe and Central Asia | 34 Benczur utca, Budapest, Hungary |**

**[\(+36\) 1 461 2000](tel:+3614612000) | [www.fao.org/europe](http://www.fao.org/europe)**