

ANALYSIS OF THE CONSUMPTION OF THE MAIN GROUPS OF FOOD PRODUCTS BY THE POPULATION OF UKRAINE

Petrenko O.D., Gulich M.P.

РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ СПОЖИВАННЯ ОСНОВНИХ ГРУП ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ НАСЕЛЕННЯМ УКРАЇНИ

X

**ПЕТРЕНКО О.Д.,
ГУЛІЧ М.П.**
ДУ «Інститут
громадського
здоров'я
ім. О.М. Марзєєва
НАМН України»,
Київ, Україна

арчування населення відображає складну та багатогранну динаміку, що формується під впливом різноманітних чинників та механізмів, включаючи економічні, соціально-культурні та демографічні. Якість харчування залежить від економічного статусу населення та соціокультурних чинників, які впливають на щоденний вибір продуктів [1].

Харчування безпосередньо впливає на благополуччя та здоров'я населення. Цей вплив пов'язаний з виникненням та поширенням хвороб, відомих як аліментарно-залежні. Такі захворювання зазвичай виникають внаслідок неправильного харчування, дефіциту або надміру певних поживних речовин. Проблема аліментарно-залежних захворювань є

серйозною та актуальною для сучасного суспільства. Неправильне харчування є однією з основних причин розвитку різних хвороб, таких як ожиріння, діабет типу 2, серцево-судинні захворювання, рак та інші захворювання, що можуть суттєво погіршити якість життя та збільшити ризик смерті. Лікування аліментарно-залежних захворювань вимагає значних ресурсів системи охорони здоров'я. Ця проблема не обмежується жодним конкретним регіоном чи країною, вона стала глобальною епідемією, охоплюючи людей в усьому світі. Зміни у соціокультурному середовищі, доступність шкідливої їжі та екологічні проблеми, такі як забруднення навколишнього середовища та зниження якості продуктів харчу-

РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ
СПОЖИВАННЯ ОСНОВНИХ ГРУП
ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ
НАСЕЛЕННЯМ УКРАЇНИ

Петренко О.Д., Гуліч М.П.

ДУ «Інститут громадського здоров'я
ім. О.М. Марзєєва НАМН України»,
Київ, Україна

Мета статті – аналіз тенденцій змін характеру споживання населенням України протягом 2000-2021 років харчових речовин та енергії, а також основних груп харчових продуктів на підставі статистичних показників Державної служби статистики України.

Матеріали і методи. Дослідження включало аналіз інформації національних державних статистичних даних щодо харчування населення та його

змін протягом тривалого періоду.

Результати. Структура харчування населення України не відповідає вимогам раціонального харчування. Визначено зниження споживання м'яса та м'ясопродуктів (менше рекомендованого на 33,75%), молока та молочних продуктів (менше на 46,97%), плодів та фруктів (менше на 34,44%), риби та рибних продуктів (менше на 34%). Також виявлено низьку загальну калорійність раціону та низький розрахунковий вміст кальцію. За даними споживання продуктів українським населенням, порівняно з аналогічними показниками в інших країнах, відзначається низьке споживання м'яса та м'ясних продуктів, риби та рослинної олії, помірне споживання цукру, молока та молокопродуктів, значне споживання овочів та картоплі.

© Петренко О.Д., Гуліч М.П. СТАТТЯ, 2024.

вання, також впливають на збільшення випадків аліментарних захворювань [2, 3].

Зважаючи на вищевикладене, актуальним є визначення тенденцій змін структури споживання окремих груп продуктів на загальнодержавному рівні. Вирішення цього завдання дозволить краще зрозуміти ситуацію та визначити можливості для прийняття рішень щодо політики у галузі харчування з урахуванням профілактичних стратегій для підвищення рівня здоров'я населення.

Мета – аналіз тенденцій змін характеру споживання населенням України протягом 2000-2021 років харчових речовин та енергії, а також основних груп харчових продуктів на підставі статистичних показників Державної служби статистики України.

Матеріали і методи. Дослідження включало аналіз інформації національних державних статистичних даних щодо харчування населення та його змін протягом тривалого періоду. Дане дослідження

Висновки. Виявлені тенденції у структурі харчування, безумовно, свідчать про значний вплив цих змін на життєдіяльність населення, зокрема на формування здоров'я та збільшення ризику розвитку аліментарно-залежних захворювань. Стан харчування українців потребує прискіпливої уваги та втручання для збереження та покращання здоров'я населення.

Ключові слова: структура харчування, аліментарно-залежні захворювання, населення України.



ПИТАННЯ ОХОРОНИ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я

обмежене оглядом лише статистичних показників споживання основних груп продуктів протягом тривалого часу та не розглядає особливості харчової поведінки, зокрема споживання нездорової їжі, порушення режиму харчування тощо. Баланс споживання продуктів харчування вивчали за даними Державної служби статистики України за 2000-2021 роки [4]. Приріст споживання окремих груп харчових продуктів розраховано за п'ятирічними періодами (2000-2005, 2005-2010, 2010-2015, 2015-2020 роки), протягом яких було зареєстровано зміни в обсягах та структурі споживання 10 основних груп продуктів: хлібних продуктів; картоплі; овочів та баштанних; свіжих фруктів; цукру; м'ясопродуктів; рибобпродуктів; молока та молочних продуктів; яєць; олії рослинної. На жаль, на сьогодні у правовому полі відсутні затверджені загальні норми раціонального споживання окремих груп харчових продуктів для населення, відповідно до яких можна було б порівняти статистичні дані. Тому для аналізу відповідності використано дані Орієнтовного набору основної продовольчої сировини та харчових продуктів (у середньому на душу населення України за період від 2005 по 2015 рік), рекомендовані МОЗ [5]. Для аналізу також використано дані середньодобового споживання основних мікро-

та макроелементів у складі продуктів харчування, розраховані на підставі норм вмісту калорій, протеїну, жирів, мікроелементів у кілограмі відповідних продуктів. Зазначені дані порівнювали з Нормами фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах та енергії [6].

Результати. Протягом періоду спостереження від 2000 по 2021 рік структура харчового раціону населення України зазнала значних змін (табл. 1). Ключовими тенденціями за цей період були

□ збільшення споживання м'яса, яєць, риби, овочів, фруктів та рослинної олії: споживання м'яса зросло на 61,58%, яєць – на 63,86%, риби – на 57,14%, овочів та баштанних культур – на 63,13%, плодів – на 101,37%, рослинної олії – на 44,68%;

□ зменшення споживання хлібних продуктів та цукру: споживання хлібних продуктів зменшилося на 25,78%, а цукру – на 22,55%.

Зазначені зміни свідчать про поступове збагачення раціону населення білком, вітамінами та корисними жирними кислотами, зменшення вуглеводної компоненти, зокрема доданого цукру, що сприяє покращанню харчового статусу. Загалом ці зміни у структурі харчового раціону свідчать про певні позитивні тенденції у харчуванні населення України. Загальне збільшення споживання білків, овочів та

фруктів може призвести до покращання стану здоров'я населення, зокрема шляхом зменшення ризику розвитку хвороб серця, діабету та інших захворювань, пов'язаних з харчуванням. Зміни у структурі харчового раціону також можуть бути відображенням змін у соціально-еко-

номічному статусі населення, зокрема зростання доступу до різноманітних продуктів у довоєнний період.

Спостереженням у п'ятирічних інтервалах виявлено загальну тенденцію до збільшення споживання певних продуктів (табл. 2). Особливо помітний при-

ріст споживання відбувся у періоди від 2000 по 2005 рік і, за деякими групами – від 2005 по 2010 рік. Загалом можна виділити три періоди основних змін структури харчування.

2000-2005 роки: збільшення споживання м'яса, яєць, риби, овочів та баштанних культур, плодів,

Таблиця 1

**Споживання основних продуктів харчування
(на одну особу на рік; кілограмів)**

Групи харчових продуктів	Норма	2000	2005	2010	2015	2017	2018	2019	2020	2021
М'ясо та м'ясні продукти	80	32,8	39,1	52,0	50,9	51,7	52,8	53,6	53,8	53,0
Молоко та молочні продукти	380	199,1	225,6	206,4	209,9	200,0	197,7	200,5	201,9	201,5
Яйця, шт.	290	166	238	290	280	273	275	282	278	272
Хлібні продукти	101	124,9	123,5	111,3	103,2	100,8	99,5	97,6	96,6	92,7
Картопля	124	135,4	135,6	128,9	137,5	143,4	139,4	135,7	134,0	132,4
Овочі та баштанні прод. культури	161	101,7	120,2	143,5	160,8	159,7	163,9	164,7	164,0	165,9
Плоди, ягоди та виноград	90	29,3	37,1	48,0	50,9	52,8	57,8	58,7	56,5	59,0
Риба та рибні продукти	20	8,4	14,4	14,5	8,6	10,8	11,8	12,5	12,4	13,2
Цукор	38	36,8	38,1	37,1	35,7	30,4	29,8	28,8	27,8	28,5
Олія	13	9,4	13,5	14,8	12,3	11,7	11,9	12,0	12,3	13,6

Таблиця 2

Приріст споживання основних продуктів харчування (% за п'ятирічні періоди 2000-2005, 2005-2010, 2010-2015, 2015-2020 роки)

Групи харчових продуктів	Часові періоди			
	2000/2005	2010/2005	2015/2010	2020/2015
М'ясо та м'ясні продукти	19,21	32,99	-2,12	5,70
Молоко та молочні продукти	13,31	-8,51	1,70	-3,81
Яйця, шт.	43,37	21,85	-3,45	-0,71
Хлібні продукти	-1,12	-9,88	-7,28	-6,40
Картопля	0,15	-4,94	6,67	-2,55
Овочі та баштанні продовольчі культури	18,19	19,38	12,06	1,99
Плоди, ягоди та виноград	26,62	29,38	6,04	11,00
Риба та рибні продукти	71,43	0,69	-40,69	44,19
Цукор	3,53	-2,62	-3,77	-22,13
Олія	43,62	9,63	-16,89	0,00

RETROSPECTIVE ANALYSIS
OF THE CONSUMPTION
OF THE MAIN GROUPS OF FOOD
PRODUCTS BY THE POPULATION
OF UKRAINE

Petrenko O.D., Gulich M.P.

*SI «OM Marzieiev Institute for Public Health
of the National Academy of Sciences
of Ukraine», Kyiv, Ukraine*

The purpose of the article is to analyze trends in the nature of consumption by the population of Ukraine during 2000-2021 of food substances and energy, as well as the main groups of food products based on statistical indicators of the State Statistics Service of Ukraine.

Materials and methods: The study included the analysis of information from national government statistics on population nutrition and its changes over a long period.

The results: The nutrition structure of the population of Ukraine does not meet the requirements for rational nutrition. A decrease in the consumption of meat and meat products (less than recommended by 33.75%), milk and dairy products

(less by 46.97%), fruits and vegetables (less by 34.44%), fish and fish products (less by 34%). Low total caloric content of the diet and low estimated calcium content were also found.

According to data on food consumption by the Ukrainian population compared to similar indicators in other countries, low consumption of meat and meat products, fish and vegetable oil, moderate consumption of sugar is noted. milk and milk products, significant consumption of vegetables and potatoes.

Conclusions: The revealed trends in the structure of nutrition clearly indicate a significant impact of these changes on the life of the population, in particular, on the formation of health and an increase in the risk of developing food-dependent diseases. The nutritional status of Ukrainians requires careful attention and intervention to preserve and improve the health of the population.

Keywords: nutrition structure, food-dependent diseases, population of Ukraine.

рослинної олії; зменшення споживання хлібних продуктів та цукру.

2005-2010 роки: продовження збільшення споживання м'яса та м'ясних продуктів, яєць, плодів та ягід, олії.

Після 2010 року: загальне зниження темпів споживання, за винятком риби та рибних продуктів.

Проте, порівнюючи отримані дані з нормами, розрахованими раніше МОЗ як «Орієнтовний набір ос-

новної продовольчої сировини і харчових продуктів забезпечення у середньому на душу населення України на 2005-2015 роки», можна дійти висновку, що незважаючи на позитивні зміни у структурі

Таблиця 3

Середньодобове споживання населенням енергії, білків, жирів, основних мікро- та макроелементів у складі продуктів харчування (на одну особу відповідно Нормам фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії [7])

Нутрієнт	Розрахункові дані					Потреба
	2017	2018	2019	2020	2021	
Калорійність, ккал	2707	2706	2691	2674	2677	2000-4100
Протеїн, г	84,3	84,3	84,3	83,9	82,3	58-117
Жири, г	89,9	90,8	91,8	92,7	95,2	58-154
Кальцій, мг	874	872	879	880	879	1100-1200
Залізо, мг	20,2	20,2	19,9	19,7	19,4	15-17
Ретинол, мкг	1044	1034	1049	1055	1051	1000
Тіамін, мг	1,81	1,80	1,80	1,80	1,80	1,3-1,6
Рибофлавін, мг	2,49	2,60	2,60	2,60	2,60	1,6-2,0
Ніацин, мг	18,6	18,6	18,5	18,4	18,1	16-22
Аскорбінова кислота, мг	133	136	135	133	135	70-80

харчування населення загальний раціон харчування містить недостатню кількість м'яса та м'ясопродуктів (менше від рекомендованого на 33,75%), молока та молочних продуктів (менше на 46,97%), плодів та фруктів (менше на 34,44%), риби та рибних продуктів (менше на 34%). Отримані статистичні показники свідчать про незбалансоване харчування населення, що не відповідає раціональним нормам.

Відповідно до розрахованого середньодобового споживання населенням основних нутрієнтів можна відзначити дещо знижену калорійність раціону, яка не задовольняє потреби окремих категорій дорослого населення згідно з

Нормами фізіологічних потреб (табл. 3).

Порівнюючи дані щодо споживання різних груп продуктів з аналогічними показниками в інших країнах, можна побачити, що населення України споживає значно менше м'яса та м'ясних продуктів (табл. 4). При цьому споживання молока та молокопродуктів визначається на середньому рівні.

Водночас виявляється значне споживання овочів та картоплі, а рівень споживання риби та рослинної олії є низьким. Споживання цукру є помірним. Вищенаведені дані вказують на певні особливості структури харчування населення України порівняно з іншими країнами. Низьке споживання м'яса та м'яс-

них продуктів може бути пов'язаним з економічними обмеженнями. Високе споживання молока та молокопродуктів може бути визначене традиціями харчування та культурними уподобаннями, крім того продукти вважаються важливими джерелами кальцію та поживних речовин. Значне споживання овочів та картоплі може бути зумовленим їхньою доступністю та низькою вартістю, а низьке споживання риби та рослинної олії може бути зумовленим їхньою доступністю або культурними уподобаннями. Помірне споживання цукру, порівняно з іншими країнами, є позитивним явищем, оскільки високе споживання цукру може мати негатив-

Таблиця 4

Споживання продуктів харчування в окремих країнах у 2019 році (на одну особу на рік, кг) (за даними FAO/WHO [4])

	М'ясо та м'ясні продукти	Молоко та молочні продукти	Масло вершкове	Овочі	Картопля	Риба і рибні продукти	Олії рослинні	Цукор
Австрія	90	182	5,46	91	59	13,9	15	42
Болгарія	67	133	1,30	97	26	7,3	15	27
Бразилія	106	139	0,54	51	19	9,0	22	39
Індія	5	74	3,30	89	26	6,8	9	20
Іспанія	109	163	1,25	119	59	42,4	30	33
Італія	79	200	1,92	100	36	29,8	27	32
Канада	95	161	3,72	102	82	21,8	26	35
Китай	70	23	0,14	381	44	50,8	9	7
Латвія	74	165	3,35	89	112	24,7	16	31
Нідерланди	57	314	5,90	71	76	21,9	15	36
Німеччина	80	169	6,05	88	65	12,6	17	37
Польща	86	182	3,73	124	99	12,4	7	44
Румунія	79	228	1,28	142	97	8,3	15	27
США	130	231	2,43	107	50	22,1	20	33
Фінляндія	75	336	5,02	85	58	33,5	3	29
Чехія	89	145	4,17	77	66	9,3	18	30
Японія	53	47	0,65	97	19	47,0	15	16
Україна*	53,6	200,5	164,7	135,7	12,5	12,0	28,8	

Примітка: * – за даними Державної служби статистики України, 2019 р. [4].

ний вплив на здоров'я.

Таким чином, підсумовуючи вищевикладене, слід зазначити, що відображені дані вказують на складну динаміку у споживанні харчових продуктів в Україні, яка має як позитивні, так і негативні аспекти. Позитивні аспекти включають збільшення споживання білкових продуктів (м'ясо, яйця), овочів, фруктів та олії, що може свідчити про певний прогрес у рівні харчування та доступності деяких корисних продуктів. Однак зниження загальної калорійності раціону, нестача кальцію можуть вказувати на можливий негативний вплив на здоров'я населення. Розгляд зміни структури харчування за часом дозволив виявити, що протягом 2000-2010 років споживання різних груп харчових продуктів, а від 2010 року відбувалося поступове зменшення споживання, що може вказувати на подальше погіршення забезпеченості харчового раціону населення. Порівняння споживання різних груп продуктів з аналогічними показниками в інших країнах виявляє відносно низьке споживання м'яса та риби. Виявлені тенденції у структурі харчування однозначно свідчать про значний вплив цих змін на життєдіяльність населення, зокрема на формування здоров'я та збільшення ризику розвитку аліментарно-залежних захворювань. Це свідчить про необхідність реалізації політики громадського здоров'я та впровадження заходів, спрямованих на попередження негативних наслідків неправильного харчування.

Висновки

1. Структура харчування населення України не відповідає вимогам до раціонального харчування. Визначено зменшення спо-

живання м'яса та м'ясо-продуктів (менше від рекомендованого на 33,75%), молока та молочних продуктів (менше на 46,97%), плодів та фруктів (менше на 34,44%), риби та рибних продуктів (менше на 34%).

2. За даними споживання продуктів українським населенням порівняно з аналогічними показниками в інших країнах, відзначається низьке споживання м'яса та м'ясних продуктів, риби та рослинної олії, помірне споживання цукру, молока та молокопродуктів, значне споживання овочів та картоплі.

3. Виявлений стан харчування населення відображає культурні, економічні та соціальні особливості харчування українців. Водночас виявлені негативні тенденції харчування населення можуть сприяти розвиткові аліментарно-залежних захворювань, що вимагає комплексного підходу до вирішення проблеми та спільних дій науковців, держави, суспільства.

4. Проаналізований стан харчування стосується довоєнного періоду та є базовим для подальшого оцінювання харчування населення в умовах війни та у повоєнний період.

REFERENCES

1. Zakhodym M. Prodovolcha bezpeka ta yiyi mistse u strukturі ekonomichnoyi bezpeky derzhavy [Food security and its place in the structure of economic security of the state]. *Innovative Economy*. 2022;(1):31-7. <https://doi.org/10.37332/2309-1533.2022.1.4> (Ukrainian).

2. Anisman H, Hayley S, Kusnecov A. The immune system and mental health. Elsevier; 2018. Life-

Style factors affecting biological processes and health; p. 103-39.

<https://doi.org/10.1016/b978-0-12-811351-6.00004-8>

3. Neshchadym LM, Povorozniuk IM, Lytvyn OV. Pravylnе zbalansovane kharchuvannia yak osnovnyi faktor zdorovia molodi [Proper balanced nutrition as the main factor of youth health]. *Economies' Horizons*. 2021 Dec 30; (3-4(18)):73-81. [https://doi.org/10.31499/2616-5236.3-4\(18\).2021.246579](https://doi.org/10.31499/2616-5236.3-4(18).2021.246579) (Ukrainian).

4. Balansy ta spozhyvannia osnovnykh produktiv kharchuvannia naselenniam Ukrainy [Balances and consumption of basic food products by the population of Ukraine]. Kyiv: Derzhavna sluzhba statystyky Ukrainy [State Statistics Service of Ukraine]; 2021. 57 p.

5. Deiaki pytannia prodovolchoi bezpeky, Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy [Some issues of food security, Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine] № 1379, 2007 Dec 5.

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1379-2007-п#Text>

6. Pro zatverdzhennia Norm fiziologichnykh potreb naselennia Ukrainy v osnovnykh kharchovykh rehovynakh i enerhii, Nakaz Ministerstva okhorony zdorovia Ukrainy [On the approval of the norms of physiological needs of the population of Ukraine in basic food substances and energy, Order of the Ministry of Health of Ukraine] № 1073, 2017 Sep 3.

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1206-17#Text>

Надійшло до редакції
27.03.2024