

**Жуков Е.В.**

## **ПРЕДПОСЫЛКИ КОНСТРУИРОВАНИЯ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ГЕРОНТОЛОГИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ**

Глобальная стратегия Всемирной организации здравоохранения в области рациона питания, физической активности и здоровья, утвержденная Всемирной ассамблеей здравоохранения (Резолюция 57.17 от 22 мая 2004 года) постулирует, что существует уникальная возможность сформулировать и осуществить эффективную стратегию в целях решительного сокращения смертности и заболеваемости во всем мире за счет улучшения рациона питания и повышения физической активности.

Проблема рационального питания различных групп населения сегодня имеет большое социально-экономическое значение. Влияние различных нутриентов на здоровье человека изучается медиками, нутрициологами, физиологами, биохимиками. Доказано существование зависимости между потреблением различных нутриентов и здоровьем человека. В наибольшей степени подобная зависимость характерна для людей пожилого возраста.

Гипотеза, согласно которой причиной старения являются изменения генетического аппарата клетки, является одной из наиболее признанных в современной геронтологии. Наиболее распространенными заболеваниями в пожилом возрасте являются: сахарный диабет, ожирение, сердечнососудистые заболевания, атеросклероз, заболевания органов пищеварения, онкологические заболевания, заболевания центральной нервной системы, йододефицитные и железodefицитные состояния.

Согласно классификации, одобренной Конгрессом геронтологов и гериатологов, все население старше 50 лет подразделяется на 3 возрастные категории: зрелый возраст – 50...60 лет, пожилой возраст – 61...74 лет, преклонный возраст – 75 лет и старше. Люди в возрасте 90 лет и старше отнесены к долгожителям.

В Харькове на сегодняшний день проживает 1,453 млн. человек, из них 30 % приходятся на население старше 50 лет. Из приведенных данных очевидно, что значительное количество харьковчан нуждается в геронтологическом питании.

Основой для действий при конструировании продукции ресторанного бизнеса геронтодиетического назначения (среди прочего) являются:

- достижение энергетического баланса и оптимальной массы тела;
- ограничение потребления «свободных» сахаров;
- повышение потребления фруктов и других растительных продуктов, включая овощи, немолотое зерно и орехи;
- использование геропротекторов.

В настоящее время на кафедре технологии и организации ресторанного бизнеса ХТЭИ КНТЭУ ведутся исследования возможности использования геропротекторов в качестве рецептурных компонентов блюд, кулинарных и кондитерских изделий.