



ПРО СТРУКТУРУ СПОЖИВАННЯ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ У ШВЕЙЦАРІЇ ТА НАПРЯМКИ ЇЇ ЗМІН У 1990–2010 РОКАХ

¹ М. С. Романенко, кандидат мед. наук, ² С. І. Романенко, кандидат екон. наук

¹ ДУ „Інститут геронтології імені Д. Ф. Чеботарьова НАМН України”,

² Київський славістичний університет, м. Київ

Резюме. Аналізується структура харчування населення Швейцарії за період 1990–2010 рр. На першому місці вже багато десятиріч перебуває натуральне молоко, на другому – 30 останніх років – фрукти, на третьому – овочі. Стабільно високою є частка високоякісних продуктів тваринного походження. Особливості структури харчування дозволяють говорити про наявність в країні системної політики розвитку харчування. Систему харчування населення Швейцарії можна, на наш погляд, розглядати як один із можливих зразків для вдосконалення системи харчування населення в Україні на перспективу.

Ключові слова: структура харчування, споживання, харчові продукти, Швейцарія, системна політика.

Резюме. Анализируется структура питания населения Швейцарии за период 1990–2010 гг. На первом месте уже много десятилетий находится натуральное молоко, на втором – 30 последних лет – фрукты, на третьем – овощи. Стабильно высокой является доля высококачественных продуктов животного происхождения. Особенности структуры питания позволяют говорить о наличии в стране системной политики развития питания. Систему питания населения Швейцарии можно, на наш взгляд, рассматривать как один из возможных образцов для улучшения системы питания населения в Украине на перспективу.

Ключевые слова: структура питания, потребление, пищевые продукты, Швейцария, системная политика.

Summary. The nutrition structure in Swiss population in 1990–2010 years is analyzed. The consumption of milk takes first place in the nutrition structure for many years, fruits takes second place about thirty years, vegetables takes third place. The part of high quality animal products is constantly high. The peculiarities of the nutrition structure allow to think about systematic policy of nutrition development. In our opinion, the nutrition system of Swiss population can be considered as one of the possible samples to improvement of Ukrainian population nutrition system in future.

Key words: nutrition structure, consumption, nutrition products, Switzerland, systematic policy.

Швейцарія — невелика альпійська держава — вже протягом кількох століть привертає увагу всього світу як країна, що поєднує демократичну організацію суспільного життя з інноваційним розвитком, забезпечує високі життєві стандарти населення. За рівнем економічного розвитку Швейцарія належить до найбагатших країн світу. Обсяг валового внутрішнього продукту на душу населення тут у кілька разів вищий від відповідного середньосвітового показника. Про Швейцарію, різні аспекти життя її населення написано багато, але водночас є речі, які хоч і відкриті для спостереження, але недостатньо відомі в Україні. Певною мірою це стосується і споживання продуктів харчування її населенням.

Ознайомлення з швейцарською статистикою показує, що питання обсягів, динаміки споживання харчових продуктів вже понад століття тією чи іншою мірою є предметом уваги та турботи суспільства. Так, статистика споживання населенням м'яса започаткована ще наприкінці XIX століття, близько століття як був налагоджений облік споживання молока.

Після закінчення Другої світової війни харчування населення стало предметом уваги держави. У

1948 році була створена федеральна комісія з харчування, до якої увійшли представники всіх зацікавлених сторін (споживачі, виробники, вчені). Комісія розробила план дій. Це позначилося і на статистиці, яка стала однією з основ інформаційного забезпечення аналізу рівня, структури та динаміки споживання харчових продуктів. На сьогодні у Швейцарії статистичний облік споживання продуктів харчування ведеться по 13 групах, зокрема по 6 групах рослинних продуктів та по 6 групах продуктів тваринного походження. Окрім того, враховується споживання вина, яке у статистиці багатьох країн обліковується окремо.

У перші повоєнні десятиріччя в країні зростало споживання висококалорійних продуктів тваринного походження як джерела білка та жирів, зменшувалося споживання вуглеводів тощо. Так, у 1980 р. порівняно з 1960 р. споживання картоплі зменшилося з 68 кг до 46,7 кг на душу населення (на 31,3 %), хліба та виробів із зерна з 98 кг до 72,1 кг (на 26,4 %). Водночас зросло споживання масла на 54,0 %, жирних сирів — на 67,1 %, м'яса — на 11,0 % (з 58 кг до 64,4 кг на душу населення), фруктів — на 17,7 % (з 79,5 кг до 93,6 кг), овочів —

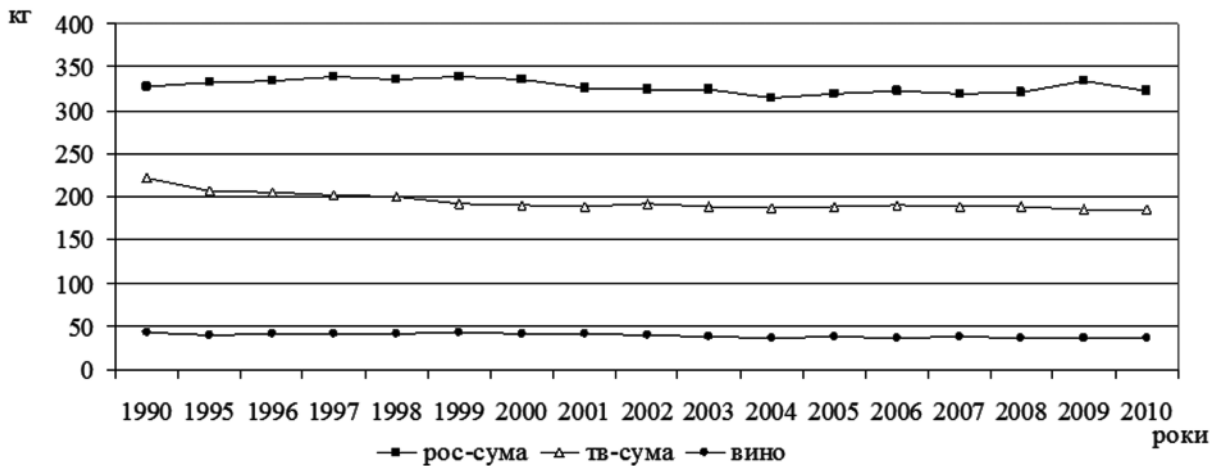


Рис. 1. Динаміка обсягів споживання продуктів тваринного та рослинного походження і вина у Швейцарії в 1990-2010 рр., кг на душу населення [1].

на 12,4 % (з 59,5 до 68 кг). Утрічі зросло споживання риби, але потрібно зважати на його відносно низький рівень у 1960 р. – всього 2 кг на душу населення. Щодо вина, то у 1960 році його споживалось у Швейцарії в розрахунку на одну людину 39 кг, а у 1980 р. – 40,2 кг [1].

Наприкінці 70-х років минулого століття швейцарська Федеральна комісія з харчування разом із Федеральним офісом громадського здоров'я підготували Першу національну доповідь з харчування, яка проаналізувала його стан під кутом зору здоров'я населення. Вона ж містила рекомендації щодо напрямків вдосконалення структури харчування. Тобто, можна говорити про появу у країні продуманої харчової політики. До сьогоднішнього дня в країні було розроблено п'ять національних доповідей про харчування, які визначали найбільш актуальні проблеми для кожного періоду.

Окрім аналітичних доповідей приймалися документи, спрямовані на корекцію харчової політики. Серед останніх – «Національна програма харчування та фізичної активності (руху) на 2008–2012 рр.» і «Національний план дій з харчування, включаючи заходи безпеки та планування, 2011». Оскільки, за даними обстежень, близько 64 % дорослих швейцарців не дотримуються рекомендованої норми — щонайменше півгодини помірної фізичної активності на день, а 19 % є взагалі фізично неактивними [2], то до заходів боротьби з порушеннями обміну речовин, пов'язаних із аліментарним чинником, долучаються питання фізичної активності населення.

У 80-х роках минулого століття у харчуванні швейцарського населення з'явився ряд нових тенденцій: зменшення споживання масла — на 20,8 %, м'яса — на 3,6 %. Продовжувалося зменшення споживання картоплі — на 5,4 %. Зменшення споживання фруктів на 10,3 % є дещо незрозумілим з медичних позицій, але зрозумілим з позицій економічних. Зменшення споживання натурального

молока на 7,3 % супроводжувалося дією раніше започаткованої тенденції збільшення споживання жирних сирів — на 7,7 % [1].

У 90-ті роки минулого століття Швейцарія мала систему харчування населення, яка передбачала високий рівень споживання тваринних білків, враховувала необхідність забезпечення організму людини природними вітамінами та баластними речовинами за рахунок фруктів та овочів. Національні традиції простого та раціонального харчування, здорового способу життя поєднувалися з новітніми досягненнями науки та практики харчування. В окремих питаннях приймалися рішення, які, на перший погляд, суперечили світовим тенденціям, зокрема, значний обсяг споживання енергетично щільних продуктів, передусім, цукру.

Динаміка споживання харчових продуктів, а також вина протягом 1990–2010 років відображена на рис. 1.

На рис. 1 привертає увагу відсутність різких коливань показників в аналізованому періоді, що, на наш погляд, свідчить про відносну стабільність загальної структури споживання, її відповідність у цілому вимогам часу та потребам населення країни. Водночас видно, що показники не є застиглими, а змінюються. Отже, швейцарська система харчування реагувала на виклики глобалізації та інформаційного впливу на суспільство, зокрема, на зростання часу перебування людей у транспорті, збільшення та інтенсифікацію інформаційних потоків через комп'ютерні мережі та Інтернет, зменшення фізичної активності населення, з одного боку, та впровадження індустріальних харчових технологій, виникнення і поширення мереж швидкого харчування, з іншого.

Більш диференційовану картину споживання рослинних та тваринних продуктів можна спостерігати по окремих групах. Протягом усього аналізованого періоду на першому місці у споживанні рослинних продуктів (рис. 2.) перебувала група

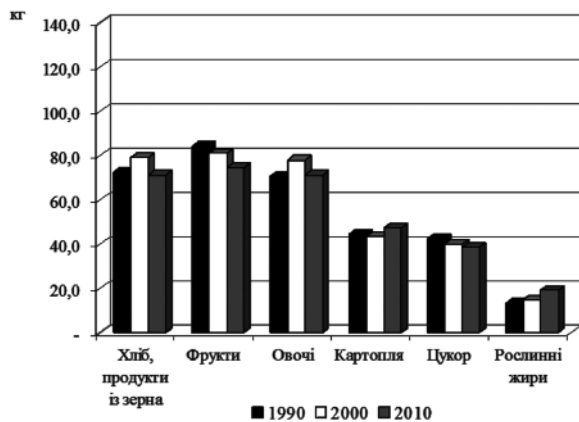


Рис. 2. Рівень споживання продуктів рослинного походження по групах у Швейцарії в 1990–2010 рр., кг на душу населення [1].

«Фрукти», на другому – «Овочі», на третьому – «Хліб та вироби із зерна та борошна». Щоб не обмежуватися лише трьома роками, вказаними у діаграмі, і елімінувати вплив річних коливань, ми додатково взяли середні дані про споживання продуктів за три п'ятирічних періоди: 1996–2000 рр., 2001–2005 рр. та 2006–2010 рр.

У період 2001–2005 років з'явилася тенденція до зближення обсягів споживання фруктів та овочів. Однак у п'ятиріччі 2006–2010 фрукти зберегли лідерство у споживанні серед рослинних продуктів, яке вони утримують 30 років. Саме у 1980 р. був досягнутий максимальний рівень їх споживання на душу населення – 93,6 кг. З того часу, однак, споживання фруктів зменшувалося. У 1990 р. воно становило 84 кг, а в 2000 р. – 80,8 кг на душу населення. При цьому динаміка споживання фруктів за три останні п'ятиріччя показує уповільнення середньорічних обсягів його зменшення від – 1,2 кг (2001–2005 рр.) до – 0,1 кг (2006–2010 рр.) [1]. Це дає певні сподівання на стабілізацію обсягів споживання фруктів у Швейцарії на даному рівні.

Овочі посідали друге місце у споживанні рослинних продуктів не лише у 2001–2005 рр., а і в попередньому п'ятиріччі. Розгляд їх динаміки за двадцятирічний період показує циклічність коливань споживання овочів при слабкій тенденції до зростання. Спад на 5,4 кг у споживанні овочів, який мав місце у 2001–2005 рр. порівняно з відповідними показниками 1996–2000 рр., а в 2006–2010 рр. порівняно з попереднім п'ятиріччям — ще на 2,2 кг, не заперечує цієї довгострокової тенденції [1].

Середній сумарний рівень споживання овочів та фруктів у 2000 році становив у Швейцарії 435 г/добу, у 2010 – 400 г/добу. Однак швейцарські аналітики наголошують на недостатньому рівні споживання населенням овочів та фруктів, вважаючи, що це збільшує ризик розвитку захворювань, пов'язаних із харчуванням [3]. Якщо за реко-

мендаціями ВООЗ споживання овочів та фруктів має становити 400 г/добу і більше [4], то рівень, рекомендований Швейцарським товариством з харчування, становить від 600 г/добу [5].

Група «Хліб та продукти із зерна ...» за середньорічними обсягами душевого споживання у п'ятиріччях 1996–2000 та 2001–2005 посідала третє місце серед продуктів рослинного походження, а в 2006–2010 рр. ділила друге-третє місця з овочами. У 50-х та 60-х роках минулого століття у Швейцарії група «Хліб та продукти із зерна ...» посідала перше місце за обсягами споживання серед продуктів рослинного походження і друге місце у загальній структурі споживання. Однак у 70-х та 80-х роках у зв'язку з підвищенням життєвого рівня населення продукти даної групи поступилися позицією овочам та фруктам [1].

Картопля, що є окремою групою продуктів, у Швейцарії втратила роль масового та щоденного продукту харчування населення, яким вона була в середині ХХ ст. У наступні періоди, як раніше зазначалося, її споживання зменшувалося і з 80-х років стабілізувалося з невеликими коливаннями на рівні 42–45 кг на душу населення на рік.

Цукор вже два століття як увійшов у споживання населення Швейцарії. Після Другої світової війни обсяги його вживання є практичним і наочним підтвердженням особливої харчової політики Швейцарії щодо цього продукту. Зокрема, вони свідчать про неприйняття поширеної у 70-х роках минулого століття тези про цукор як різновид «білої» смерті. Вже у 1961 р. споживання цукру в Швейцарії досягло 41 кг на душу населення на рік, або понад 110 грамів на добу і з того часу стабілізувалося на рівні 40–43 кг на рік. Головний напрям споживання цукру — продукція харчової промисловості: кондитерські вироби, насамперед, шоколад, цукерки, печиво, торти, солодкі напої. Щодо шоколаду, то в Швейцарії сформовано культ його споживання. За споживанням шоколаду Швейцарія є світовим лідером, у 2011 р. воно досягло майже 13 кг на душу населення. Маючи розвинену кондитерську промисловість та імпортує цукор, Швейцарія водночас оберігає внутрішнє виробництво цукрового буряку, розглядаючи його як стратегічну галузь. Власне вирощування даної культури Швейцарія налагодила лише після Першої світової війни з метою гарантувати стабільність кондитерської галузі країни, яка є одним із показників високих життєвих стандартів і водночас має експортний характер [1].

Рослинні жири — остання група продуктів рослинного походження. Протягом третини минулого століття, починаючи з 60-х і до початку 90-х років, їх споживання стабільно утримувалося на рівні 12–13 кг на душу населення на рік. Внутрішнє виробництво олії базується на переробленні місцевого рапсу. Однак у продажу, окрім рапсової,

постійно присутні різні види олій, наприклад, оливкова, соняшникова, кукурудзяна та інші. Помітне зростання споживання олій у Швейцарії почалося після 1990 р., коли на світовому ринку з'явилася дешева соняшникова олія із пострадянських країн. Частка імпорту у споживанні олій становить у Швейцарії понад 80 %. У 2010 р. споживання олій на душу населення в Швейцарії підійшло впритул до 19 кг. Порівняно з 1990 роком зростання становило понад 1,4 раза [1]. Цей приріст використовується, на наш погляд, в основному у приготуванні продуктів за новими харчовими технологіями. В останні роки Швейцарія у значних обсягах імпортує олію з України. Однак цього не можна зрозуміти з етикеток на пляшках соняшникової олії. На них повсюдно лише написи — розфасовано та очищено в Швейцарії або в Євросоюзі. Водночас на пляшках оливкової та рапсової олії вказується країна-виробник, а часто і конкретна фірма-виробник.

Кількість зведених груп статистичного обліку споживання продуктів тваринного походження (шість) у Швейцарії є більшою, ніж в Україні, де їх лише чотири. Обсяги споживання окремих груп цих продуктів у Швейцарії мають значні відмінності, окрім того динаміка змін у групах має різну спрямованість (рис. 3). Так, споживання молока, масла та яєць у 2010 р. порівняно з 1990 р. зменшилося, а жирних сирів та риби зросло.

Група продуктів «Молоко» у швейцарській структурі споживання перебуває на першому місці не лише серед тваринних продуктів, а й по харчуванню в цілому. Щодо цієї групи, ми маємо на увазі молоко у натуральному вигляді та рідинні продукти на його основі — кисломолочні напої, йогурти тощо. Орієнтовний склад цієї групи можна побачити за даними 2002 р.: із 99,0 кг загального обсягу кисломолочні суміші – 29,5 кг, йогурти – 17,8 кг. Основною формою споживання натурального молока у Швейцарії є стандартизоване молоко з вмістом жиру 3,5 %. Молоко з вмістом жиру 1,5 % продається в торговельних мережах Швейцарії під етикеткою „Напій, частково знежирене молоко”

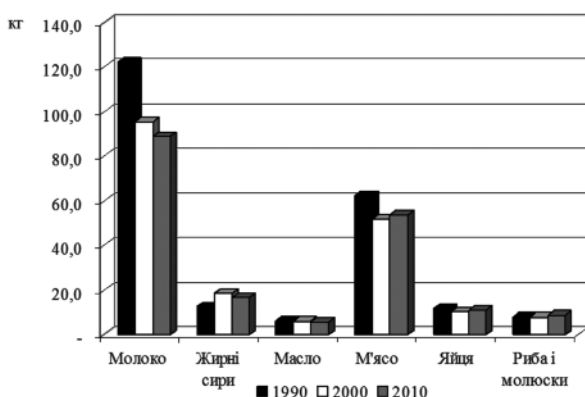


Рис. 3. Рівень споживання продуктів тваринного походження по групах у Швейцарії в 1990–2010 рр., кг на душу населення [1].

(Drink, halbentrahmte Milch, lait demi-ecreme). За смаковими якостями та вмістом білка ці два різновиди натурального молока не мають відмінностей. Ціни на них у торгових мережах теж однакові.

Показово, що натуральне молоко посідає перше місце у харчуванні швейцарського населення вже багато десятиріч. У 1960 р. його споживання на одну особу становило 179 кг на рік. З того часу споживання натурального молока в Швейцарії зменшується. У 2010 р. порівняно з 1960 р. воно скоротилося на 90,1 кг, а за останні 20 років — на 33,2 кг або 27,2 % [1]. Незважаючи на таку динаміку, натуральне молоко у аналізованому періоді весь час зберігало у Швейцарії перше місце за обсягами споживання.

Привертає увагу поступове зменшення обсягів споживання натурального молока по п'ятиріччях. Якщо у 2001–2005 рр. воно становило в середньому 1,5 кг на рік, то у 2006–2010 рр. – 0,6 кг. Причини зменшення споживання натурального молока вимагають окремого аналізу. Тут передусім дається взнаки, мабуть, загальне зростання споживання інших рідин — фруктових соків, солодких напоїв, мінеральних вод тощо. Із наведених показників було б помилковим робити висновок про втрату загальної ролі молока та молочних продуктів у харчуванні населення Швейцарії. Якщо в українській статистиці синтетична група «Молоко та молочні продукти» виступає як єдине ціле, то за швейцарською статистикою вона поділена на три окремі групи: натуральне молоко, жирні сири, масло, сукупний, синергетичний вплив яких є значно більшим, ніж окремо взятої групи «Молоко».

Споживання жирних сирів привертає увагу кількома обставинами. Продукти цієї групи характеризуються високими біологічними властивостями, зокрема є джерелом тваринного білка та мають високу енергетичну цінність. Їх споживання у Швейцарії є багатовіковою традицією національного харчування, яка сформувалася на альпійських пасовищах і на сьогодні активно підтримується. У країні виробляється понад 400 сортів сирів. Їх душеве споживання у Швейцарії зростає. Так, у 2010 р. по відношенню до 1990 р. зростання становило 131,8 %. Водночас лікарі в останні роки застерігають, щодо значного споживання цього продукту, хоча Швейцарія ще не досягла рівня Франції (18,6 кг на душу населення на рік у 2008 р.) [6].

До молочних продуктів належить і найменша за обсягом група — масло. У роки після закінчення Другої світової війни у Швейцарії почався період піднесення споживання масла. У 1960 р. воно становило 5 кг на душу населення, а пік споживання припав на 1980 р. – 7,7 кг. У наступний період споживання масла почало зменшуватися і зрештою стабілізувалося на рівні 5,5–6,0 кг наприкінці 90-х років минулого століття. Отже, ми маємо підстави говорити про те, що за півстоліття загальне ставлення споживачів

і медичного співтовариства до масла змінювалося у Швейцарії двічі. На зміну високому споживанню масла після Другої світової війни, після середини 70-х років прийшло критичне ставлення до високого споживання цього природного продукту.

Отже, при формальному скороченні використаня молочних продуктів за загальною вагою, їх фактичне значення у споживанні населенням Швейцарії не зменшується. Якщо перерахувати всі три групи вказаних продуктів за методологією української статистики, коли на виготовлення одного кілограма вершкового масла жирності 72 % йде 22 л молока жирності 3,5 %, а на виготовлення 1 кг жирного сиру – в середньому 9 літрів молока, то в цілому їх загальна вага становила 6 у Швейцарії у 1960 р. 352 кг, у 1990 р. – 370 кг, у 2000 р. – 392 кг, у 2010 р. – 362 кг. Таким чином, сумарні обсяги споживання молока та молочних продуктів в перерахунку на молоко свідчать про збереження провідної ролі молока та молочних продуктів у структурі харчування населення Швейцарії. Однак співвідношення між вказаними трьома групами продуктів протягом аналізованого періоду істотно змінилося (табл. 1). Найбільшу питому вагу посідають на даний час жирні сири, на другому місці перебуває масло, а на третьому — натуральне молоко. При цьому частка натурального молока зменшилася у 2010 р. порівняно з 1960 р. удвічі, а порівняно з 1990 р. на 8,41 процентних пункти. Частка жирних сирів зросла в аналізованому періоді більше, ніж удвічі, а частка масла — на три процентних пункти.

Високий рівень споживання молока та молочних продуктів у Швейцарії досягається насамперед завдяки структурі сільськогосподарського виробництва, частка молочної галузі у якому становила у 2009/10 роках 60,5% проти 11,8% у середньому в світі. Відповідно частка зернової галузі становить у Швейцарії 14,4 % проти 43,8 % у світі [7]. При цьому частка внутрішнього виробництва у споживанні населенням продукції сільського господарства та рибальства за валовою вагою (без кормів) у 2008 р. становила у Швейцарії по молоку 46,8 %, в той час як у споживанні фруктів та вина – 5,7 % [8].

Обсяг споживання м'яса — один з головних параметрів якісної оцінки харчування населення. За цим показником Швейцарія істотно відстає, наприклад, від США. Однак швейцарська політика харчування, як видно з багаторічної динаміки його споживання, не ставила собі за завдання досяг-

нення американського рівня. У період після закінчення Другої світової війни зростання обсягів споживання м'яса мало місце лише до кінця 70-х років, до речі, так само як і масла. З початку 80-х років обсяги споживання м'яса та масла у Швейцарії почали повільно зменшуватися, що відповідало рекомендаціям медиків.

Початок ХХ століття характеризувався у Швейцарії продовженням тенденції до зменшення споживання м'яса. У 2001–2005 рр. його середньорічне душеве вживання становило 52 кг проти 54,2 кг у 1996–2000 рр. [1].

Незважаючи на зменшення протягом останніх двох десятиріч споживання м'яса та масла, досить високий обсяг споживання овочів та фруктів, за лікарськими даними, в окремих регіонах Швейцарії зростає поширеність порушень вуглеводного та ліпідного обміну. Зокрема, у жителів Женеви за період 1993–2003 років зросла поширеність надлишкової ваги та ожиріння, гіперхолестеринемії та випадків лікування з приводу діабету [9].

Водночас аналіз хімічного складу харчування населення показує, що хоча протягом 90-х років частка споживання жирів зменшилась з 42 % до 38 % добової енергетичної цінності раціону, однак все одно вона залишається високою [3]. До певної міри це можна пояснити і зростанням споживання жирних сирів і структурою споживання м'ясних продуктів. Остання засвідчує домінування свинини, частка якої у 2009 р. становила 45,3 %. Потрібно однак зазначити, що порівняно з 1990 р. частка свинини зменшилась, а на другу позицію у 2009 р. вийшла птиця – 20,5 %. Частка яловичини зменшилась до 20, 1% і вона опустилася на третє місце [1].

Наступна група продуктів тваринного походження – «Яйця». Середній рівень їх споживання в Швейцарії у 2010 р. становив 30,1 г/добу, половинна ваги стандартного яйця. Вказаний обсяг споживання був досягнутий у Швейцарії ще у 1960 р. і з того часу підтримується при амплітуді коливань ± 10 % [1].

Ще одна група продуктів тваринного походження – «Риба та молюски». За рівнем їх споживання Швейцарія поступається багатьом країнам, насамперед, приморським, однак у багаторічній динаміці споживання риби та молюсків зростає. Якщо у 1960 р. воно становило 2 кг на душу населення, то у 1980 р. – 6,0 кг, 1990 р. – 7,7 кг, у 2000 р. – 7,8 кг,

Таблиця 1

Структура споживання молочних продуктів у перерахунку на молоко у Швейцарії в 1960–2010 роках, %

Продукт харчування	1960	1990	2000	2010
Натуральне молоко	50,9	33,0	24,3	24,59
Жирні сири	17,9	30,7	42,0	41,33
Масло	31,3	36,3	33,7	34,08
Всього	100,0	100,0	100,0	100,0

а в 2010 р. – 8,8 кг. Привертає увагу поступовість у нарощуванні обсягів споживання риби, хоча економічні можливості, здавалось би, дозволяли збільшити споживання риби у коротші періоди. Риба в Швейцарії належить до дорогих продуктів харчування.

Остання група в швейцарській статистиці споживання продуктів харчування — вино. У 2010 р. його споживання в середньому становило 36,9 кг на рік, або 101 г/добу. Такий рівень з незначними відхиленнями утримується у Швейцарії вже майже півстоліття (рис. 1). Максимум споживання вина був у 1985 р. – 46,8 кг, або 128 г/добу. Рівень, як бачимо, теж загалом невисокий. Однак не можна сказати, що в Швейцарії відсутня проблема алкоголізму та алкогольного цирозу. Вона існує, оскільки харчова статистика, по-перше, не включає споживання міцних алкогольних напоїв та пива, облік яких йде за іншими розділами, по-друге, споживання вина носить нерівномірний характер по різних групах населення. Та все ж масштаби поширення алкоголізму та алкогольного цирозу у Швейцарії є нижчими, ніж у багатьох інших країнах.

Висновки. У Швейцарії приділяється значна увага питанням харчування з боку суспільства, держави та наукового співтовариства. В країні регулярно аналізується стан харчування населення, його вплив на здоров'я, розробляються рекомендації щодо вирішення його проблем і напрямків вдосконалення. Склад та вага окремих груп продуктів споживання, співвідношення продуктів рослинного та тваринного походження у харчуванні населення Швейцарії мають ряд особливостей, які дозволяють говорити про наявність у країні

системної політики розвитку харчування.

У Швейцарії, як показує аналіз, значною мірою враховуються рекомендації дієтологів щодо забезпечення організму людини тваринними білками, природними вітамінами, простими та складними вуглеводами, рослинними жирами та баластними речовинами. У структурі харчування вже багато десятиріч на першому місці перебуває молоко. Однак в цілому у структурі харчування переважають продукти рослинного походження, серед яких на першому місці вже близько 30 років перебувають фрукти, на другому місці — овочі. У країні перевищено рекомендований ВООЗ мінімальний рівень споживання овочів та фруктів 400 г/добу, проте місцеві фахівці вважають досягнутий рівень недостатнім і наголошують на необхідності досягнення рівня 600 г/добу.

Потрібно вказати на стабільно високу частку у харчуванні високоякісних продуктів тваринного походження, які забезпечують організм людини незамінними амінокислотами. При цьому, починаючи з 80-х років ХХ ст., спостерігається тенденція до зменшення або стабілізація споживання м'яса та яєць. Відбувається переорієнтація в споживанні молочних продуктів — на тлі скорочення споживання натурального молока стабілізувалося споживання масла та зростає споживання жирних сирів.

Незважаючи на відмінності в економічному становищі Швейцарії та сучасної України, систему харчування населення у Швейцарії можна, на наш погляд, розглядати як один із можливих зразків для вдосконалення структури споживання продуктів харчування в Україні на перспективу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Statistisches Jahrbuch der Schweiz / Bundesamt fur Statistik - Zurich: Verlag Neue Zurcher Zeitung, 1964, 1974, 1984, 1994, 2004, 2009, 2012.
2. Nationales Programm Ernährung und Bewegung, 2008-2012. –Bern: Bundesamt fur Gesundheit, 2008. –61 p.
3. Plan d'action. Alimentation et sante: une politique nutritionnelle pour la Suisse –Berne: OFSP, 2001. –38 p.
4. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Report of a joint WHO/FAO expert consultation. –Geneva, WHO, 2003. –WHO Technical Report Series, No. 916. –[Електронний ресурс]. –Доступ: http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_916.
5. Swiss food pyramid. Societe Suisse de nutrition –Berne, 2012. –5 p. –Доступ: http://www.sge-ssn.ch/media/medialibrary/pdf/100-ernaehrungsthemen/10-gesundes_essen_trinken/Lebensmittelpyramide/_sge_pyramid_basic_E.pdf
6. Consommation moyenne de quelques produits alimentaires / Conditions de vie-Societe [Електронний ресурс]. –Доступ : <http://www.insee.fr/fr/themes>
7. Jud K. Weltweite Ernährungstrends und ihre Bedeutung fur die schweizerische Versorgungssicherheit. Entwicklungen und Prognosen zur Nahrungsmittelproduktion und zum Nahrungsmittelkonsum / K. Jud. –Brugg: Schweizerischer Bauernverband, 2012. –36 p.
8. Vom Feld bis auf den Teller. Die Lebensmittelkette in der Schweiz / Bundesamt fur statistik. BFS aktuell. 7 Land- und Forstwirtschaft –2010. –№ 1, November. –4 p.
9. Morabia A. The obesity epidemic as harbinger of a metabolic disorder epidemic: trends in overweight, hypercholesterolemia, and diabetes treatment in Geneva, Switzerland, 1993–2003 / A. Morabia, M.C. Costanza // Am. J. Public Health. –2005. –Vol.95 (4). –P. 632-635.

Надійшла до редакції 08.02.2013 р.