



# Неполноценное питание

1 марта 2024 г. | Вопросы и ответы

---

## Что такое неполноценное питание?

Неполноценное питание определяется как дефицит, избыток или дисбаланс в потреблении человеком калорий и/или нутриентов. Термин «неполноценное питание» охватывает 2 широкие категории патологических состояний. Одной из них является недоедание – категория, включающая задержку роста (низкий рост по отношению к возрасту), истощение (низкий вес по отношению к росту), пониженную массу тела или маловесность (низкая масса тела по отношению к возрасту) и дефицит или недостаточность микронутриентов (недостаток необходимых витаминов и минералов). Ко второй категории относятся такие состояния, как избыточная масса тела, ожирение, а также обусловленные питанием неинфекционные заболевания (такие как болезни сердца, инсульт, диабет и рак).

## Каковы последствия неполноценного питания?

От неполноценного питания страдают люди во всех странах мира. Около 890 миллионов взрослых во всем мире живут с ожирением, а 390 миллионов имеют пониженную массу тела. По оценкам, среди детей в возрасте до 5 лет 37 миллионов имеют избыточный вес, а у около 149 миллионов наблюдается задержка роста. Кроме того, 571 миллион, или 30% женщин репродуктивного возраста во всем мире, страдают анемией, причем примерно половине из них должен быть показан прием пищевых добавок с железом.

Многие семьи не могут позволить себе или не имеют физической возможности приобретать в достаточном количестве пищевые продукты с высокой пищевой ценностью, такие как свежие фрукты и овощи, бобовые, мясо и молоко; гораздо дешевле и доступнее оказываются продукты и напитки с высоким содержанием жиров, сахаров и соли, что приводит к быстрому росту числа детей и взрослых с избыточной массой тела и ожирением как в бедных, так и в богатых странах. Часто в одной и той же популяции, домохозяйстве или даже на уровне

отдельного индивида могут соседствовать и недоедание, и избыточная масса тела: так, человек может страдать избыточным весом, одновременно испытывая нехватку необходимых организму микроэлементов.

Какие меры принимаются для решения проблемы неполноценного питания?

В апреле 2016 г. Генеральная Ассамблея Организации Объединенных Наций приняла резолюцию, в которой провозглашалось Десятилетие действий ООН по проблемам питания 2016-2025 гг. Цель Десятилетия действий – активизировать выполнение политических обязательств для принятия поддающихся измерению мер по борьбе со всеми формами неполноценного питания. Главная задача заключается в том, чтобы обеспечить всем людям доступ к более здоровому и устойчивому питанию в интересах искоренения всех форм неполноценного питания во всем мире.

[English](#)

[العربية](#)

[中文](#)

[Français](#)

[Español](#)

**ГРУППА ВОЗ**

Штаб-квартира ВОЗ (штаб-квартира)

**Другие ссылки по теме**

---

[Информационный бюллетень о неполноценном питании](#)