**Недоедание**

1 апреля 2020 года

**Основные факты**

* **Недоедание, во всех его формах, включает недоедание (истощение, отставание в росте, недостаточный вес), недостаток витаминов или минералов, избыточный вес, ожирение и, как следствие, связанные с питанием неинфекционные заболевания.**
* **1,9 миллиарда взрослых имеют избыточный вес или ожирение, в то время как 462 миллиона имеют недостаточный вес.**
* **47 миллионов детей в возрасте до 5 лет истощены, 14,3 миллиона серьезно истощены и 144 миллиона отстают в росте, в то время как 38,3 миллиона страдают избыточным весом или ожирением.**
* **Около 45% смертей среди детей в возрасте до 5 лет связаны с недостаточным питанием. В основном это происходит в странах с низким и средним уровнем дохода. В то же время в этих же странах растут показатели детского избыточного веса и ожирения.**
* **Последствия глобального бремени недоедания для развития, экономики, социальной сферы и медицины являются серьезными и долговременными для отдельных людей и их семей, общин и стран.**

Недоедание относится к недостаткам, избыткам или дисбалансам в потреблении человеком энергии и / или питательных веществ. Термин недоедание охватывает 3 широкие группы состояний:

* недостаточное питание, которое включает в себя истощение (низкий вес для роста), задержку роста (низкий рост для возраста) и недостаточный вес (низкий вес для возраста);
* недостаточное питание, связанное с микроэлементами, которое включает дефицит микроэлементов (недостаток важных витаминов и минералов) или избыток микроэлементов; и
* избыточный вес, ожирение и связанные с диетой неинфекционные заболевания (такие как болезни сердца, инсульт, диабет и некоторые виды рака).

**Различные формы недоедания**

**Недостаточное питание**

Существует 4 основных подформы недостаточного питания: истощение, задержка роста, недостаточный вес и дефицит витаминов и минералов. Недоедание делает детей, в частности, гораздо более уязвимыми к болезням и смерти.

Низкий вес для роста известен как расточительство. Это обычно указывает на недавнюю и тяжелую потерю веса, потому что человек не ел достаточно пищи и/или у него было инфекционное заболевание, такое как диарея, которая заставила его похудеть. Маленький ребенок, который умеренно или сильно истощен, имеет повышенный риск смерти, но лечение возможно.

Низкий рост-для-возраста известен как задержка роста. Это является результатом хронического или повторяющегося недоедания, обычно связанного с плохими социально-экономическими условиями, плохим материнским здоровьем и питанием, частыми болезнями и/или неадекватным кормлением и уходом за младенцами и маленькими детьми в раннем возрасте. Задержка роста мешает детям реализовать свой физический и когнитивный потенциал.

Дети с низким весом для своего возраста известны как люди с недостаточным весом. Ребенок с недостаточным весом может быть низкорослым, истощенным или и тем и другим.

**Недостаточное питание, связанное с микроэлементами**

Недостаточность в потреблении витаминов и минералов, часто называемых микроэлементами, также может быть сгруппирована вместе. Микроэлементы позволяют организму вырабатывать ферменты, гормоны и другие вещества, необходимые для правильного роста и развития.

Йод, витамин А и железо являются наиболее важными элементами глобального здравоохранения; их дефицит представляет собой серьезную угрозу здоровью и развитию населения во всем мире, особенно детей и беременных женщин в странах с низким уровнем дохода.

**Избыточный вес и ожирение**

Избыточный вес и ожирение - это когда человек слишком тяжел для своего роста. Ненормальное или чрезмерное накопление жира может ухудшить здоровье.

Индекс массы тела (ИМТ)-это индекс соотношения веса и роста, обычно используемый для классификации избыточного веса и ожирения. Она определяется как вес человека в килограммах, деленный на квадрат его роста в метрах (кг/м2). У взрослых избыточный вес определяется как ИМТ 25 или более, в то время как ожирение-это ИМТ 30 или более.

Избыточный вес и ожирение являются результатом дисбаланса между потребляемой энергией (слишком много) и расходуемой энергией (слишком мало). Во всем мире люди потребляют продукты питания и напитки, которые являются более энергоемкими (с высоким содержанием сахара и жиров), и занимаются меньшей физической активностью.

**Неинфекционные заболевания, связанные с питанием**

Неинфекционные заболевания, связанные с питанием (низ), включают сердечно-сосудистые заболевания (такие как сердечные приступы и инсульт, часто связанные с высоким кровяным давлением), некоторые виды рака и диабет. Нездоровое питание и неправильное питание являются одними из главных факторов риска развития этих заболеваний во всем мире.

**Масштаб проблемы**

В 2014 году примерно 462 миллиона взрослых людей во всем мире имели недостаточный вес, в то время как 1,9 миллиарда имели либо избыточный вес, либо ожирение.

В 2016 году, по оценкам, 155 миллионов детей в возрасте до 5 лет страдали от задержки роста, в то время как 41 миллион имели избыточный вес или ожирение.

Около 45% смертей среди детей в возрасте до 5 лет связаны с недостаточным питанием. В основном это происходит в странах с низким и средним уровнем дохода. В то же время в этих же странах растут показатели детского избыточного веса и ожирения.

**Кто находится в зоне риска?**

Каждая страна в мире страдает от одной или нескольких форм недоедания. Борьба с недоеданием во всех его формах является одной из самых серьезных глобальных проблем здравоохранения.

Женщины, младенцы, дети и подростки подвергаются особому риску недоедания. Оптимизация питания в раннем возрасте—включая 1000 дней от зачатия до второго дня рождения ребенка-обеспечивает наилучшее начало жизни с долгосрочными преимуществами.

Бедность усиливает риск недоедания и риски, связанные с ним. Бедные люди чаще страдают от различных форм недоедания. Кроме того, недоедание увеличивает расходы на здравоохранение, снижает производительность труда и замедляет экономический рост, что может увековечить цикл бедности и плохого здоровья.

**Десятилетие действий Организации Объединенных Наций в области питания**

1 апреля 2016 года Генеральная Ассамблея ООН провозгласила 2016-2025 годы Десятилетием действий Организации Объединенных Наций в области питания. Десятилетие-это беспрецедентная возможность для решения проблемы всех форм недоедания. В нем устанавливаются конкретные сроки выполнения обязательств, принятых на второй Международной конференции по питанию (ICN2), по достижению к 2025 году ряда глобальных целей в области питания и связанных с питанием целей в области низ, а также соответствующих целей *Повестки дня в области устойчивого развития* к 2030 году-в частности, Цель устойчивого развития (ЦУР) 2 (покончить с голодом, достичь продовольственной безопасности и улучшения питания, а также содействовать устойчивому сельскому хозяйству) и ЦУР 3 (обеспечить здоровый образ жизни и способствовать благополучию для всех в любом возрасте).

Десятилетие действий ООН в области питания, проводимое под руководством ВОЗ и Продовольственной и сельскохозяйственной Организации Объединенных Наций (ФАО), требует принятия политических мер в 6 ключевых областях:

* создание устойчивых, устойчивых продовольственных систем для здорового питания;
* обеспечение социальной защиты и образования в области питания для всех;
* приведение систем здравоохранения в соответствие с потребностями в питании и обеспечение всеобщего охвата основными мероприятиями в области питания;
* обеспечение того, чтобы торговая и инвестиционная политика улучшала качество питания;
* создание безопасных и благоприятных условий для питания в любом возрасте; и
* укрепление и поощрение управления питанием и подотчетности во всем мире.

**Ответ ВОЗ**

ВОЗ стремится к миру, свободному от всех форм недоедания, где все люди достигают здоровья и благополучия. В соответствии со стратегией питания на 2016-2025 годы ВОЗ работает с государствами-членами и партнерами над обеспечением всеобщего доступа к эффективным мероприятиям в области питания и здоровому питанию в рамках устойчивых и устойчивых продовольственных систем. ВОЗ использует свои полномочия созыва для оказания помощи в определении, согласовании и отстаивании приоритетов и политики, способствующих глобальному продвижению вперед в области питания; разрабатывает научно обоснованные руководящие указания, основанные на надежных научных и этических основах; поддерживает принятие руководящих указаний и осуществление эффективных мер в области питания; а также осуществляет мониторинг и оценку осуществления политики и программ и результатов в области питания.

Эта работа основана на *всеобъемлющем плане осуществления по вопросам питания матерей, младенцев и детей*раннего возраста , принятом государствами-членами в соответствии с резолюцией Всемирной ассамблеи здравоохранения в 2012 году. Меры по искоренению недоедания также имеют жизненно важное значение для достижения связанных с питанием целей глобального плана действий по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними на 2013-2020 годы, *глобальной стратегии охраны здоровья женщин, детей и подростков на 2016-2030 годы и повестки дня в области устойчивого развития*на период до 2030 года .