

# Информационный бюллетень

Февраль 2026

**Тема номера: Сокращение потребления натрия**

## Основные факты<sup>1</sup>

- Практически все группы населения потребляют слишком много натрия.
- Среднее потребление натрия взрослыми в мире составляет 4310 мг в день (эквивалент 10,78 г соли в день). Это более чем вдвое больше дозы, которая рекомендована Всемирной организацией здравоохранения для взрослых и составляет менее 2000 мг натрия в день (эквивалент менее 5 г соли в день – примерно одна чайная ложка).
- Основным последствием для здоровья, обусловленным высоким содержанием натрия в рационе, является повышение артериального давления, увеличивающее риск сердечно-сосудистых заболеваний, рака желудка, ожирения, остеопороза, болезни Менетера и заболеваний почек.
- Согласно оценкам, повышенным потреблением натрия обусловлено 1,89 млн. случаев смерти ежегодно.
- Сокращение потребления натрия – один из наиболее экономически эффективных способов укрепления здоровья населения и снижения бремени неинфекционных заболеваний: каждый доллар США, вложенный в реализацию мер по снижению потребления натрия, приносит отдачу в размере не менее 12 долл. США.

## Общая информация<sup>2</sup>

Бремя заболеваний, вызванных нездоровым питанием, представляет собой серьезную проблему в области общественного здравоохранения и развития во всем мире. Этим объясняется необходимость срочного принятия мер, позволяющих сократить избыточное производство и потребление пищевых продуктов и напитков, которые не имеют благоприятных для здоровья питательных свойств, в первую очередь промышленно производимых продуктов питания. Наибольшую обеспокоенность

1. При подготовке Информационного бюллетеня использован Информационный бюллетень Всемирной организации здравоохранения «Сокращение потребления натрия»: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/sodium-reduction>

2. См. также Информационный бюллетень Документационного центра ВОЗ за июнь 2025 г. «7 июня - Всемирный день безопасности пищевых продуктов. Безопасность пищевых продуктов: наука в действии»: <https://whodc.mednet.ru/ru/component/attachments/download/243.html>

вызывает чрезмерное потребление натрия, сахаров и вредных для здоровья жиров, особенно трансизомеров жирных кислот (трансжиров) и насыщенных жирных кислот, а также недостаточное потребление цельных злаков, бобовых, овощей и фруктов. Во многих странах с высоким уровнем дохода значительная доля натрия в рационе приходится на пищевые продукты, подвергшиеся технологической обработке; эта проблема становится все более актуальной и для стран с низким или средним уровнем дохода.

Ежегодная смертность, обусловленная избыточным потреблением натрия, является достоверно установленной причиной повышения артериального давления и риска сердечно-сосудистых заболеваний и оценивается на уровне 1,89 млн. случаев.

Сокращение потребления натрия – один из наиболее экономически эффективных способов укрепить здоровье населения и уменьшить бремя неинфекционных заболеваний, поскольку это позволяет предупредить многие сердечно-сосудистые осложнения и случаи смерти при крайне низких совокупных расходах на реализацию соответствующих программ. Для этого ВОЗ рекомендует странам несколько экономически выгодных мер политики в отношении потребления натрия, позволяющих предотвращать сердечно-сосудистые заболевания и сокращать связанные с этим расходы. Эти меры включают снижение содержания натрия в продуктах питания; нанесение соответствующей маркировки на лицевую сторону упаковки пищевой продукции; проведение кампаний в средствах массовой информации; и корректировку закупок продовольствия и организации питания в государственном секторе.

## Информация о натрии

- Натрий – важный питательный элемент, необходимый для поддержания нормального объема плазмы крови, кислотно-щелочного баланса, передачи нервных импульсов и нормального функционирования клеток.
- Возникновение дефицита натрия у здоровых людей крайне маловероятно.
- Избыток натрия приводит к неблагоприятным последствиям для здоровья, в том числе к повышению артериального давления.
- Основные источники поступления натрия в организм различаются в зависимости от культурных особенностей и кулинарных предпочтений населения.
- Ионы натрия и хлорида – основные компоненты обычной поваренной соли, однако натрий встречается и в других формах, а также естественным образом присутствует в различных продуктах, включая молоко, мясо и моллюсков. Значительным источником натрия могут быть пищевые продукты, подвергшиеся технологической обработке, – хлебобулочные изделия, мясопродукты и снеки, а также приправы (например, соевый и рыбный соусы).
- Натрий также присутствует в глутамате натрия, который применяется во многих странах мира в качестве ингредиента или добавки при приготовлении продуктов питания.

# **Рекомендации по сокращению потребления натрия**

- ВОЗ рекомендует взрослым употреблять не более 2000 мг натрия в день (это меньше 5 г соли в день, чуть менее чайной ложки).
- Детям в возрасте от 2 до 15 лет ВОЗ рекомендует корректировать дозу приема натрия, которую принимают взрослые, в сторону уменьшения в соответствии с их потребностями в энергии. Рекомендация для детей не касается периода исключительно грудного вскармливания (0–6 месяцев) или периода прикорма с продолжением грудного вскармливания (6–24 месяца).
- Потребителям, предлагающим поваренную соль, ВОЗ рекомендует использовать вместо обычной соли заменители с пониженным содержанием натрия на основе калия.
- Вся потребляемая соль должна быть йодированной (обогащенной йодом), поскольку это необходимо для здорового развития головного мозга у плода и малолетнего ребенка и для полноценного когнитивного функционирования в целом.

# **Практические меры по сокращению потребления натрия**

ВОЗ определила комплекс научно-обоснованных и экономически выгодных мер по борьбе с неинфекционными заболеваниями. Ожидается, что оперативная реализация этих мер позволит бы-

стрее снижать смертность, увеличивать количество лет здоровой жизни, снижать показатели заболеваемости и сокращать предотвратимые экономические издержки.

Четырьмя наиболее экономически выгодными мерами по сокращению потребления натрия являются:

- изменение состава пищевых продуктов для снижения содержания натрия и принятие предельно допустимых показателей содержания натрия в продуктах питания и блюдах;
- создание благоприятных условий, позволяющих предлагать потребителям варианты питания со сниженным содержанием натрия в общественных учреждениях, в том числе в медицинских и образовательных учреждениях, на рабочих местах и в домах для престарелых и инвалидов;
- нанесение соответствующей маркировки на лицевую сторону упаковки пищевой продукции; и
- корректировка поведения потребителей за счет информационно-разъяснительной работы и проведения кампаний в СМИ.

Политика, направленная на сокращение потребления натрия, должна разрабатываться, внедряться, отслеживаться и оцениваться под руководством государственных органов при недопущении конфликтов интересов.

ВОЗ разработала оценочно-сопоставительную карту мер в отношении потребления натрия по странам, которая позволяет отслеживать национальные цели и ход реализации комплексных мер в этой области.

## **Как уменьшить потребление натрия?**

- Предпочитайте свежие продукты питания с минимальной степенью технологической обработки.
- Не держите солонку на обеденном столе.
- Минимизируйте или исключите использование богатых натрием ингредиентов/соли при приготовлении пищи.
- Для придания вкуса блюдам используйте не соль, а травы и специи.
- Вместо обычной поваренной соли используйте заменители соли с пониженным содержанием натрия на основе калия.
- Ограничьте использование готовых соусов, заправок и продуктов быстрого приготовления.
- Ограничьте потребление пищевых продуктов, прошедших технологическую обработку.
- Отдавайте предпочтение блюдам и пищевым продуктам с пониженным содержанием натрия.

## **Как узнать содержание соли по содержанию натрия**

Перевод показателей содержания натрия, указываемых на упаковке пищевых продуктов, в граммы соли и наоборот:

- 1 грамм соли эквивалентен 400 мг натрия;
- 5 граммов соли эквивалентны 2000 мг натрия.

3. Полный текст «Глобальной стратегии по питанию, физической активности и здоровью» на сайте Всемирной организации здравоохранения на русском языке: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/e158e8cc-02f6-46b3-8b3b-0327c48c57ef/content>

4. Полный текст «Свода рекомендаций в отношении маркетинга продуктов питания и безалкогольных напитков, ориентированному на детей» на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/b6ee42e7-fe36-4fd8-850f-b7c8f8c05598/content>

## **Деятельность ВОЗ**

В руководствах ВОЗ о потреблении натрия определены предельные значения его поступления в организм без ущерба для здоровья и описываются меры по оздоровлению питания для профилактики неинфекционных заболеваний (НИЗ) у взрослых и детей.

В 2004 г. Всемирная ассамблея здравоохранения приняла Глобальную стратегию по питанию, физической активности и здоровью<sup>3</sup>. Стратегия содержит призыв к правительствам, ВОЗ, международным партнерам, частному сектору и гражданскому обществу принимать меры в поддержку здорового питания и физической активности на глобальном, региональном и местном уровнях.

В 2010 г. Всемирная ассамблея здравоохранения одобрила свод рекомендаций в отношении маркетинга продуктов питания и безалкогольных напитков, ориентированному на детей<sup>4</sup>. Рекомендации служат странам ориентиром при выработке новых и укреплении существующих мер политики, призванных уменьшить негативные последствия маркетинга нездоровых продуктов питания для детей. Региональными бюро ВОЗ были разработаны типовые профили питательных веществ, которые могут использоваться странами в качестве инструмента при выполнении рекомендаций в отношении маркетинга.

В 2011 г. мировые лидеры взяли на себя обязательство сокращать масштабы нездорового питания. Данное обязательство было провозглашено в Политической декларации совещания высокого уров-

ня Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных Наций по профилактике НИЗ и борьбе с ними<sup>5</sup>.

В 2012 г. Всемирная ассамблея здравоохранения утвердила шесть глобальных целей в области питания, предусматривающих сокращение числа детей, страдающих задержкой роста, истощением и ожирением, повышение показателей грудного вскармливания и уменьшение числа случаев анемии и низкой массы тела при рождении.

В 2013 г. Всемирная ассамблея здравоохранения согласовала девять глобальных добровольных целей в области профилактики НИЗ и борьбы с ними, которые, в частности, предусматривают прекращение распространения диабета и ожирения, а также сокращение потребления соли на 30% к 2025 г. Глобальный план действий по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними

на 2013–2020 гг. содержит руководящие указания и набор вариантов политики для достижения этих целей государствами-членами, ВОЗ и другими учреждениями ООН. В 2019 г. Всемирная ассамблея здравоохранения приняла решение о продлении сроков достижения этих целей до 2030 г., приведя их в соответствие с Повесткой дня в области устойчивого развития на период до 2030 г.

В 2023 г. был опубликован первый Глобальный доклад о мерах по снижению потребления натрия, подготовленный на основе оценочно-сопоставительной карты национальных мер в отношении потребления натрия. Доклад составляется в целях мониторинга достигнутого прогресса и определения актуальных направлений реализации политических и других мер по сокращению потребления натрия государствами-членами всех регионов ВОЗ и всех групп дохода по классификации Всемирного банка.

## Подробнее на сайте Всемирной организации здравоохранения:

<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/stroke>

5. Полный текст Политической декларации совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных Наций по профилактике НИЗ и борьбе с ними на русском языке на сайте Организации Объединенных Наций: <https://docs.un.org/ru/A/66/L.1>

# Публикации Всемирной организации здравоохранения

## 1. WHO global report on sodium intake reduction (Глобальный доклад по снижению потребления натрия). - Всемирная организация здравоохранения. 2023 г. – 91 стр.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) подготовила этот доклад для мониторинга прогресса и определения областей для действий в реализации политики снижения потребления натрия и других мер в государствах-членах, а также в регионах ВОЗ и группах стран по уровню дохода Всемирного банка. Впервые каждому государству-члену присваивается страновой балл по содер-

жанию натрия от 1 (самый низкий уровень) до 4 (самый высокий уровень) в зависимости от уровня реализации политики снижения потребления натрия и других мер. Страновой балл по содержанию натрия используется для оценки влияния прогресса в реализации политики по сокращению потребления натрия с пищей населением и борьбы с сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/296605a9-820a-41bc-8f28-bf4b1367d530/content>

## 2. The state of food security and nutrition in the world 2024. Financing to end hunger, food insecurity and malnutrition in all its forms (Состояние продовольственной безопасности и питания в мире в 2024 году. Финансирование для искоренения голода, отсутствия продовольственной безопасности и недоедания во всех его формах). - Продовольственная и сельскохозяйственная организация Объединенных Наций (ФАО), Международный фонд сельскохозяйственного развития, Детский фонд Организации Объединенных Наций (ЮНИСЕФ), Всемирная продовольственная программа, Всемирная организация здравоохранения. 2024 г. – 252 стр.

Этот доклад представляет собой ежегодный глобальный мониторинговый отчет по Целям в области Устойчивого развития (ЦУР) 2, задачам 2.1 и 2.2 – искоренению голода, отсутствия продовольственной безопасности и недоедания во всех формах. В нем представлены последние обновленные данные о голодае, отсутствии продовольственной безопасности и недоедании, а также новые оценки доступности здорового питания. В предыдущих выпусках были выделены несколько основных факторов, вызывающих отсутствие продовольственной безопасности и недоедание, в частности, конфликты, изменение кли-

маты и экстремальные явления, а также экономические спады и экономические кризисы. В них также был предложен комплекс мер политики по решению этих проблем. Однако для достижения необходимого масштаба действий потребуется адекватное финансирование.

В этом году доклад посвящен финансированию достижения Целей в области Устойчивого развития 2.1 и 2.2. В нем предлагается новое определение и методология измерения финансирования продовольственной безопасности и питания, а также оценка существующих возможностей и пробелов. В докладе пока-

зано, что, хотя достижение этих целей может повлечь за собой значительные затраты сегодня, отказ от них может привести к еще большим затратам завтра. Необходимо увеличить финансирование продовольственной безопасности и питания, особенно в странах с наибольшим бременем этих затрат. Однако все стра-

ны также должны более эффективно использовать существующие финансовые ресурсы. В долгосрочной перспективе инвестиции в меры по устранению основных факторов будут иметь ключевое значение для предотвращения будущих более высоких социальных, экономических и экологических издержек.

**Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**  
<https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/d5be2ffc-f191-411c-9fee-bb737411576d/content>

### **3. WHO global sodium benchmarks for different food categories, Second edition. (Глобальные стандарты ВОЗ по содержанию натрия в различных категориях продуктов питания. Второе издание). - Всемирная организация здравоохранения. 2024 г. – 33 стр.**

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) разработала второе издание глобальных стандартов по содержанию натрия в 70 подкатегориях продуктов питания в рамках усилий ВОЗ по снижению потребления натрия населением. Это обновленное издание первой публикации, выпущенной в мае 2021 года. Установление глобальных целевых показателей содержания натрия является очень важным шагом для содействия изменению рецептуры пищевых про-

дуктов, что способствует прогрессу в снижении содержания натрия. Эти глобальные целевые показатели призваны дополнять текущие национальные и региональные усилия по установлению целевых показателей содержания натрия. Глобальные целевые показатели содержания натрия также призваны быть полезными для стран при разработке национальной политики и стратегий и для постоянного диалога между ВОЗ и частным сектором на глобальном уровне.

**Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/ed63b368-3f45-4dbe-81a9-5d843fc983d6/content>

### **4. Руководство о потреблении натрия для взрослых и детей. Резюме. – Всемирная организация здравоохранения. 2013 г. – 4 стр.**

Цель настоящего руководства является представление рекомендаций о потреблении натрия для сокращения неинфекционных заболеваний среди большинства взрослых и детей. Рекомендации, содержащиеся в настоящем руководстве, могут быть использованы при разработке программ и политики для оценки существующего уровня потребления натрия по сравнению с базовым уровнем. В слу-

чае необходимости эти рекомендации можно также использовать для разработки мер по сокращению потребления натрия в ходе таких связанных с общественным здравоохранением мер, как маркировка продуктов питания, просвещение потребителей, а также установление основанных на конкретных продуктах руководящих принципов питания.

**Полный текст на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/145cfcdc-212f-4e94-9619-a4d2a6dc21e4/content>

## **5. Глобальный план действий ВОЗ по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними. - Всемирная организация здравоохранения. 2014 г. – 107 стр.**

Секретариат, как было предложено Всемирной ассамблеей здравоохранения в резолюции WHA64.11, подготовил глобальный план действий по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними на период 2013–2020 гг., основываясь на итогах реализации плана действий на 2008–2013 годы. Цель этого плана – облечь в конкретную форму обязательства, провозглашенные в Политической декларации Совещания высокого уровня Генеральной Ассамблеи по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними.

План действий адресован всем государствам-членам и другим заинтересованным сторонам и содержит дорожную карту и набор вариантов политики, направленных на согласованные и координированные действия на всех уровнях, от местного до глобального, необходимых для достижения девяти добровольных глобальных целей, в том числе цели относительного сокращения преждевременной смертности от сердечно-сосудистых, онкологических, хронических респираторных заболеваний и диабета на 25% к 2025 году.

**Полный текст на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/18258154-798d-444d-b337-87adb6158b0/content>

## **6. Всеобщее йодирование соли и снижение потребления натрия: взаимодополняющие и экономически эффективные стратегии, дающие ряд преимуществ в сфере охраны общественного здоровья. - Всемирная организация здравоохранения. 2022 г. – 10 стр.**

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) содействует реализации программ по сокращению потребления натрия населением в качестве одной из экономически эффективных стратегий снижения бремени неинфекционных заболеваний (НИЗ), а также всеобщего йодирования соли для профилактики и борьбы с йододефицитными нарушениями. Хотя работа по данным двум направлениям актуальна во всех возрастных группах, она особенно важна для здоровья женщин, так как у детей грудного возраста могут наблюдаться последствия дефицита йода в организме матери, а у самих женщин — отмечаться повышение уровня кровяного давления и его последствия.

В данном обзоре изложены причины и механизмы, в силу которых стратегии

всеобщего йодирования соли по устранению йододефицитных нарушений и снижению уровня натрия в рационе питания в целях профилактики и контроля повышения кровяного давления — и, соответственно, риска сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) — дополняют друг друга и характеризуются экономической эффективностью. В документе содержится призыв к директивным органам, научным кругам и руководству программ объединить усилия групп, работающих над проблемами обогащения соли полезными добавками и сокращения потребления натрия с тем, чтобы разработать и реализовать стратегии и меры двойного действия, связанные с потреблением натрия, которые могут принести значительную пользу для общественного здравоохранения.

**Полный текст на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/077fd0a8-893b-4bd3-a2a2-10cbd34b985c/content>

## 7.

### **Активизация мер по сокращению потребления соли в Европе: комплекс вспомогательных ресурсов для стран по снижению потребления соли в Европейском регионе ВОЗ. - Европейское региональное бюро ВОЗ. Копенгаген. 2021 г. – 52 стр.**

В комплексном пошаговом руководстве содержатся детальные рекомендации по вопросам разработки и реализации успешной программы сокращения потребления соли, в том числе инструменты для непрерывного мониторинга и оценки. Оно состоит из трех основных разделов (руководство программой, техническая поддержка и корректировка мер политики), призванных содействовать странам на каждом этапе развития программы.

В первом разделе, посвященном вопросам руководства программой, содержатся рекомендации по формированию сильной команды лидеров и созданию механизмов подотчетности, которые играют ключевую роль в эффективной реализации стратегий. Учитывая, что сокращение потребления соли населением – одна из наиболее экономически выгодных мер, предлагаемых ВОЗ, странам следует уделять первоочередное внимание как созданию, так и расширению масштабов уже существующих инициатив по снижению потребления соли.

Второй раздел посвящен технической поддержке процесса организации ка-

ждой инициативы и обеспечения данных для корректировки и подготовке необходимых мер. В него вошли рекомендации относительно оценки и мониторинга уровня потребления соли населением, а также уровней содержания соли в пищевых продуктах.

Третий раздел посвящен корректировке мер, которую необходимо осуществить для того, чтобы сократить потребление соли населением в целом. Сюда относятся такие меры, как повышение информированности населения об опасностях употребления в пищу слишком большого количества соли; создание здоровой пищевой среды посредством работы с производителями с целью изменения рецептуры пищевых продуктов и блюд путем уменьшения содержания в них соли; повышение полезности продуктов питания, предлагаемых в государственных учреждениях; содействие выбору в пользу здоровых альтернатив за счет размещения четкой информации на этикетах пищевых продуктов; ограничение ориентированного на детей и подростков маркетинга нездоровых пищевых продуктов.

**Полный текст на русском языке на сайте Европейского регионального бюро ВОЗ:**  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/cfb438-f53d-4f34-a8e8-fc8e41a8557e/content>

## 8.

### **Технический пакет мер по сокращению потребления соли SHAKE. - Всемирная организация здравоохранения. 2018 г. – 58 стр**

Повышенное артериальное давление является основным фактором риска глобального бремени болезней и, по оценкам, ежегодно приводит к 9,4 млн. смертей. По оценочным данным более половины из 17 млн. смертей в год вызваны сердечно-сосудистыми заболеваниями. Высокий уровень потребления натрия приводит к повышению артериального

давления у людей с нормальным артериальным давлением, а также у людей с повышенным артериальным давлением. Потребление натрия (более 2 г в день, что соответствует 5 г соли в день) приводит к повышенному артериальному давлению и увеличивает риск возникновения инсульта и развития болезней сердца.

Натрий в основном употребляется в виде соли, которая во время еды поступает вместе с продуктами питания, подвергшимися технологической обработке. Происходит это по причине того, что данный вид продуктов содержит большое количество соли (например, переработанные мясные продукты, такие как бекон, ветчина и салями, а также сыр, соленые закуски и лапша быстрого приготовления) или потому что они зачастую потребляются в больших количествах (например, хлеб и обработанные хлопья). Соль также добавляют в пищу в процессе приготовления (бульонные кубики) или во время приема пищи (соевый соус, рыбный соус и поваренная соль). Модели рациона питания трансформируются за счет роста производства пищевых продуктов, все в большей степени подвергающихся обработке, быстро развивающейся урбанизации и изменения образа жизни. Продукты питания, подвергшиеся значительной технологиче-

ской обработке, становятся все более доступными и приемлемыми по цене. Пакет мер S Н А К Е был разработан в целях оказания содействия государствам-членам в разработке, внедрении и мониторинге стратегий сокращения потребления соли, что позволит странам добиться снижения уровня потребляемой населением соли. В пакете мер дается описание стратегий и мероприятий, доказавших свою эффективность в отношении сокращения потребления соли, приводятся доказательные данные в пользу результативности рекомендованных мер, а также приводится инструментарий, включающий ресурсы для использования в ходе оказания содействия государствам-членам при реализации профильных мероприятий. ВОЗ с нетерпением ожидает продолжения работы с государствами-членами в целях сокращения потребляемой населением соли и борьбы с бременем НИЗ.

Полный текст на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/989471cd-3e45-4a6f-8a2d-50cbf15dba26/content>

## 9. Action framework for developing and implementing public food procurement and service policies for a healthy diet (Рамочная программа действий по разработке и внедрению государственной политики в области закупок и предоставления услуг в сфере продовольствия для обеспечения здорового питания). - Всемирная организация здравоохранения. 2021 г. – 64 стр.

Данная рамочная программа действий представляет собой обзор того, как разрабатывать (или укреплять), внедрять, оценивать соответствие и эффективность политики в области закупок и предоставления здорового питания. Она предназначена для использования государственными политиками или руководителями программ, работающими в сфере госу-

дарственных закупок и предоставления питания на национальном или субнациональном уровне, включая региональный и городской уровни. Правительства могут адаптировать эту рамочную программу действий для разработки осуществляющей политики, отвечающей их потребностям и местным условиям.

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/0a18bf5f-b4d2-4b6e-9c70-4a75c2d8abe8/content>

## **10.** *Implementing nutrition labelling policies: a review of contextual factors* (Внедрение политики по маркировке пищевых продуктов: обзор контекстуальных факторов). - Всемирная организация здравоохранения. 2021 г. – 48 стр.

Пищевая маркировка на упаковках пищевых продуктов предназначена для информирования потребителя о питательных свойствах продукта. Однако некоторые этикетки могут создавать ложное представление о полезности продуктов и вводить потребителей в заблуждение. Для решения этой проблемы и оказания поддержки государствам-членам в осуществлении политических мер, рекомендованных в Рамочной программе действий, принятой на Второй Международной конференции по питанию в 2014 году, Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) находится в процессе разработки основанных на фактических данных руководящих принципов политики в области пищевой среды, в том числе политики в области маркировки пищевых продуктов (особое внимание уделяется спискам ингредиентов, заявлениям о питательных веществах, дополнительной информации о питании и заявлениям о здоровье и питательной ценности).

Настоящий обзор факторов, которые необходимо учитывать при внедрении политики по маркировке пищевых продуктов, был подготовлен в рамках необходимого процесса разработки руководящих принципов ВОЗ. При разработке руководства ВОЗ и его рекомендаций необходимо четко учитывать критерии принятия решений при переходе от фактических данных о воздействии принимаемых мер к рекомендациям. В данном обзоре рассматриваются такие факторы,

как ценности, последствия для ресурсов, справедливость и права человека, осуществимость и приемлемость для заинтересованных сторон, а также социально-культурная и экологическая приемлемость.

В целом, исследования показали, что политика в области маркировки пищевых продуктов является экономически эффективной. Существование политики в области маркировки пищевых продуктов во многих странах говорит о целесообразности такой политики, при этом данные о приемлемости различаются в зависимости от типа предлагаемой маркировки. Большая часть доказательств практической осуществимости была связана с маркировкой на лицевой стороне упаковки. Однако в литературе был выявлен ряд элементов, которые поддерживают или препятствуют внедрению. Проблемы или барьеры, например, включали конфликт интересов, вмешательство промышленности и сложность разработки системы маркировки (включая аспекты определения питательных веществ, определения "вредных для здоровья продуктов" и выбора оптимальной системы для данного контекста). В число посредников входили сильное политическое руководство, подтверждающие фактические данные и прозрачность процесса. В целом, эффективная реализация такой политики может способствовать реализации права на здоровье, которое является основной ценностью ВОЗ.

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/08085f5b-ba8e-493c-9355-b656a6db550b/content>

## **11. Использование заменителей соли с пониженным содержанием натрия: резюме руководства ВОЗ. - Всемирная организация здравоохранения. 2025 г. – 19 стр.**

Цель настоящего руководства заключается в том, чтобы предоставить директивным органам, руководителям программ, медицинским специалистам и другим заинтересованным сторонам рекомендации по использованию заменителей соли с пониженным содержанием натрия в рамках усилий по сокращению потребления натрия и уменьшению риска гипертонии, а также других связанных с этим НИЗ путем реализации различных мер политики и мероприятий по защите здоровья населения.

Настоящее руководство было разработано Подгруппой по рациону питания и здоровью Экспертной консультативной группы ВОЗ по методологическим принципам в области питания (NUGAG) в соответствии с принятым ВОЗ порядком

подготовки руководящих документов, изложенным в Пособии ВОЗ по разработке руководящих принципов (2е издание). Данный порядок предусматривает проведение международной группой экспертов различного профиля обзора систематически отобранных доказательств; оценку достоверности доказательств при помощи Системы классификации и оценки качества рекомендаций и рассмотрение дополнительных средовых факторов при формулировании выводов и выработке рекомендаций на основе имеющейся доказательной базы. Руководство было отрецензировано группой внешних экспертов, а в рамках публичных консультаций были запрошены отзывы заинтересованных сторон.

**Резюме на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**

<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/1f318555-795e-4160-811b-3a9dc6b60c4d/content>

**Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:**

<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/31fad89a-d7c2-450c-9b74-cd2a8752e60f/content>

## **12. Действия в отношении гипертонии и избыточного потребления соли: снижение бремени сердечно-сосудистых заболеваний в Европейском регионе ВОЗ. - Европейское региональное бюро ВОЗ. Копенгаген. 2024 г. – 66 стр.**

Повышенное артериальное давление – основной фактор риска смертности и инвалидизации в Европейском регионе ВОЗ. Оно является причиной почти четверти всех случаев смерти и одним из основных факторов, способствующих развитию сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ). Потребление соли – значительный фактор риска развития гипертонии и ССЗ. Снижение потребления соли приводит к снижению артериального давления. Показатели распространённости гипертонии, потребления соли и преждевременной смертности от ССЗ выше в вос-

точных частях Региона и среди мужчин. Настоящий доклад, подготовленный для Специальной инициативы Европейского регионального бюро ВОЗ по сокращению неравенства в бремени сердечно-сосудистых заболеваний и распространённости высокого артериального давления путём улучшения контроля гипертонии в первичном звене здравоохранения и внедрения стратегий сокращения потребления соли, содержит справочную информацию и может помочь странам в достижении глобаль-

ных целевых показателей в отношении неинфекционных заболеваний. В документе изложены концепция и обоснование комплексного подхода, обзор основных проблем и анализ ситуации, а также представлен прогресс в достижении глобальных целевых показателей для Европейского региона ВОЗ. В нем предлагаются научно-обоснованные вмешательства в рамках стратегий сокращения

потребления соли и борьбы с гипертонией, обсуждаются препятствия на пути их внедрения и возможные решения, а в заключение рассматриваются вопросы политики. Документ основан на реальных примерах и имеющихся фактических данных, в нем отражен реальный жизненный опыт, и он содержит ссылки на соответствующие ресурсы ВОЗ.

**Полный текст на русском языке на сайте Европейского регионального бюро ВОЗ:**

<https://iris.who.int/items/eb2b6676-8177-4897-ad01-0018b86db28f>

Подробнее на сайте Всемирной организации здравоохранения:

<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/sodium-reduction>

## Контактная информация

### Документационный центр ВОЗ

 127254, г. Москва,  
ул. Добролюбова, 11, комната 209

ФГБУ «Центральный НИИ  
организации и информатизации  
здравоохранения  
Минздрава РФ» (ЦНИИОИЗ)

e-mail:  
 [doccenter@mednet.ru](mailto:doccenter@mednet.ru)



**Кайгородова  
Татьяна Вадимовна**

руководитель Документационного центра ВОЗ



e-mail:  
[kaidoc@mednet.ru](mailto:kaidoc@mednet.ru)

### Подписка на Бюллетень

Информационный бюллетень издается в формате pdf и распространяется свободно по электронным адресам, включенными в список рассылки. Добавить новый адрес в список, а также отказаться от рассылки можно по адресу:

[doccenter@mednet.ru](mailto:doccenter@mednet.ru)

Предыдущие выпуски Информационного бюллетеня можно найти, обратившись по ссылке: