УДК 613.24 + 637.04

Студ. Д. А. Алейникова
Науч. рук. ассист. И. А. Ровенская
(кафедра биотехнологии и биоэкологии, БГТУ)

АССОРТИМЕНТ МОЛОЧНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ГЕРОДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ, ПРЕДСТАВЛЕННЫЙ НА РЫНКЕ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

В мире каждую секунду 2 человека отмечают свое 60-летие. В Республике Беларусь количество пожилых людей за последние 10 лет выросло на 190,1 тыс. человек (что составляет 10,8 %). На начало 2016 года в стране проживало 1955,5 тыс. пожилых людей, а это каждый 5-й житель [1].

Для снижения риска различных заболеваний, сохранения и улучшения состояния здоровья людям пожилого и старческого возраста необходимо увеличить потребление специальных сбалансированных продуктов, учитывающих особенности возрастных изменений организма.

Геродиетические продукты питания – это продукты питания, предназначенные для стареющего организма и способствующие задержке процессов старения.

Основными направлениями коррекции продуктов питания для пожилых людей являются:

– ограничение энергетической ценности пищевого рациона;
– оптимизация соотношения растительных и животных жиров;
– ограничение потребления соли и простых углеводов;
– обогащение рациона витаминами и минеральными веществами.

Учесть все эти требования за счет природных компонентов пищи – достаточно трудная задача. Поэтому решение этой проблемы можно осуществить за счет модификации естественных компонентов пищи или коррекции состава продуктов путем обогащения макро-, микронутриентами, биологически активными компонентами.

Целью работы являлся анализ ассортимента молочной продукции, представленного на рынке Республики Беларусь, пригодного для функционального питания лиц пожилого возраста.

С возрастом у пожилых людей часто развивается лактазная недостаточность, приводящая к непереносимости молока – ценнейшего источника кальция, так необходимого для людей старше 50 лет. Молочной промышленностью РБ выпускается безлактозное молоко трех торговых марок: «Минская марка», «Савушкин продукт» и «Complimilk». Причем два из трех предложенных продуктов являются высокожирными, что не очень полезно для пожилых людей.

В настоящее время широко распространены кисломолочные продукты, обогащенные пробиотиками (бифидо- и лактобактериями). Это кефиры или йогурты «Активил», «Бифибакт», «Бифитат», «Биойогурт» и др. Эти продукты в большей степени ориентированы на детский возраст и молодых людей. Только отдельные продукты, содержащие зерновые наполнители или продукты с пониженным содержанием молочного жира и сахара можно рекомендовать для геродиетического питания.

Согласно проведенным научным исследованиям по проблеме геродиетического питания [2] очень важно соотношение казеина к сывороточным белкам в продуктах питания. Оптимальным считается соотношение от 60÷40 до 65÷35. Таким требованиям соответствуют белковые продукты типа «Рикотта», которые совсем недавно стали производить некоторые предприятия республики.

Молочные продукты с повышенным содержанием витаминов, растительных волокон и растительных жиров также почти отсутствуют. Так, например, Волковысское ОАО «Беллакт» производит творог с инулином, а ОАО «Минский молочный завод» йогурт с инулином, но эти продукты содержат сахаросодержащие наполнители и не могут быть использованы для питания пожилых людей, часто страдающих диабетом. Витаминсодержащие молочные продукты, также часто используют для производства продуктов для детского питания – детские молочные смеси, молоко, йогурты. Однако пищевые потребности детей и пожилых людей отличаются.

Таким образом, необходимо расширение ассортимента молочных продуктов на рынке Республики Беларусь с разработкой функциональных продуктов питания геродиетической направленности. Это откроет возможности оптимизации питания пожилых людей, повысит качество их жизни, и в целом приостановит развитие преждевременного старения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пожилых людей в Беларуси за десять лет стало больше на 10,8 % // БЕЛТА - Новости Беларуси. [Электронный ресурс]. – 1999-2016. – Режим доступа: http://www.belta.by/socium/view/pozhilyh-ljudej-v-belarusi-za-desjat-let-stalo-bolshe-na-108-212112/.– Дата доступа: 13.04.2017.

2. Функциональные пищевые продукты геродиетического назначения. / З.А. Дзахмишева [и др.] // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 9. – С. 2048-2051.