

Центр гигиены и эпидемиологии о «Здоровом питании»

Обучающая (просветительская) программа по вопросам здорового питания взрослого населения всех возрастов

«Употребление продуктов только одной группы и возможные последствия этого»

Правильно питайся!

Человек есть то, что он ест.



Здоровое питание-одна из основ здорового образа жизни. Здоровое питание разнообразное, богатое овощами и фруктами, регулярное, без спешки.

Программа по вопросам здорового питания для взрослого населения всех возрастов разработана в целях реализации федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья)» национального проекта «Демография».

Целью программы является увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни, включая соблюдение принципов здорового питания, через формирование информационно-образовательной среды, способствующей распространению устойчивых изменений в образе жизни, включая приверженность схемам питания, обеспечивающим ликвидацию микронутриентной недостаточности, сокращение потребления соли, добавленного сахара, насыщенных жиров, увеличение потребления овощей, фруктов, обеспечивающих профилактику алиментарно-зависимых заболеваний.

В современных условиях уровень здоровья населения является одним из факторов обеспечения экономического роста и национальной безопасности государства и, в этой связи, вопросы здорового питания взрослого населения всех возрастных групп, направлены на улучшение качества и продолжительности жизни.

Предлагаем Вашему вниманию очередную информацию этого цикла:
Вопросы здорового питания для взрослого населения всех возрастов на тему:
«Употребление продуктов только одной группы и возможные последствия этого» по ссылке: <https://fbuz-74.ru/about/news/4981/>

