

Безпека харчових продуктів

“Ми є те, що ми їмо”. Вірність цього вислову Поля Брега підтвердили найновіші наукові дослідження. Вчені дійшли висновку, що їжа найдивовижнішим чином впливає на наші розумові процеси. Від того, що ми з'їли, залежать не тільки наше самопочуття, але також і настрої та ясність мислення. Така залежність здається дивною, але природа сконструювала мозок саме так, і завдяки цьому ми повністю залежимо від їжі. Наш зріст, вага, краса, світосприйняття, наші життєві сили, таланти, успіхи, невдачі, наші хвороби — все це результат нашого харчування. Для нормальної життєдіяльності людини необхідний повноцінний набір продуктів харчування з врахуванням її індивідуальних особливостей, характеру та умов проживання.

Намагаючись інтегрувати економіку в міжнародну економічну спільноту, Україна відкрила свої ринки для імпортованих товарів. В умовах конкурентного середовища різні виробники намагаються отримати максимум грошей за свій товар у будь-який спосіб: як шляхом поліпшення якості продукту, так і шляхом обдурювання споживачів та виготовлення і продажу недоброякісних і дуже часто фальсифікованих товарів. Тому питання забезпечення якості та безпеки товарів народного споживання, як основного фактору підвищення потенціалу здоров'я нації, є на сьогодні надзвичайно актуальним. Слід “озброїти” як товаровзнавців, так і споживачів необхідними знаннями щодо своєчасного розпізнання різних підробок товарів. Питання визначення якості харчової продукції та експертизи продовольчих товарів детально розглянуті у підручнику: **Основи експертизи продовольчих товарів : навчальний посібник для студентів вузів / Валентина Малигіна [та ін.]. - К. : Кондор, 2009. - 295,[1] с.** Розрізнити підроблені характеристики товару, вибрати його з оптимальними властивостями допоможе книга **Методи визначення фальсифікації товарів : підручник / А. А. Дубініна [та ін.]. - К. : Професіонал : Центр учбової літератури, 2010. - 270 с.** Підручник охоплює широке коло питань, які пов'язані з визначенням фальсифікації харчових продуктів, контролем походження товару та захистом споживчого ринку від їх фальсифікації. Питання ідентифікації та фальсифікації продовольчих товарів висвітлено також у підручнику: **Титаренко Л.Д. Ідентифікація та фальсифікація продовольчих товарів . - К. : Центр навчальної літератури, 2006. - 189 с.** Особливу увагу приділено засобам і методам виявлення фальсифікації зерноборошняних, кондитерських, смакових товарів, плодів і овочів, молочних, рибних та м'ясних продуктів.

Неякісні харчові продукти, які споживає людина, важкий стан природних екосистем завжди ведуть до негативних змін у здоров'ї та самопочутті кожного з нас. Сучасні масштаби екологічних змін створили реальну загрозу життю та здоров'ю громадян України, її національній безпеці. Погіршення стану навколишнього середовища через викиди промислових підприємств, транспорту, комунальних господарств призводить до забруднення питної води, повітря, ґрунтів. Неприятлива екологічна ситуація, що склалася в нашій країні, не може не впливати насамперед на якість продуктів харчування та інших товарів народного споживання.

Виробництво і продаж якісної та безпечної харчової продукції з максимально збереженими незамінними харчовими речовинами - це проблема не тільки споживча, технічна, але й економічна, соціальна та політична. У зв'язку з цим гостро постають проблеми, пов'язані з підвищенням відповідальності за ефективність та об'єктивність контролю якості сировини, дотримання правил ведення технологічних процесів переробки, пакування, зберігання сировини, та нормативів зберігання і реалізації готових продуктів.

Широке коло питань щодо різних аспектів безпеки харчування висвітлено в посібнику-довіднику **Безпека харчування: сучасні проблеми : Посібник-довідник / Укл. А. В. Бабюк, О. В. Макарова, М. С. Рогозинський, Л. В. Романів, О. Є. Федорова. - Чернівці : Книги-XXI, 2005. - 454,[1] с.** Книга знайомить із різноманітними способами обману споживачів виробниками, посередниками і продавцями продуктів харчування, дає цінні поради щодо розпізнавання фальсифікатів і протидії спробам ошукання при покупці на ринку. Значну увагу автори приділили проблемам, які виникають у зв'язку із забрудненням харчових продуктів нітратами, радіонуклідами, пестицидами та ін. в процесі технології їх виготовлення, а також заходам щодо зменшення вмісту цих речовин у продовольчій сировині і продуктах харчування. Розглянуті проблеми пов'язані з вживанням недоброякісної їжі (харчові отруєння та захворювання) та питання впливу на здоров'я людей харчових добавок, які все частіше застосовуються в Україні.

Майже третина харчових продуктів, що вживаються в європейських країнах, є генетично модифікованими організмами; в США цей показник досягає 60%. Питання біобезпеки «генетично модифікованих організмів» (ГМО) та оцінки потенційних ризиків від їхнього використання — надзвичайно складна й комплексна наукова проблема. Останніми роками прибічники і противники ГМО регулярно ведуть нескінченні дискусії щодо генетично модифікованих рослин. У підручнику **Пономарьова П. Х. Генетично модифікована продовольча сировина і харчові продукти, вироблені з її використанням. - К. : Центр учбової літератури, 2009. - 124,с.** викладено ставлення до трансгенних продуктів у світі та в Україні, законодавче регулювання поводження з генетично модифікованими організмами (ГМО) та використання їх в Україні й інших державах, порядок дослідження ГМО на якість і біобезпеку, методи визначення генетично модифікованих інгредієнтів у продовольчій сировині.

Проблеми харчування і здоров'я тісно взаємопов'язані. Здоров'я людини залежить від того, чим вона харчується. Бо продукти — це “цеглинка”, з яких будується кожна клітина організму. Вимоги до якості харчового раціону та санітарної безпечності їжі розглянуті у книзі: **Вплив харчування на здоров'я людини : Підручник / В. П. Пішак, М. М. Радько, А. В. Бабюк та ін.; Ред. М. М. Радько. - Чернівці : Книги-XXI, 2006. - 499, [1] с.** У посібнику висвітлені також питання, пов'язані із забрудненням продуктів харчування, харчовими отруєннями та їх профілактикою, розкриті деякі методи лабораторних досліджень харчових продуктів.

Раціональне харчування (від латинського ratio — розумний) сприяє збереженню здоров'я, високій фізичній розумовій працездатності та активному довголіттю. Воно посилює здатність організму протидіяти шкідливим факторам навколишнього середовища. Книга **Павлоцької Л.Ф. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів. - Суми : Університетська книга, 2007. - 440 с.** розкриває особливості повноцінного харчування для різних груп населення залежно від віку, статі та характеру трудової діяльності. У посібнику наведені й дані щодо вмісту необхідної кількості вітамінів та мікроелементів у добових раціонах харчування для дорослих і дітей.

Насамперед нам необхідно усвідомити той факт, що з погляду збільшення тривалості життя саме особлива система харчування здатна забезпечити найбільший ефект, а значить харчуванню варто приділити особливу увагу! Адже, за словами римського філософа Сенеки: «Уміння продовжити життя — в умінні не скорочувати його». Книга **Тележниковой Т.Н. Продукты, спасающие вашу жизнь, улучшающие самочувствие . - Донецк : БАО, 2008. - 287 с.** навчить як обрати продукти, що працюють на оздоровлення організму. Таке харчування давно знайоме всім, але чомусь воно належить до класу “кулінарних попелюшок”. Хоча саме ці “сором'язливці”- злаки, овочі, молочні продукти складають основу раціону усіх довгожителів світу. Автор дає рекомендації з чим потрібно поєднувати той чи інший продукт, описує способи їх впливу на організм.

Світові глобалізаційні процеси, розвиток торгівельних відносин наполегливо вимагають і нових підходів до забезпечення якості, і безпеки життя в Україні. Гармонійний розвиток людини, її здоров'я багато в чому пов'язані з характером харчування й навколишнім середовищем. Використання антибіотиків при вирощуванні худоби й птиці, синтетичних антиоксидантів для продовження терміну зберігання, надмірне захоплення нетрадиційними добавками шкодить не тільки здоров'ю, але й життю кожного українця. В ст. №3 Конституції України записано: "Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю...". Стрімка динаміка розвитку українського продовольчого ринку ставить перед суспільством нове завдання - захист людини від негативних впливів і досягнення комфортних умов життєдіяльності. На цьому має бути зосереджена увага всіх: і пересічних громадян, і державних діячів різних рівнів.

З цими та іншими виданнями можна ознайомитись у відділі документів з питань економіки, виробництва та природничих наук обласної універсальної наукової бібліотеки ім.Д.І.Чижевського.

Для тих, хто постійно стежить за новинками літератури, радимо звернутись до електронного каталогу бібліотеки або он-лайн каталогу (www.library.kr.ua.)

*Огляд підготувала головний бібліотекар
відділу документів з питань економіки,
виробництва та природничих наук
обласної універсальної наукової
бібліотеки ім. Д.І. Чижевського
Ракуленко Н.В.*