

---

При использовании материалов органа государственной статистики в средствах массовой информации ссылка на источник обязательна

---

### **Здоровому человеку все здорово!**

Питание является одним из важных факторов здоровья человека, обеспечивая рост и развитие в детском возрасте, высокую работоспособность взрослого населения и активное долголетие пожилых людей.

В рамках системы федеральных статистических наблюдений по социально-демографическим проблемам **в апреле 2023 года** Росстатом проводится **Выборочное наблюдение рациона питания населения**.

Наблюдение основано на выборочном опросе представителей различных групп и слоев населения, проживающих во всех субъектах Российской Федерации, и проводится один раз в пять лет с охватом 45 тысяч домохозяйств. В Кировской области в обследовании примут участие 460 домохозяйств на территории 16 городских и 7 сельских участков наблюдения.

В ходе опроса интервьюер (специально обученный работник Кировстата) проведет измерения роста и веса респондента и попросит его вспомнить весь рацион питания за день предшествующий опросу.

Обследование рациона питания, начиная с 2013 года, проводится уже третий раз. Итоги наблюдения, проведенного в 2018 году, показали, что респонденты в возрасте 14 лет и более, следуя принципам здорового питания, считают довольно важным выбор своего рациона с пониженным содержанием жиров (32% опрошенных) и сахара (24%), а также использование поваренной соли в умеренных количествах (31% респондентов).

Одним из принципов здорового питания является употребление овощей и фруктов. По данным обследования 2018 года около 69% респондентов ежедневно или несколько раз в неделю употребляли фрукты, 84% - овощи (свежие, отварные, тушеные, за исключением картофеля). Также в свой рацион ежедневно или несколько раз в неделю включали молоко и кисломолочные продукты 88% жителей нашей области, мясо (отварное, жареное, тушеное) - 71%, рыбу (отварную, жареную) - 43%.

Большинство опрошенных респондентов понимают всю важность приема горячей пищи (не считая чая, кофе и других горячих напитков) и завтраков для своего здоровья: 95% жителей области указали, что принимали горячую пищу несколько раз в день, завтракали ежедневно или почти ежедневно 92% респондентов.

При выборе продуктов 40% кировчан всегда или почти всегда используют информацию, напечатанную на этикетках продуктов, 31% обращают внимание на данную информацию, но бывает сложно ее увидеть и разобрать.

С итогами Выборочного наблюдения рациона питания населения подробно можно ознакомиться на сайте Росстата (<https://rosstat.gov.ru>).

Территориальный орган Федеральной службы  
государственной статистики по Кировской области