Меры по коррекции питания для обеспечения здорового старения на протяжении всей жизни - Отчёт о конференции

Nutrition Interventions for Healthy Ageing Across the Lifespan – A Conference Report

A. Kalache[1], I. de Hoogh[2], S.E. Howlett[3], B. Kennedy[4], M. Eggersdorfer[5], D.S. Marsman[6], A. Shao[7], J.C. Griffiths[8]

CORRESPONDENCE: J.C. Griffiths jgriffiths@crnusa.org

1 International Longevity Center Global Alliance, Rio de Janeiro, Brazil
2 TNO, Zeist, The Netherlands
3 Dalhousie University, Halifax, NS, Canada
4 National University Singapore (NUS), Singapore, Singapore
5 University of Groningen, Groningen, The Netherlands
6 Procter & Gamble Health Care, Cincinnati, OH, USA
7 Amway / Nutrilite, Buena Park, CA, USA
8 Council for Responsible Nutrition – International, Washington, DC, USA

Резюме Благодаря достижениям современной медицины за последнее столетие продолжительность жизни населения планеты продемонстрировала заметный рост. Вместе с тем существуют диспропорции, которые приводят к наличию групп населения, как с более коротким сроком жизни, так и со значительно худшим состоянием здоровья, особенно среди пожилых людей. Эти проблемы вызывает неравный доступ к надлежащему питанию, медицинскому обслуживанию и информации для принятия обоснованных решений в области здравоохранения и питания. Это, в свою очередь, ускорило процесс старения одних и отрицательно сказалось на способности других людей к здоровому старению. Многие в развивающихся и развитых странах страдают от дихотомии одновременного избытка калорий и нехватки питательных веществ. Это привело к ухудшению психического и физического состояния, росту заболеваемости неинфекционными заболеваниями, снижению производительности и качества жизни, а также к увеличению медицинских расходов. Хотя надлежащее питание имеет основополагающее значение для хорошего здоровья, остается неясным, какое влияние различные виды мер по коррекции питания могут оказать на улучшение состояния здоровья и качества жизни с возрастом. В условиях быстро стареющего населения планеты существует острая необходимость в новаторских подходах к пропаганде здорового образа жизни по мере старения человека. Успешные исследования, просветительская работа и коррекция питания должны включать в себя разработку как качественных, так и количественных биомаркеров, а также других инструментов, которые могут измерять улучшение физиологического состояния на протяжении всей жизни.

Изменения политики в области здравоохранения, основанные на фактических данных, должны быть направлены на сокращение социально-экономического неравенства, приводящего к преждевременному старению. Всемирная организация здравоохранения предложила и опубликовала общие принципы достижения прогресса в своей Глобальной стратегии и плане действий по проблеме старения и здоровья. На данном симпозиуме основное внимание было уделено влиянию питания на эти общие принципы, с акцентом на необходимость лучшего понимания баланса между внутренними возможностями и функциональными способностями человека на различных этапах его жизни, а также влияния этого баланса на его психическое и физическое здоровье в среде его обитания.

Ключевые слова Старение, биоактивы, биомаркеры, функциональная способность, срок здоровой жизни, неравенство, внутренняя возможность, продолжительность жизни, питание, витамины

Заключение Глобальные демографические данные свидетельствуют о том, что люди действительно живут дольше, при этом многие страны и подгруппы населения живут на 30 лет дольше, чем сто лет назад. Однако этот рост продолжительности жизни не всегда сопровождался увеличением срока здоровой жизни. Не осознавая различия в потребностях пожилых людей в области питания и здравоохранения и будучи обремененным социально-экономическим неравенством, быстро стареющее население также сталкивается с ростом заболеваемости неинфекционными заболеваниями и расходов на здравоохранение. Срок здоровой жизни, а не продолжительность жизни, должен быть признан в качестве цели для всех этапов жизни общества, оптимизируя качество и возможности, чтобы в свои заключительные годы мы не испытывали нежелательное истощение и тремор, а являлись активными участниками общества. Сочетание политики, направленной на сокращение социального неравенства, с новаторскими подходами к питанию может привести к замедлению преждевременного старения и увеличению срока здоровой жизни. Всемирная организация здравоохранения предлагает провести «Десятилетие здорового старения 2020-2030 гг.», чтобы «изучить синергизм между инструментами политики для стимулирования значимого и измеримого воздействия на улучшение жизни пожилых людей». Читателю предлагается посетить веб-сайт ВОЗ, ознакомиться с призывом к действию, сформулированному в Глобальной стратегии и плане действий по проблеме старения и здоровья ВОЗ на 2016-2030 годы, и принять участие в обсуждении. Этот стратегический подход, включая соответствующие научно обоснованные меры по коррекции питания, должен быть разработан и адаптирован для использования во всех странах, независимо от уровня их экономического развития, в целях поддержки здорового старения на протяжении всей жизни.