

РОЗДІЛ I

ЕКОНОМІКА ТА УПРАВЛІННЯ НАЦІОНАЛЬНИМ ГОСПОДАРСТВОМ

УДК 641:613.2.003.1

Головко Ольга Миколаївна,
к.т.н., доцент, доцент кафедри готельно-ресторанної справи,
Мукачівський державний університет

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ТЕОРІЇ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ: ЕКОНОМІЧНИЙ АСПЕКТ

У статті розкрито характер формування сучасної теорії здорового харчування та визначено основні напрямки організації здорового харчування. Метою є дослідження теоретичних складових теорії здорового харчування. Застосовано загальноприйняті методи аналізу, синтезу, узагальнення класичної теорії харчування та формування теорії здорового харчування, яка формується під егідою Всесвітньої організації охорони здоров'я. На основі теоретичних та аналітичних досліджень науково обґрунтовано: періоди еволюції харчування: мисливства і збиральництва, неолітичної революції, Великих географічних відкриттів (XV-XVI ст.), Великої індустріальної революції (XVII ст.), запровадження нової техніки і технології (XX ст.); класичну теорію збалансованого харчування та її основні положення; поява нових різноманітних видів продуктів. Звернута увага на корінні зміни в способах життя і структурі харчування XXI століття. За результатами проведеного дослідження встановлено, що сьогодні мають місце такі тенденції вдосконалення харчування: розвиток «екзотичної» кухні різних народів, що викликає захоплення у людини-гурмана, яка долає багато кілометрів, щоб скуштувати страву, яка є незвичною для місцевості, де проживає людина; розгалуження «опосередкованого» типу харчування. Основою життєдіяльності людини є забезпечення необхідною енергією за рахунок споживання харчових продуктів, які покривають енергетичні витрати. Міграційні процеси сприяють формуванню наукових підходів теорії здорового харчування. Людський організм попадає в неадаптовані традиції харчування і потребою стає раціоналізація харчування. Теорія раціонального харчування вимагає дотримуватися ряд встановлених принципів: калорійність харчового раціону має відповідати енергетичним витратам, хімічний склад харчових раціонів має задовольняти фізіологічні особливості і потреби організму в харчових речовинах, що гарантує збалансованість харчування. В подальшому дослідження будуть направлені на: дослідження співвідношення між окремими мікроелементами в харчових раціонах, враховуючи синергічні і антагоністичні взаємозв'язки; формування теорії здорового харчування на основі органічних і неорганічних продуктів для дітей, школярів та дорослого населення; хімічний склад сільськогосподарської продукції, виробленої шляхом використання інноваційних технологій вирощування.

Ключові слова: еволюція харчування, їжа, енергетичний баланс, здорове харчування, раціональне харчування, адекватне харчування, органічні продукти.

ВСТУП

Здоров'я – є цінністю людини, яке дається кожній людині від природи і яке робить людину щасливою, але, на жаль, здоров'я можна легко втратити, якщо не дотримуватися законів збереження здоров'я, законів здорового харчування.

Здорове харчування в умовах сьогодення є одним із пріоритетних завдань державної політики, яке потребує осмислення та узагальнення тенденцій, що відбуваються у світі з прагненням до пізнання нового. Сфера завдань включає проблеми харчування і

заходи щодо ліквідації інформаційного дефіциту з питань якості, споживних властивостей сировини, напівфабрикатів, готової продукції, організації споживання тощо.

Постановка проблеми. Для вирішення проблематики здорового харчування представниками 159 країн світу, в тому числі Україною, прийнята «Всесвітня декларація і Програма дій у сфері харчування». Поряд з цим, під егідою Всесвітньої організації охорони здоров'я в Україні формується нова теорія здорового харчування людини. Правильно підібраний і складений раціон харчування людини

суттєво впливає на ефективність функціонування людського організму, збереження здоров'я, працездатності, подовження тривалості і якості життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Сьогодні тематика здорового харчування є дуже популярною і обговорюваною, що зумовлено використанням імпортованої сировини і продуктів, використанням генного модифікованих продуктів, складною екологічною обстановкою, використанням новітніх техніки і технології, використанням харчових добавок, трансгенних жирів тощо.

Пріоритетного значення проблемі здорового харчування надають як фахівці, так і науковці, які вважають її основною соціально-економічною складовою.

Складність та різноманітність раціональних методів і технологічних процесів вирощування сільськогосподарської продукції, переробки сировини, приготування напівфабрикатів, готової продукції, в тому числі і кулінарної продукції, організація їх споживання є причиною того, що їх дослідженнями займаються: фізики, хіміки, економісти, управлінці, технологи та ін. Сучасні дослідження особливостей та підходів до формування теорії здорового харчування висвітлені в працях Л. Ф. Павлоцька, І. В. Сирохман, С. М. Пересічного, В. Ф. Доценко, Н. В. Дуденко та ін.

Мета статті (постановка задачі)

проаналізувати теоретичні аспекти харчування, систематизувати і описати нові підходи до формування сучасної теорії здорового харчування та визначити основні напрямки організації здорового харчування.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Пізнання навколишнього світу людиною почалося з вивчення можливих джерел їжі. Їжа – це складний багатокомпонентний фактор. Разом з їжею до організму людини потрапляє більше, ніж півсотні не замінимих поживних речовин [1]. В залежності від властивостей і складу їжа в тій чи іншій мірі справляє фізіологічний вплив на організм людини. Їжа суттєво відрізняється від усіх інших факторів зовнішнього середовища. Через їжу людина вступає в контакт з навколишнім середовищем [2]. Оптимальні взаємостосунки організму із зовнішнім світом через їжу залежать від біологічних, екологічних і соціально-економічних чинників.

Сьогодні теорія харчування науковцями систематизована і розглядається як сукупність характеристик еволюції харчування.

Еволюція харчування включає ряд періодів [3]:

1. *Період мисливства і збиральництва.* В цей період раціон людини складався з м'яса тварин та виловленої риби, листя, корінців, ягід диких рослин. Первісна людина уникала вживання токсичних продуктів, використовуючи три способи:

1) завдяки генетичній детермінації до уподобання солодкого і уникнення кислого смаку;

2) шляхом уникання вживання нових (підозрілих) продуктів;

3) завдяки здатності швидко аналізувати відстрочені ефекти спожитих харчових продуктів (протягом кілька годин).

2. *Період неолітичної революції.* В раціоні харчування людини починає збільшуватися вміст вуглеводів, які були і сьогодні є основним джерелом енергії.

3. *Період Великих географічних відкриттів* (XV-XVI ст.). В цей період європейці почали споживати картоплю, кукурудзу, сояшник, помідори, суніці, прянощі, шоколад та ін.

4. *В період Великої індустріальної революції* (XVIII ст.) вперше після кам'яного віку суттєво зростає споживання м'яса і насичених жирів.

5. *Період запровадження нової техніки і технології* (друга половина XX ст.), характеризується функціонуванням і поєднанням різних корисних складників рослинного і тваринного походження, нових способів технології переробки сировини, приготування напівфабрикатів, виробництва готової до споживання продукції, в тому числі і кулінарної.

Основою життєдіяльності людини є забезпечення організму людини джерелом енергії та пластичних ресурсів, які надходять із зовнішнього середовища у вигляді продовольчої сировини, продуктів, що піддавали технологічній обробці [4]. В кам'яному віці воно було недостатнім, а в епоху неоліту значно збільшилося. Найбільша кількість енергії утворюється в процесах розщеплення засвоєваних вуглеводів, ліпідів, органічних кислот, етанолу. Менше значення як джерело енергії мають білки. На енергетику життєдіяльності організму людини впливають біологічні, екологічні і соціальні чинники. Енергія, яка витрачається в процесі основного обміну, використовується для підтримування на необхідному за даних умов рівні функціонування систем організму: роботи серця і легень, кровообігу, функції нирок і ендокринних систем, підтримування сталої температури тіла, забезпечення м'язового тону тощо. Якщо енергетична цінність харчового раціону не покриває енерговитрати, то виникає *негативний енергетичний баланс*, що сприяє мобілізації всіх ресурсів організму на максимальне продукування енергії для покриття енергетичного дефіциту. В даному випадку всі харчові речовини, у тому числі й білок, використовуються як джерело енергії. Суттєві негативні наслідки спричиняє виражений *позитивний енергетичний баланс*. Якщо тривалий час енергетична цінність харчового раціону значно перевищує витрати енергії, то це приводить до надмірної маси тіла, ожиріння, атеросклерозу, гіпертонії тощо. На жаль, кількість людей з надмірною масою тіла, ожиріння сьогодні в ряді країн збільшується. Тому бажаною є інформація про енергоцінність продукції, яка обчислюється у кілокалоріях (ккал) або у кілоджоулях (кДж), в даному випадку потребою стане перехід на індивідуальний план харчування.

Протягом тисячолітніх періодів істотно змінювалося споживання окремих харчових речовин. Так, надходження в організм людини білків у кам'яному віці складало 170-200 г/добу, сьогодні воно складає 100 г/добу, жирів відповідно 40г/добу і 140 г/добу.

Використання простих, легкозасвоєваних вуглеводів у вигляді цукру та в значних кількостях

європейці розпочали в ХХ ст. Споживання цукру в Україні з 1925 року до 1990 року збільшилося у 250 разів. Організм людини не зміг пристосуватися до такої кількості легкозасвоюваних вуглеводів і це привело до зростання захворювань на цукровий діабет, серцево-судинної системи та ін.

Тому виникла [5] потреба у внесенні змін до основних положень *концепції збалансованого харчування*, яка надавала перевагу споживанню продукції тваринного походження, нарощування виробництва рафінованих продуктів, нехтувала баластними речовинами тощо.

Основи класичної теорії збалансованого харчування були закладені у середині ІХ ст. На основі цієї теорії встановлюються норми фізіологічних потреб в енергії, білках, жирах, вуглеводах, вітамінах і мінеральних речовинах для різних груп населення. Класична теорія збалансованого харчування ґрунтується на таких основних положеннях:

- їжа складається з різноманітних компонентів, різних за фізіологічним значенням: нутрієнтів, баластних речовин (при потребі їжі від баластних речовин можна очистити), шкідливих і токсичних речовин;

- поступлення харчових речовин здійснюється завдяки руйнуванню харчових структур і всмоктуванню корисних речовин, які є необхідними для метаболізму, пластичних (будівельних) і енергетичних потреб людського організму;

- нутрієнти, що всмоктуються і асимілюються, звільняються шляхом ферментативного гідролізу органічних продуктів за рахунок травлення;

- організм самостійно утилізує їжу;

- метаболізм організму визначається необхідним рівнем амінокислот, моноцукридів, жирних кислот, вітамінів, мінеральних солей;

- правильним вважається харчування, за якого надходження харчових речовин відповідає їх витратам.

Бурхливий розвиток науки, техніки і технології сприяв появі багатьох різноманітних нових видів продуктів. У країнах Західної Європи, США, Японії та інших створюються мультикомплексні БАДи, які можуть містити до 100 інгредієнтів і підтримувати функціонування різних систем людського організму. Поряд з цим, ХХІ ст. внесло корінні зміни як в спосіб життя, так і в структуру харчування. Сьогодні мають місце дві тенденції вдосконалення харчування:

1. Розвиток «екзотичної» кухні різних народів, що виражається в розширенні ресторанних підприємств, які спеціалізуються на основних принципах національних кухонь різних народів.

«Екзотична» кухня має здатність викликати захоплення у людини-гурмана і долати багато кілометрів, щоб скуштувати ту чи іншу страву, яка є незвичною для місцевості де людина проживає. Завдяки цьому виник гастрономічний туризм, організуються різні фестивалі. Але при цьому порушується режим харчування, не звертається увага на фізіологічні особливості організму, розподіл раціону за енергоємністю, хімічним складом, масою тощо.

2. Розгалуження «опосередкованого» типу харчування, що ґрунтується на упакованій магазинній чи покупній їжі харчової індустрії, яка дає швидке насичення. Наприклад «Мівіна».

Еволюційні зміни, які мають місце в харчуванні людини поділяють на якісні та кількісні. Характерною особливістю якісної еволюції є споживання якісно нових видів продуктів (продукти нової технології, БАДи, харчові добавки, генетично модифіковані продукти тощо). Кількісна еволюція – це зміни в кількості споживання продуктів. Сьогодні кількісна і якісна еволюція харчування продовжується.

Своєчасне виявлення стійких небезпечних тенденцій та прогнозування у сфері харчування відноситься до числа найважливіших завдань науки про харчування. В процесі оцінювання харчування потрібно уникати елементів євро центризму, вони можуть привести до негативних наслідків [5]. Це зумовлено тим, що особливості національної кухні, уставлені традиції харчування зумовлені тривалою адаптацією популяції до умов навколишнього середовища. Вони спираються на доступні ресурси і відповідають типу фізіологічної активності, необхідні для поповнення енерговитрат організму. Згідно концепції регуляції енергетичного обміну і дослідження балансу енергії необхідно оцінювати три основних компоненти: поступлення енергії з їжею, запаси його в організмі, енергетичні затрати [6].

Сьогодні мають місце активні еміграційні процеси, люди часто мігрують (переїжджають) з однієї країни в іншу, або з одного континенту на інший. Тому потребою сьогодення є формування наукових підходів до формування теорії здорового харчування. Серед вирішення проблем взаємовідношення харчування, здоров'я, тривалості життя особливе місце мають займати особливості навколишнього середовища [7]; генотип людини; доступні джерела харчування, які мають місце в даному регіоні, пристосування, що проявляється розвитком відповідного рівня і якості метаболізму. В ряді європейських країн, на законодавчому рівні передбачається введення в раціон харчування дітей продуктів, вирощених на своїй території. Сучасний тип харчування європейців результат тисячолітнього спілкування з жителями інших континентів [3].

Часто буває так, що людина попадає в умови середовища, до якого неадаптована, дотримується своїх традицій харчування, які є неадекватними умовами проживання, потребою стає раціоналізація харчування. В результаті підвищується захворюваність, і тривалість життя скорочується (Ю. Г. Григоров, С. Г. Козловська). Очевидним є і те, що зміна харчування не завжди буде супроводжуватися збільшенням терміну життя, якщо врахувати необхідність довготривалого адаптування протягом декілька поколінь. У той же час, в корінного населення, яке має особливості харчування, яке характеризуються високим вмістом жиру і білка тваринного походження, низьким вмістом – вуглеводів, дуже низьким вмістом – деяких вітамінів, наприклад, аскорбінової кислоти, не проявляється яких-небудь негативних проявів.

Має місце теорія *раціонального харчування*.

Рациональне харчування – це своєчасне забезпечення організму людини доброякісною їжею, яка містить оптимальну кількість і оптимальне співвідношення харчових речовин, необхідних для його розвитку та функціонування. Рациональне харчування розглядається як одна із складових частин здорового способу життя, як один із факторів подовження активного періоду життєдіяльності. Відповідно до сучасних уявлень про рациональне харчування [8] їжа повинна містити в собі регулятори фізіологічної діяльності людини, в тому числі і харчові волокна, які складаються з поліцукридів (целюлоза, геміцелюлоза, пектинові речовини), а також лігніну та зв'язаних з ним білкових речовин, що формують клітинні стінки рослин. Харчові волокна погано перетравлюються в шлунковому тракті людини, але майже руйнуються в товстій кишці. Харчові волокна сприяють моторній діяльності кишківника, регуляції фізіологічних, біохімічних процесів в органах перетравлювання їжі.

При організації рационального харчування потрібно дотримуватися ряд принципів:

1. Енергетична цінність харчового раціону повинна суворо відповідати енергетичним витратам організму людини. На практиці, на жаль, цей принцип порушується.

2. Хімічний склад харчових раціонів повинен задовольняти фізіологічні потреби організму в харчових речовинах. Щоденно в певній кількості і в оптимальних співвідношеннях до організму повинно надходити біля 70 харчових речовин, багато з яких не синтезується в організмі людини і тому є життєво необхідними. Оптимальне забезпечення організму цими харчовими речовинами можливе тільки за умов різноманітного харчування. Цим гарантується збалансованість харчування. При збалансованому харчуванні обумовлюються оптимальні кількісні та якісні взаємозв'язки між основними харчовими речовинами і біологічно активними речовинами. Найбільш вивченими і розробленими є принципи збалансованості між білками, жирами і вуглеводами (1:0,9:4,7).

У сучасній науці про харчування, крім обмеження споживання простих вуглеводів, принципів їх збалансованості поки що не розроблено. Вважається основним критерієм, за яким оцінюють вуглеводну частину раціону, є загальна їх кількість в харчовому раціоні. Вона має становити понад 55% добової потреби в енергії.

Збалансованість між мінеральними системами найбільш вважається вивченою відносно кальцію, фосфору і магнію. Оптимальним вважається співвідношення 1:1:0,5.

Збалансованість між вітамінами в раціонах обґрунтована лише при розрахунку їх на енергетичну цінність раціону, тобто на 1000 ккал (4184 кДж).

Продовжуються дослідження відносно вивчення збалансованості між окремими мікроелементами в харчових раціонах з урахуванням їх синергічних та антагоністичних взаємозв'язків. Вважається, що співвідношення між міддю та молібденом у раціонах має становити 1:10, між залізом і цинком – 1:1, між залізом і марганцем 2:1.

Поряд з цим, рекомендується дотримуватися

оптимального режиму харчування. Під режимом харчування розуміють кількість та черговість приймання їжі протягом дня. З сучасних позицій харчування найбільш фізіологічно обґрунтованим є 3-ох та 4-ох – разове приймання їжі протягом дня.

Останнім часом проведені експериментальні дослідження положень класичної теорії збалансованого харчування. Вказані дослідження посприяли внесенню певних корективів до теорії збалансованого харчування і дозволили сформувати нову систему поглядів на харчування – теорію [5] *адекватного харчування*:

– необхідними компонентами їжі є не тільки нутрієнти, але й баластні речовини (харчові волокна);

– нормальне харчування забезпечується як потоком нутрієнтів із травного каналу, так і кількома спрямуваннями нутрієтивних і регуляторних речовин, що мають життєво важливе значення;

– у метаболічному і особливо трофічному відношенні асимілюючий організм розглядається як надорганізм;

– існує ендоекологія організму, що утворюється мікрофлорою його кишок;

– баланс харчових речовин досягається внаслідок звільнення нутрієнтів із структур їжі шляхом ферментативного розщеплення її макромолекул за рахунок порожнинного й мембранного травлення (у ряді випадків внутрішньоклітинного), а також внаслідок синтезу нових речовин, у тому числі незамінних;

– харчування підтримує молекулярний склад і відшкодовує енергетичні та пластичні витрати організму на основний обмін, зовнішню роботу й ріст.

За теорією адекватного харчування, крім основного потоку харчових речовин з травного каналу, у внутрішнє середовище організму людини спрямовано ще п'ять потоків, важливість яких в класичній теорії збалансованого харчування недооцінювалась:

– гормонів та гормоноподібних сполук;

– вторинних корисних харчових сполук, які утворюються з баластних речовин під дією мікрофлори товстої кишки;

– токсичних сполук, які формуються з токсичних компонентів харчових продуктів;

– продуктів господарської діяльності людей;

– токсичних продуктів життєдіяльності бактерій у товстій кишці.

За теорією адекватного харчування, баластні речовини – еволюційно важливий компонент харчових продуктів, необхідний для нормального функціонування шлунково-кишкового тракту й організму в цілому.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Представлена характеристика еволюції харчування: якісна і кількісна. Узагальнено наукову інформацію про особливості формування сучасної теорії здорового харчування, в основу якої покладено особливості формування класичної теорії

збалансованого харчування, теорії раціонального харчування, теорії адекватного харчування та їх основні положення.

Недослідженим сегментом є формування теорії здорового харчування органічними і неорганічними продуктами для дітей, школярів та дорослого

населення.

Потребою є проведення подальших досліджень хімічного складу продуктів харчування, беручи до уваги сучасні інноваційні технології вирощування сільськогосподарської продукції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Павлоцька Л. Ф. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів: Навчальний посібник / Л. Ф. Павлоцька, Н. В. Дуденко, Л. Р. Димитрієвич. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2007. – 441 с.
2. Дуденко Н. В. Нутриціологія: навч.посібник / Н. В. Дуденко, Л. Ф. Павлоцька, Т. А. Лазарева, О. В. Александров, В. О. Коваленко, Л. А. Скурихіна, В. В. Євлаш. – Х.: Світ Книг, 2013. – 560 с.
3. Екологічні проблеми харчування людини / Ю. Д. Бойчук, Е. М. Солошенко, В. І. Смоляр, О. І. Циганенко. – Черкаси, 2002. – 92 с.
4. Дуденко Н. В. Основи фізіології та гігієни харчування / Л. Ф. Павлоцька, В. С. Артеменко, М. П. Головка та ін. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. – 558 с.
5. Сирохман І. В. Товарознавство харчових продуктів функціонального призначення: навч. пос.[для студ.вищ.навч.закл.] / І. В. Сирохман, В. М. Завгородня. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 544 с.
6. Смоляр В. І. Еволюція Європейського харчування / В. І. Смоляр // Вопросы питания – 2003. – №6. – С. 15-20.
7. Смоляр В. І. Основи фізіології та гігієни харчування / В. І. Смоляр. – К.: Здоров'я, 2001. – 336 с.
8. Домарецький В. А. Технологія харчових продуктів: підручник / В. А. Домарецький, М. В. Остапчук, А. І. Українець. – К.: НУХТ, 2003. – 576 с.

Головка Ольга Николаевна

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ТЕОРИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ: ЭКОНОМИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

В статье рассматривается научный характер формирования современной теории здорового питания. Целью есть исследование теоретических составляющих здорового питания, которая формируется под эгидой Всемирной организации здравоохранения. Используются общепринятые методики анализа, синтеза, обобщения классической теории питания и формирования теории здорового питания. На основании теоретических и аналитических исследований научно-обоснованы: 1) период эволюции питания: охотничества и собирательства, неолитической революции, Большие географические открытия (XV-XVI ст.), Большая индустриальная революция (XVII ст.), введения новой техники и технологии (XX ст.); 2) классическая теория сбалансированного питания и ее основные составляющие; 3) появление новых разнообразных продуктов. Акцентировано внимание на коренные изменения в условия жизни и структуру питания в XXI ст. Сегодня имеют место тенденции усовершенствования питания: развитие «экзотической» кухни разных народов, что захватывает человека-гурмана, который проходит километры, чтоб попробовать блюдо нехарактерное для места проживания человека; разветвления типов питания. Основой жизнедеятельности человека является обеспечение энергией за счет потребления пищевых продуктов, которые покрывают энергетические потери. Миграционные процессы влияют на формирование научных подходов теории здорового питания. Человек попадая в неадаптированные условия питания и потребностью становится рационализация питания. Теория рационального питания требует придерживаться ряда установленных принципов: калорийность пищевого рациона должна отвечать энергетическим потерям, химический состав пищевых рационов должен удовлетворять физиологические особенности и потребности организма в пищевых рационах, что гарантирует сбалансированное питание. Определено, что дальнейшим сегментом исследований являются: исследования соотношения микроэлементов в пищевых рационах, учитывая синергические и антагонистические взаимосвязи; формирование теории здорового питания органическими и неорганическими продуктами для детей, школьников, взрослого населения.

Ключевые слова: эволюция питания, еда, энергетический баланс, здоровое питание, рациональное питание, адекватное питание, органические продукты.

Holovko Olha M.

MODERN APPROACHES TO THE FORMATION OF A HEALTHY DIET THEORY: THE ECONOMIC ASPECT

The nature of the modern theory of healthy eating has been revealed in the article and the main areas of healthy eating have been determined. The aim is to study the theoretical components of the theory of a healthy diet. Conventional methods of analysis, synthesis, and generalization of the classical theory of nutrition have been applied and also healthy eating formation theory, which is formed under the auspices of the World Health Organization. Based on the theoretical and analytical studies, periods of evolution food have been scientifically justified: hunting and gathering, Neolithic revolution, of Discovery (XV-XVI centuries.) Great Industrial Revolution (XVII century.), The introduction of new technology (the twentieth century) classical theory of a balanced diet and its main provisions; the emergence of new types

of different products. Attention is paid to the fundamental changes in lifestyle and diet structure of the XXI century. According to the results of the study it has been revealed that today there are such tendencies of improving nutrition: development of «exotic» cuisine of different nations, which is admired by a man-gourmet that overcomes many kilometers to taste a dish that is unusual for the area where a person resides; branching of «indirect» type of food. The basis of human life is to provide the necessary energy from food consumption, covering energy costs. Migration processes contribute to the formation of scientific theory approaches to a healthy diet. The human body gets to a not adapted food traditions and there is need for rationalization of food. The theory of nutrition requires to adhere to a number of established principles: calorie diet should meet energy costs, the chemical composition of food rations should meet the physiological characteristics and needs of the body for nutrients, guaranteeing balanced diet. Further research will focus on: research relationship between the individual micronutrients in the diet, including synergistic and antagonistic relationships; formation theory of healthy eating organic and inorganic products for children, students and adults; chemical composition of the agricultural products produced through the use of innovative production technologies.

Keywords: evolution food, food, energy balance, healthy eating, good nutrition, adequate nutrition, organic foods.

Одержано 15.09.2016 р.

УДК 330.34:001.5

Дем'ян Ярослава Юрїївна,
ст. викладач кафедри менеджменту
та управління економічними процесами,
Мукачівський державний університет

НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО ЕКОНОМІЧНОГО ПОНЯТТЯ «СТАЛИЙ РОЗВИТОК»

В статті досліджено наукові підходи становлення теорії економічного розвитку, виокремлено поняття «зростання» і «розвиток». Метою статті є систематизація та аналіз основних наукових підходів до визначення поняття сталий розвиток. Розкрито поняття сталого розвитку як світоглядної ідеології, яка може забезпечити збалансований розвиток цивілізації. Визначено, що теоретико-методологічне визначення поняття «сталого розвитку» еволюціонувало та з урахуванням глобальних трансформацій отримало нові обґрунтування й прояви. Проведено аналіз та характеристики фаз економічного зростання. В роботі отримано подальший розвиток поняття «сталості» в різних галузях науки і особливості цієї дефініції в економічних системах. Автором виокремлено особливу проблему сталого розвитку в сучасних умовах господарювання, яка супроводжується недостатністю ресурсного забезпечення, на що акцентується велика увага урядами розвинених країн, громадськими організаціями та багатьма вченими. Обґрунтовано необхідність сформуванню нову парадигму розвитку, яка буде враховувати минулий досвід та відповідати сучасним реаліям. Підкреслено важливість вивчення проблем сталого розвитку соціально-економічних систем різних країн світу і світової економіки загалом. Сталий розвиток регіонів є основою розвитку країни в цілому, а впровадження його принципів – передумовою інтеграції України до європейської спільноти. Цілі сталого розвитку становитимуть нову систему взаємоузгоджених управлінських заходів за економічними, соціальними, екологічними показниками та спрямовуватимуться на формування суспільних відносин на засадах довіри, суспільної рівності, безпечного навколишнього середовища. Основою сталого розвитку є права людини на життя та розвиток. Такі цілі повинні забезпечити інтеграцію зусиль для економічного зростання, соціальної справедливості та раціонального природокористування, що потребує глибоких соціально – економічних перетворень та нових підходів до глобального партнерства. Здійснений аналіз сутності сталого розвитку дозволив чітко конкретизувати його зміст, у всіх його об'єктивних проявах, концептуальні суперечності у підходах реалізації його принципів. Подальші дослідження будуть спрямовані на з'ясування механізмів впливу сталого розвитку.

Ключові слова: сталий розвиток, стійкість, економічне зростання, принципи розвитку, економічна система.

ВСТУП

Постановка проблеми. Забезпечення сталого розвитку є одним з ключових питань сучасного розвитку всіх країн світу та особливо актуалізується

для України з огляду на її економічні, соціальні та екологічні проблеми. Прагнучи досягти сталого економічного розвитку, використовують різні концепції, підходи для розробки стратегій розвитку. Однак, заходи, які вживаються світовою спільнотою