



Вред соли сравнили с вредом от табака и предложили предупреждать о нем каждого потребителя. В заявлении, опубликованном в издании *Journal of Clinical Hypertension*, ученые из нескольких различных объединений призвали к тому, чтобы на упаковки соли наносились предупредительные надписи о вреде, который это вещество наносит здоровью, — подобные тем, что размещают на табачных пачках. Ведущий автор, доктор Норм Кэмпбелл, бывший президент Всемирной лиги борьбы с гипертонией, пишет, что пришло время для более жесткого подхода к снижению

содержания соли в пище. Заявление поддерживают специалисты в области борьбы с гипертонией из разных стран мира.

Нездоровое питание — сегодня один из основных провокаторов преждевременной смертности, а избыточное потребление соли — одна из основных причин. На совести чрезмерно соленой пищи, по оценкам авторов, миллионы смертей.

«Всемирная организация здравоохранения поставила перед странами задачу сократить потребление натрия на 30% к 2025 году, а правительства и пищевая промышленность совместно работают над сокращением соли в обработанных пищевых продуктах. Однако сейчас необходимо принять срочные меры для повышения осведомленности потребителей об этих опасностях», — объясняет доктор Кэмпбелл смысл инициативы по маркировке продукта.

Его коллега по заявлению, доктор Джеки Вебстер, руководитель Центра сотрудничества ВОЗ по уменьшению потребления соли при Институте глобального здоровья, комментирует: «Потребление слишком большого количества соли повышает у человека кровяное давление, что является одним из основных факторов преждевременной смерти от инсульта или сердечных заболеваний». При этом, как она отмечает далее, потребитель не знает, как сделать свои пищевые привычки более здоровыми. «Хотя в большинстве стран требуются уровни натрия на этикетках в обработанных пищевых продуктах, людям трудно их интерпретировать и они не предупреждают о каких-либо рисках для здоровья. Предупреждения о вреде для здоровья на упаковке соли и дозаторах — простой и экономически эффективный способ донести опасность соли до миллиардов людей во всем мире», — добавляет соавтор.

«Большинство людей не знают, что количество соли, которое они употребляют, повышает их кровяное давление и сокращает их жизнь, — подчеркивает еще один из авторов, доктор Том Фриден, президент и главный исполнительный директор Resolve to Save Lives, инициативы Vital Strategies. — Предупредительные надписи на упакованных пищевых продуктах и в меню могут помочь людям сделать более здоровый выбор. Добавление предупредительных надписей ко всем упаковкам соли — еще один способ сделать здоровый выбор — легким выбором».

Несмотря на то что соль делает еду вкуснее, недавнее исследование показало, что эта добавка, помимо риска инфаркта и инсульта, повышает еще и риск деменции.

Вред соли сравнили с вредом от табака и предложили предупреждать о нем каждого потребителя.

В заявлении, опубликованном в издании Journal of Clinical Hypertension, ученые из нескольких различных объединений призвали к тому, чтобы на упаковки соли наносились предупредительные надписи о вреде, который это вещество наносит здоровью, — подобные тем, что размещают на табачных пачках.

Ведущий автор, доктор Норм Кэмпбелл, бывший президент Всемирной лиги борьбы с гипертонией, пишет, что пришло время для более жесткого подхода к снижению содержания соли в пище. Заявление поддерживают специалисты в области борьбы с гипертонией из разных стран мира.

Нездоровое питание — сегодня один из основных провокаторов преждевременной смертности, а избыточное потребление соли — одна из основных причин. На совести чрезмерно соленой пищи, по оценкам авторов, миллионы смертей.

«Всемирная организация здравоохранения поставила перед странами задачу сократить потребление натрия на 30% к 2025 году, а правительства и пищевая промышленность совместно работают над сокращением соли в обработанных пищевых продуктах. Однако сейчас необходимо принять срочные меры для повышения осведомленности потребителей об этих опасностях», — объясняет доктор Кэмпбелл смысл инициативы по маркировке продукта.

Его коллега по заявлению, доктор Джеки Вебстер, руководитель Центра сотрудничества ВОЗ по уменьшению потребления соли при Институте глобального здоровья, комментирует: «Потребление слишком большого количества соли повышает у человека кровяное давление, что является одним из основных факторов преждевременной смерти от инсульта или сердечных заболеваний». При этом, как она отмечает далее, потребитель не знает, как сделать свои пищевые привычки более здоровыми. «Хотя в большинстве стран требуются уровни натрия на этикетках в обработанных пищевых продуктах, людям трудно их интерпретировать и они не предупреждают о каких-либо рисках для здоровья. Предупреждения о вреде для здоровья на упаковке соли и дозаторах — простой и экономически эффективный способ донести опасность соли до миллиардов людей во всем мире», — добавляет соавтор.

«Большинство людей не знают, что количество соли, которое они употребляют, повышает их кровяное давление и сокращает их жизнь, — подчеркивает еще один из авторов, доктор Том Фриден, президент и главный исполнительный директор Resolve to Save Lives, инициативы Vital Strategies. — Предупредительные надписи на упакованных пищевых продуктах и в меню могут помочь людям сделать более здоровый выбор. Добавление предупредительных надписей ко всем упаковкам соли — еще один способ сделать здоровый выбор — легким выбором».

Несмотря на то что соль делает еду вкуснее, недавнее исследование показало, что эта добавка, помимо риска инфаркта и инсульта, повышает еще и риск деменции.

Источник: <https://naked-science.ru/article/medicine/uchenye-predlagayut-snabdit>

Обсудить в форуме - <http://www.mal-kuz.ru/forum/viewtopic.php?f=76&t=37923>