**ИСКЛЮЧИТЕ АНТИБИОТИКИ ИЗ МЕНЮ**

**«antibiotics off the menu»**

Всемирный день защиты прав потребителей ежегодно отмечается 15 марта во всем мире, и каждый год посвящен одной из актуальных тем потребительских отношений.

В 2016 году организаторы праздника решили уделить внимание важности здорового питания, поэтому он пройдет под девизом «Исключите антибиотики из меню».

Ещё 10 лет назад была разработана глобальная стратегия, направленная на оптимизацию пищевых привычек населения, повышение значимости правильного, физически активного образа жизни. Но за прошедшие годы все пункты этой программы не были соблюдены. И основными причинами смертности по-прежнему являются ожирение, сахарный диабет, повышенное содержание холестерина и глюкозы в крови, гипертония.

Негативное влияние этих заболеваний на общее состояние здоровья человека и продолжительность его жизни в несколько раз превышает риски, вызванные курением, употреблением спиртного.

В настоящее время актуальность здорового образа жизни, рационального, сбалансированного питания имеют все большее значение. В этой связи мировое сообщество планирует провести ряд кампаний, направленных на прекращение продажи мяса (мясных продуктов), выращенного с использованием большого количества антибиотиков, необходимых для производства лекарств. Около половины антибиотиков, производимых в мире, используется в сельском хозяйстве. При этом большая часть используется для стимуляции роста, а также в качестве превентивных мер защиты от болезней, вместо применения антибиотиков для лечения в случае необходимости.

По всему миру устойчивость к антибиотикам увеличивается до опасно высокого уровня. Все большее число инфекций, таких как пневмония, туберкулез, заражение крови и гонорея, становится все труднее лечить, так как антибиотики становятся менее эффективными. Несмотря на то, что разрабатываются некоторые новые антибиотики, ни один из них не будет эффективен против наиболее опасных форм бактерий, устойчивых к антибиотикам. Кроме этого, устойчивость приводит к более высоким медицинским расходам, более продолжительному пребыванию в больницах и к увеличению смертности.

Устойчивость к антибиотикам является глобальной проблемой, требующей усилий со стороны всех государств. В целях предотвращения глобальной угрозы для здоровья населения Международная организация по защите потребителей призывает убедить продовольственные компании изменить политику в отношении использования антибиотиков.

Наличие и доступность нездоровых продуктов питания, маркетинговые практики крупных международных предприятий пищевой промышленности и отсутствие доступной информации для потребителей затрудняют последним возможности по выбору здорового питания.

Ежедневно перед нами возникает вопрос о покупке продуктов питания. Однако выбрать правильный продукт питания не значит уметь выбрать наиболее выгодный по цене товар. Необходимо также обращать внимание на его качество, срок хранения, его реальную необходимость и пользу.

Для того чтобы приобретать качественные и безопасные продукты питания следует придерживаться следующих правил:

1. Читать информацию, представленную на маркировке продуктов питания. Каждый продукт обязан сопровождаться этикеткой на русском языке, даже если речь идет об импортной продукции.

2. Обращать внимание на внешний вид продукта. У продукта питания не должно быть поврежденной упаковки, «примятых бочков» у молочного пакета или консервной банки, стертых надписей.

3. Всегда проверять срок годности и дату изготовления продукта.

4. Не увлекаться чрезмерно акциями и распродажами. Помнить, что акции часто совершаются из корыстных побуждений. Например, чтобы продать несвежий продукт или вообще просроченный. Поэтому «скидочные» товары необходимо проверять особенно тщательно.

5. Не покупать продукты у случайных продавцов.

6. Обращать внимание на соблюдение продавцом условий хранения товара (например температурный режим хранения).

7. В случае возникновения сомнения в качестве продуктов требовать у продавца документы, подтверждающие происхождение и качество товара (сертификат или декларацию о соответствии, товарно-сопроводительные документы).

8. Проверять «не отходя от кассы» сдачу, цену и правильность веса приобретенного товара.

9. Обязательно сохранять чек – это поможет избежать дополнительных трудностей. К сожалению, многие покупатели, обнаружив, что приобрели некачественные продукты, не спешат с претензиями в магазин, ошибочно полагая, что хлопоты по возврату продукта не соответствуют его цене. Однако нужно помнить, что в таком случае мы, пусть и пассивно, способствуем дальнейшей продаже некачественных и небезопасных продуктов.

Давайте скажем «да» здоровому и правильному питанию!