



**Эмбарго: Среда 12 июня 2019г., 11:00 BST**

**Контактное лицо: Katie Abbotts**

**Сотрудник по внешним связям и СМИ, Кокрейн**

**М +44(0) 7810 504380 E [kabbotts@cochrane.org](mailto:kabbotts@cochrane.org) или [pressoffice@cochrane.org](mailto:pressoffice@cochrane.org)**

## **Новый Кокрейновский обзор оценивает доказательства различных способов снижения потребления сладких напитков**

Потребление сладких напитков считается основной движущей силой глобальной эпидемии ожирения, а также с ним связаны кариес, диабет и болезни сердца. Многие органы общественного здравоохранения, включая Всемирную организацию здравоохранения (ВОЗ), призвали правительства, предприятия по производству продуктов питания и напитков, образовательные учреждения, места работы и гражданское общество поддержать выбор более здоровых напитков.

В этом новом Кокрейновском обзоре обобщены данные научных исследований, в которых проверяются различные способы снижения потребления сладких напитков на уровне населения.

Группа исследователей из Германии и Великобритании изучила результаты 58 исследований, в которых оценивался ряд подходов и стратегий, направленных на изменение физической или социальной среды, в которой люди потребляют или покупают сладкие напитки. Исследования проводились в разных условиях, включая школы, кафе, рестораны, дома и торговые точки. В исследованиях оценивался широкий спектр различных подходов к сокращению потребления, таких как маркировка и установление цены на сахаросодержащие напитки и безопасные альтернативы. Они также рассмотрели более широкие политические инициативы, такие как общественные кампании, для поощрения более здорового выбора. Исследования проводились в 19 разных странах Северной и Южной Америки, Австралии, Европы и Юго-Восточной Азии.

В рамках изученных широких категорий вмешательств (маркировка, стандарты питания, повышение цен и субсидии, вмешательства на дому, вмешательства, нацеленные на все продовольственное снабжение, розничные и продовольственные услуги, а также межсекторальные подходы, такие как программы продовольственных льгот и льготной торговли, и инвестиционная политика), достоверность доказательств для конкретных мер варьировалась от очень низкой до умеренной.

Авторы обзора определили ряд мер, которые, согласно имеющимся научным данным, уменьшают количество сладких напитков, которые люди пьют. Эти меры включали:

- Этикетки, которые легко понять, такие как этикетки-светофоры, и этикетки, которые оценивают степень полезности или целебности напитков с помощью звезд или цифр.
- Ограничение доступности сладких напитков в школах.
- Рост цен на сладкие напитки в ресторанах, магазинах и центрах досуга.
- Детское меню в сетевых ресторанах, которое включает более здоровые (или полезные) напитки вместо сладких по умолчанию.
- Продвижение и более удобное расположение здоровых (полезных) напитков в супермаркетах.
- Государственные продовольственные льготы (например, талоны на питание), которые не могут быть использованы для покупки сладких напитков.
- Общественные кампании, направленные на поддержку выбора здоровых напитков.
- Меры, которые повышают доступность низкокалорийных напитков дома, например, за счет доставки бутилированной воды и диетических напитков .

Кокрейновские авторы также обнаружили доказательства того, что улучшение доступности питьевой воды и диетических напитков в домашних условиях может помочь людям похудеть. Есть и другие меры, которые могут повлиять на потребление сладких напитков, но в отношении них имеющиеся доказательства имеют меньший уровень определенности.

Предыдущие исследования показали, что медицинское просвещение и налогообложение подслащенных напитков также могут помочь снизить их потребление, но эти подходы не рассматривались в текущем обзоре. Налогообложение сладких напитков, необработанного сахара и продуктов с добавлением сахара будет рассмотрено в двух будущих Кокрейновских обзорах.

Автор обзора Ханс Хаунер, профессор кафедры диетологии в Техническом университете Мюнхена, Германия, и ведущий мировой эксперт в этой области, прокомментировал: «В мире растут показатели ожирения и диабета, и эта тенденция не будет обращена вспять без широких и эффективных действий. Правительства и отрасль в частности должны внести свой вклад, чтобы сделать здоровый выбор легким выбором для потребителей. В этом обзоре освещены основные меры, которые могут помочь в этом ».

Автор обзора, Ева Рехфюсс, профессор кафедры исследований общественного здравоохранения и служб здравоохранения в Университете Людвиг-Максимилиана, в Мюнхене, Германия, добавляет: «В этом обзоре выделены основные строительные блоки для комплексной стратегии поддержки выбора здоровых напитков для всего населения. Однако нам необходимо проделать большую работу, чтобы понять, что лучше всего работает в конкретных условиях, таких как школы и рабочие места, для людей с разным социально-экономическим и культурным уровнем и в странах с разными уровнями экономического развития. Это поможет нам улучшить существующие подходы. Поэтому разработчики политики и практики, которые осуществляют такие меры, должны сотрудничать с исследователями для обеспечения высококачественных оценок ».

Ведущий автор обзора Питер фон Филипсборн (Peter von Philipsborn), научный сотрудник Университета Людвиг-Максимилиана, в Мюнхене, Германия, сказал: «Сладкие напитки - это

глобальная проблема, и особенно от нее страдают страны со средним уровнем дохода, такие как Южная Африка, Мексика и Бразилия. Меры, выделенные в этом обзоре, должны быть рассмотрены политиками во всем мире ».

Этот Кокрейновский обзор, подготовленный Cochrane Public Health, был проведен исследователями, связанными с Институтом обработки медицинской информации, биометрии и эпидемиологии при Школе общественного здравоохранения им. Петтенкофера при Университете Людвига-Максимилиана Мюнхен, Техническом университете Мюнхена и Университетском колледже Лондона.

--Конец--

Полная ссылка: Von Philipsborn P, Stratil JM, Burns J, Busert LK, Pfadenhauer LM, Polus S, Holzapfel C, Hauner H, Rehfues E. Environmental interventions to reduce the consumption of sugar-sweetened beverages and their effects on health. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 6. Art. No.: CD012292. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012292.pub2>

Для получения дополнительной информации и запросов на интервью, пожалуйста, свяжитесь с:

**Katie Abbotts**

Сотрудник по внешним коммуникациям и средствам массовой информации, Кокрейн  
М +44(0) 7810 504380 E [kabbotts@cochrane.org](mailto:kabbotts@cochrane.org) or [pressoffice@cochrane.org](mailto:pressoffice@cochrane.org)

**О Кокрейн**

Кокрейн - это глобальная независимая сеть исследователей, специалистов, пациентов и ухаживающих за ними, интересующихся вопросами здоровья. Кокрейн разрабатывает обзоры, в которых изучают все самые лучшие имеющиеся доказательства, полученные в ходе исследований, и которые облегчают принятие информированных решений в отношении здоровья. Их называют систематическими обзорами. Кокрейн - некоммерческая организация, объединяющая членов из более, чем 130 стран, работающих вместе, чтобы разрабатывать достоверную и доступную информацию о здоровье, свободную от коммерческого спонсорства и других конфликтов интересов. Наша работа признана в качестве международного золотого стандарта надежной информации высокого качества.

Узнайте больше на [cochrane.org](http://cochrane.org)

Следуйте за нами в [@cochranecollab](https://twitter.com/cochranecollab)