

Роль витаминов в детском питании обсудили участники конференции на выставке «Мир детства-2016»

Необходимость витаминов в питании сегодня ни у кого не вызывает сомнения. О достижениях современной витаминологии, необходимости внедрения её достижений в детском питании шла речь на **четвертой ежегодной конференции «Детское питание в современных условиях»**, организованной АО «Экспоцентр» и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологий» 28 сентября 2016 года в рамках международной выставки «Мир детства-2016».



В конференции приняли участие ведущие витаминологи и специалисты в области питания и биотехнологий. Говоря о здоровом питании, заведующая лабораторией витаминов и минеральных веществ **Вера Коденцова** отметила, что 50-70% населения России – как детского, так и взрослого – имеют недостаток сразу нескольких витаминов. Для россиян характерно состояние полигиповитаминоза – круглогодичного недостатка, прежде всего, витамина D, витаминов группы B, в ряде регионов к ним присоединяются витамины C и A, а также добавляется нехватка многих минеральных веществ, констатировала Вера Коденцова. Она опровергла ряд наиболее распространенных мифов и заблуждений относительно витаминов. В частности, что источником витаминов являются только свежие овощи и фрукты, что витаминами наш организм запасается лишь летом, что синтетические витамины являются лекарством, которое назначает врач, они плохо усваиваются и вызывают аллергию и т.д.

Крупнейший витаминолог России не рекомендовала доверять агрессивной и часто недобросовестной рекламе, а пользоваться достоверной информацией Роспотребнадзора, опубликованной на официальном сайте, где можно узнать о составе и рекомендациях по применению всех зарегистрированных в нашей стране витаминно-минеральных комплексов и пищевых добавок.

О коррекции дефицита витаминов у детей с особыми потребностями и детей различных возрастных категорий рассказала заведующая лабораторией возрастной нутрициологии **Екатерина Пырьева**. Она подчеркнула, что, «обеспечивая ребенка нужным количеством витаминов и минералов, мы закладываем его здоровье не только в детские годы жизни, но и определяем его дальнейшее здоровье во взрослом возрасте, сохраняя его работоспособность и долголетие».

Важные аспекты здорового питания ребенка осветили в своих докладах ведущие эксперты в области детского питания – руководитель научного отдела компании «Nutricia» **Александра Суржик**, ведущие научные сотрудники лаборатории возрастной нутрициологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологий» **Мария Гмошинская** и **Наталья Шилина**.

В ходе конференции состоялась дискуссия об эффективности использования витаминов в детском питании, в рамках которой научные сотрудники высказали своё мнение и ответили на вопросы участников мероприятия.

Подробности на сайте http://www.mirdetstva-expo.ru/ru/events/conference_baby_food/