**Международное агентство по изучению рака дает оценку употребления красного мяса и мясной продукции**

Выпуск новостей МАИР

*26 октября 2015 г. | Лион -* Международное агентство по изучению рака (МАИР) - агентство ВОЗ, занимающееся проблемой рака, оценило канцерогенное воздействие употребления красного мяса и мясной продукции.

**Красное мясо**

После тщательного изучения накопленной научной литературы Рабочая группа в составе 22 экспертов из 10 стран, созванная Программой монографий МАИР, классифицировала красное мясо как вероятно канцерогенное для людей (Группа 2А) на основе ограниченного объема фактических данных о том, что употребление красного мяса вызывает рак у людей, и убедительных механистических данных в поддержку канцерогенного эффекта.

Такая связь наблюдалась, в основном, в отношении колоректального рака, но связи с раком поджелудочной железы и раком простаты также прослеживались.

**Мясная продукция**

Мясная продукция была классифицирована как канцерогенная для людей (Группа 1) на основе достаточного объема фактических данных, свидетельствующих о том, что употребление мясной продукции вызывает колоректальный рак.

**Употребление мяса и его последствия**

Уровни употребления мяса в разных странах варьируются в значительных пределах – от нескольких процентов до 100% людей, употребляющих в пищу красное мясо, а в отношении употребления в пищу мясной продукции отмечаются немногим более низкие уровни.

Эксперты заключили, что ежедневное употребление в пищу 50 грамм мясной продукции повышает риск развития колоректального рака на 18%.

«Для отдельного человека риск развития колоректального рака в результате употребления мясной продукции остается низким, однако такой риск возрастает с увеличением количества употребляемого мяса, - заявил д-р Курт Страйф (Kurt Straif), руководитель Программы монографий МАИР. – Ввиду большого числа людей, употребляющих мясную продукцию, глобальное воздействие на заболеваемость раком имеет значимость для общественного здравоохранения».

Рабочая группа МАИР изучила материалы более 800 исследований, в рамках которых изучались связи более 12 типов рака с употреблением красного мяса или мясной продукции во многих странах и среди групп населения с различными рационами питания. Наиболее важные результаты получены в результате крупномасштабных проспективных когортных исследований, проводимых на протяжении последних 20 лет.

**Общественное здравоохранение**

«Эти результаты подтверждают нынешние рекомендации в отношении ограничения употребления мяса, - заявил д-р Кристофер Уайлд (Christopher Wild), директор МАИР. – В то же время, красное мясо имеет питательную ценность. Поэтому эти результаты позволят правительствам и международным регулятивным органам провести оценки риска, чтобы сопоставить опасности и пользу употребления в пищу красного мяса и мясной продукции и предоставить, по возможности, наилучшие диетические рекомендации».

**Примечания для редакторов**

**Красное мясо** - это все виды мышечного мяса млекопитающих, такие как говядина, телятина, свинина, ягнятина, баранина, конина и козлятина.

**Мясная продукция** – это продукты из мяса, полученные посредством обработки (засолки, вяления, ферментации, копчения или других способов консервирования), направленной на усиление вкуса или увеличение срока хранения. Большинство видов мясной продукции содержат свинину и говядину, однако мясные продукты могут также содержать другие виды красного мяса, мясо птицы, субпродукты или побочные продукты, такие как кровь.

К примерам мясной продукции можно отнести сосиски, ветчину, колбасы, говяжью солонину, билтонг или вяленую говядину, а также мясные консервы и мясосодержащие полуфабрикаты и соусы.

Резюме о заключительных оценках доступно в онлайновом режиме в журнале The Lancet Oncology, а детальные оценки будут опубликованы в Томе 114 Монографий МАИР.

**Международное агентство по изучению рака (МАИР)** входит в состав ВОЗ. Его миссия заключается в том, чтобы координировать и проводить научные исследования для установления причин рака человека и механизмов канцерогенеза и разрабатывать научные стратегии борьбы с раком. Агентство занимается как эпидемиологическими, так и лабораторными исследованиями и распространяет научную информацию с помощью публикаций, совещаний, курсов и научных сообществ.

<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/cancer-red-meat/ru/>

**За дополнительной информацией обращайтесь:**

Véronique Terrasse,   
Пресс-секретарь, МАИР  
Мобильный тел.: +33 472 738 366  
Эл. почта: [terrassev@iarc.fr;](mailto:lterrassev@iarc.fr;)

Nicolas Gaudin  
Директор по коммуникациям, МАИР  
Эл. почта: [com@iarc.fr](mailto:om@iarc.fr)