

ЕКОЛОГІЧНЕ ХАРЧУВАННЯ ТА ЯКІСТЬ НАЦІОНАЛЬНОГО БУТТЯ

Юрченко Л. І., д. філос. н., проф. Міносян А. С., к. істор.н., проф.

Харківський державний університет харчування та торгівлі

(61051, Харків, вул.. Клочківська, 333, каф. суільних та гуманітарних дисциплін, тел. +380504005061), E-mail: 7733153@ukr.net

Adaptation of an organism to certain climatic conditions and type of food is transferred to posterity not only through communication and mutual consent, but is put genetically and hereditary irrespective of desire of the person. In national nutrition, the first place is occupied by the biological value of food, the ability to survive in extreme situations. Nutrition is not only the appropriate selection of products by biological value or biochemical composition, but also cooking methods and diet.

The biological expediency of folk cuisine is primarily related to the type of metabolism in the human body, which has developed in a certain area.

Екологічне харчування можна розглядати як аналіз екосистем з погляду обміну речовин та енергії, що в них відбуваються. Харчування тісно пов'язане з навколишнім середовищем і суільством. Рівень виробництва харчової продукції визначає якість життя спільноти людей, їх працездатність, впливає на долі цілих народів. Існує точка зору, що всі досягнення цивілізації можна кваліфікувати як сукупність технологічних процесів, орієнтованих винятково на травну систему.

Актуальність дискурсу в полі формування і реалізації науково-технічної політики в галузі здорового харчування диктується особливою важливістю цієї проблеми, зумовленої: погіршенням демографічної ситуації в Україні через переважання смертності населення над народжуваністю, зокрема у результаті зростання захворювань, зумовлених незадовільним харчуванням; порушенням збалансованості харчування; споживанням неякісних, фальсифікованих і небезпечних для здоров'я людини продуктів.

Нагальною потребою є вживання термінових заходів для підтримання вітчизняних виробників сільськогосподарської сировини та харчової продукції підвищення рівня самозабезпечення країни харчовими продуктами і продовольчої безпеки країни. Слід зазначити, що державний гігієнічний моніторинг передбачає визначення ступеня забруднення довкілля, продовольчої сировини і харчових продуктів токсичними й радіоактивними елементами, а також вивчення стану фактичного харчування різних груп населення в динаміці.

Екологія харчування охоплює всю систему харчування, враховуючи його вплив на здоров'я, довкілля, соціальні та економічні аспекти життя людини. Вона вивчає як засоби аграрного виробництва – механізацію, енергетику, 183 добрива, пестициди, так і компоненти харчового ланцюга – виробництво, вирощування продукції, транспортування, зберігання, перероблення, пакування, торгівлю, готування, споживання і утилізацію відходів. Екологічний ефект їжі виявляється через біологічні, культурні і поведінкові механізми. Передусім харчування визначає важливі фізіологічні процеси підтримання цілісності тканин, регулює біохімічні механізми обміну речовин і є головною детермінантою росту та розвитку. Все це впливає на людину як на представника суільства. Інші біологічні ефекти їжі не настільки очевидні, проте визначають культурні і поведінкові реакції популяцій. Компоненти їжі – не тільки джерело енергії і будівельного матеріалу, необхідних для організму, а й найважливіші чинники пристосування

організму людини до навколишнього середовища. Живий організм є стійкою й одночасно пластичною системою, здатною реагувати на зовнішні подразники адекватно до умов, які склалися, з найменшими матеріальними, енергетичними та інформаційними витратами. У разі повторення однотипних подразників, наприклад низьких температур, організм адаптується до них шляхом внутрішньої перебудови на рівні окремих органів, клітин і навіть молекул. Для такої адаптації також необхідна енергія і специфічні речовини, джерелом яких є їжа.

Потреби в надходженні енергії з їжею приблизно однакові у етносів, що відрізняються просторовими чи часовими координатами існування. Проте кожен з них потребує використання різних стратегій збереження енергії та її поповнення. Внаслідок використання в харчуванні впродовж багатьох поколінь певного набору продуктів організм пристосовується саме до них. У ньому формується постійне внутрішнє середовище (ендоекологічний статус) зі своїм типом обміну речовин, притаманними йому ферментами та ізоферментами, специфічною мікрофлорою шлунково-кишкового тракту та іншими характерними ознаками. У такий спосіб усталений раціон нібито формує організм людини. Але людина сама активно підбирає продукти для свого виживання, зважаючи на наявні харчові ресурси і керуючись своїм смаком, естетичними запитами, а найголовніше – біологічною доцільністю їжі в певних кліматичних умовах. На цьому ґрунтується формування традиційної національної кухні.

Таким чином, традиційна їжа, як одяг і знаряддя праці, є одним із елементів пристосування людини до навколишнього середовища. Однак, якщо одяг і знаряддя праці людина просто передає потомству через спілкування і взаємну згоду, то пристосування організму до певних кліматичних умов і типу харчування закладено генетично і передається спадково незалежно від бажання людини. Дієтологія полягає не тільки у доцільному підборі продуктів за біологічною цінністю чи біохімічним складом, а й способів приготування і режиму харчування. Біологічна доцільність народної кухні передусім пов'язана з типом обміну речовин в організмі людини, який склався на певній території.