

Nina IVANOVA,
Diana NICOGLO

PRACTICI DE NUTRIȚIE ȘI SĂNĂTATE PUBLICĂ: PERSPECTIVE PENTRU O CERCETARE INTERDISCIPLINARĂ

<https://doi.org/10.52603/rec.2022.32.11>

Rezumat

Practici de nutriție și sănătate publică: perspective pentru o cercetare interdisciplinară

Este binecunoscut faptul că înrăutățirea situației economice duce la sărăcirea populației și la scăderea calității alimentelor, care la rândul lor afectează negativ sănătatea fizică și psihică a unei persoane. În acest sens, studiul problemei corespunderii alimentației tradiționale și obiceiurilor alimentare moderne normelor de alimentație sănătoasă pare a fi foarte relevant. Scopul studiului este de a determina locul și rolul alimentației tradiționale și obiceiurilor alimentare moderne în starea sănătății populației Republicii Moldova. Una dintre sarcinile principale este de a stabili în ce măsură se păstrează sistemul alimentar tradițional în diferitele comunități etnice din Republica Moldova. Esența abordării interdisciplinare este că, alături de abordările și metodele adoptate în etnologie, în cercetările viitoare se preconizează utilizarea unor elemente din domeniul medicinei, dietologiei, nutriției. De exemplu, lista sarcinilor include identificarea locului pe care îl ocupă noile produse și noile obiceiuri alimentare în alimentația zilnică a populației țării, precum și calculul cantității de calorii consumate de populație pentru le compara cu cele din normele de „alimentare sănătoasă”. Această cercetare va demonstra faptul că domeniul de studiu al etnologiei continuă să se extindă și oferă oportunități pentru noi cercetări interdisciplinare.

Cuvinte-cheie: sănătate, alimentația tradițională, etnologie, nutrițiology.

Rezumat

Практики питания и здоровье населения: перспективы междисциплинарного исследования

Общеизвестно, что ухудшение экономической ситуации приводит к обнищанию населения и к снижению качества продуктов питания, что в свою очередь отрицательно влияет на физическое и психическое здоровье человека. В этой связи исследование проблемы соответствия традиционного питания и современных пищевых привычек нормам здорового питания представляется весьма актуальным. Цель исследования состоит в изучении влияния соответствия традиционного питания и современных пищевых привычек на здоровье населения Республики Молдова. Суть междисциплинарного подхода состоит в том, что наряду с подходами и методами, принятыми в этнологии, в будущем исследовании планируется использовать и некоторые элементы из области медицины, диетологии, нутрициологии. Например, в список задач входит выявление роли и места новых продуктов и новых пищевых привычек в повседневной жизни населения страны, а также подсчет потребляемых населением калорий в сравнении с нормами «здорового питания». Данное изыскание призвано продемонстрировать тот факт, что предметное поле этнологии продолжает расширяться и

предоставляет возможности для новых междисциплинарных исследований.

Ключевые слова: здоровье, традиционная пища, этнология, нутрициология.

Summary

Nutrition practices and health: perspectives of an interdisciplinary research

It is well known that worsening of economic situation leads to pauperization of the population and deterioration in food quality, what in turn negatively affects the physical and mental health of people. In this regard, it is particularly relevant to study the problems of correlation between traditional nutrition together with the modern food practices and the standards of healthy nutrition. The aim of the study is to determine the role of traditional nutrition and modern food practices with regard to the health of the population of the Republic of Moldova. One of the main tasks is to define the scale of maintaining traditional nutrition by different ethnic communities of Moldova. The essence of the interdisciplinary approach is that, along with the approaches and methods customary for ethnology, it is planned to use some elements from the field of medicine, dietology and nutritiology in the future study. For example, the list of tasks includes identification of the new products and the new food practices in daily nutrition of the population, as well as calculation of calories consumed and their further comparison with the standards of healthy eating. This study will demonstrate the fact that the subject field of ethnology continues to expand and provides opportunities for new interdisciplinary research.

Key words: health, traditional nutrition, ethnology, nutritiology.

Argument. Dependența stării de sănătate de meniu și obiceiuri alimentare este o temă importantă și destul de populară, care primește o largă acoperire atât în sursele științifice, cât și în mass-media, rețelele de socializare, la nivel profesional și amator. Relevanța problemei a dus la o creștere semnificativă a cercetărilor științifice privind alimentația sănătoasă sub diverse aspecte: medical, sociologic, economic, etnologic etc. Raportul dintre nutriție și sănătatea publică este o problemă importantă cercetată de Organizația mondială a sănătății (OMS), care publică constant noi recomandări de sănătate, principii de siguranță alimentară și politici și strategii de nutriție. Principalele recomandări ale OMS privind alimentația sănătoasă sunt implementate în politica de sănătate a multor țări, inclusiv a Republicii Moldova.

În domeniul socio-umanitar, obiectele cercetării sunt sistemul rațional de nutriție, cultura nutriției, obiceiurile și practicile zilnice de nutriție, regimul alimentar, sistemele tradiționale de nutriție, impactul globalizării și fast-food-ului asupra practicilor nutriționale ale populației urbane etc. Conceptul de alimentație sănătoasă la nivelul populației țărilor și regiunilor a apărut nu cu mult timp în urmă, în legătură cu procesele de urbanizare și modernizare a producției de alimente. Urbanizarea a dus la separarea unei părți semnificative a populației mondiale de producția directă de alimente, în urma căreia s-a schimbat și comportamentul alimentar al oamenilor. Creșterea numărului total de produse alimentare și diversitatea acestora, creșterea siguranței alimentare, reducerea costurilor și creșterea accesibilității, ca urmare a dus la creșterea cazurilor de obezitate și a bolilor asociate (Sproesser, Ruby, Arbit 2019). Desigur, în acest caz vorbim de țări dezvoltate, deoarece toate cele de mai sus pot varia în funcție de regiune și de dezvoltarea economică a țării. Cu toate acestea, exact consecințele negative ale modernizării și urbanizării asupra sănătății populației au dus la problema trecerii de la sistemul alimentar tradițional la cel modern. Totodată, în sursele occidentale, în cadrul sistemului alimentar tradițional, se obișnuiește să se ia în considerare practicile stabilite înainte de al Doilea Război Mondial, respectiv înainte de apariția producției de alimente în masă (Trichopoulou 2012: 951).

Repere metodologice. Cercetătorii G. Sproesser, M. B. Ruby, N. Arbit au identificat un șir de diferențe între alimentația tradițională și cea modernă. Mâncarea tradițională include, în principal, fibre alimentare și cereale, nu este procesată, este preparată în mod tradițional din produse locale, iar cantitatea acestora este limitată. Mâncarea tradițională presupune mese regulate care au loc acasă cu familia, desertul este servit după felurile principale, mâncarea este o valoare, de aceea cantitatea ei este importantă. Alimentele moderne sunt bogate în zahăr, uleiuri și grăsimi, ultra-procesate industrial, preparate de terți și diversificate prin comerțul global. Procesul de consum include gustarea, are loc în afara casei și în singurătate, băuturile carbogazoase sunt consumate la mese, se irosește multă mâncare, iar calitatea acesteia este importantă (Sproesser, Ruby, Arbit 2019). Cercetătorii spanioli S. D. Mendes, C. G. Benito au realizat un studiu la scară largă despre alimentația sănătoasă în societatea modernă demonstrând instabilitatea conceptului de hrană sănătoasă, datorită dobândirii constante de noi cu-

noștințe, precum și idei, valori, percepții și interese care influențează modelele de alimentație sănătoasă (Méndez, Benito 2008: 27). În cele din urmă, autorii recunosc conceptul de nutriție adecvată ca un construct care este creat ca răspuns la schimbările sociale și pentru comoditatea diferitelor instituții (Méndez, Benito 2008: 45).

O problemă importantă căreia îi sunt dedicate o serie de studii este obiceiurile alimentare și preferințele alimentare: impactul reclamei la alimente nesănătoase și lipsa promovării alimentelor sănătoase, precum și organizarea dietei (Méndez, Benito 2008: 248); influența prescripțiilor sociale asupra comportamentului alimentar, răspândirea „împrumuturilor culturale” alimentare (Носкова 2014: 214-215), integrarea practicilor de nutriție și dezvoltarea unui model de nutriție universal pentru consumatorul mediu (Усова 2020: 152), motive pentru lipsa tradițiilor alimentației sănătoase în Rusia modernă (Зарубина 2015: 82), dieta și alegerile alimentare (Ивченкова 2010: 9), vegetarianismul (Капусткина 2012: 178).

În Republica Moldova nutriția tradițională a fost studiată ca un obiect etnologic (Никогло 2004; Luchianet, Iarovoii 2001; Iarovoii 2009; Grădinaru 2012; Grădinaru 2022; Сорочяну 2020). Cu toate acestea, relația dintre practicile nutriționale tradiționale ale unui anumit popor și nivelul de sănătate al reprezentanților săi sunt încă puțin studiate. Sursele disponibile indică importanța deosebită a contextului social al problemei studiate, trăsăturile dezvoltării socio-economice a regiunii, care determină gradul de corelare dintre populația urbană și cea rurală și, în consecință, calitatea și siguranța produselor, obiceiurile alimentare, factorii culturali, disponibilitatea și diversitatea produselor și meniurilor etc. Pentru Republica Moldova, studiul acestor probleme este la început de cale.

În prezent, în Republica Moldova este o situație economică dificilă, cauzată de criza mondială. Această situație duce la sărăcirea populației, lipsuri alimentare, deteriorarea calității produselor și afectează negativ sănătatea oamenilor și climatul psihologic din societate. În acest sens, există o cerere publică și științifică pentru un studiu interdisciplinar privind problema corespunderii alimentației tradiționale și a obiceiurilor alimentare normelor nutriției sănătoase. Recomandările elaborate în cursul cercetării vor permite implicarea specialiștilor din diverse domenii ale științei, instituțiilor statului și a organizațiilor publice corespunzătoare în dezvoltarea unor programe de promovare a alimentației

sănătoase în rândul populației țării, ținând cont de practicile alimentației tradiționale.

Cercetarea preconizată are menirea de a soluționa un șir de probleme științifice și sociale. În mod prioritar diseminarea informației etnografice inedite despre alimentația tradițională a diferitelor comunități etnice ale Republicii Moldova va contribui la cunoașterea mai bună a culturilor tradiționale specifice etniilor conlocuitoare și la consolidarea coeziunii sociale. Pe de altă parte, această situație stimulează renașterea elementelor sistemului alimentar tradițional. De exemplu, în situații de criză cetățenii trec la autosuficiență primitivă în alimentație și introduc în alimentația lor obiceiuri alimentare tradiționale, care nu necesită costuri materiale mari.

Însumând cele expuse, cercetarea problemei corespondenței alimentației tradiționale și a obiceiurilor alimentare moderne cu normele de alimentație sănătoasă prezintă relevanța științifică și socială. Ne propunem pe parcursul cercetărilor preconizate să investigăm locul și rolul alimentației tradiționale și obiceiurilor alimentare moderne asupra sănătății populației Republicii Moldova.

Implementarea acestui obiectiv presupune realizează următoarelor acțiuni concrete:

1. Ecaluarea păstrării sistemului alimentar tradițional în comunitățile etnice din Republica Moldova.

2. Estimarea ponderii a noilor produse și noile obiceiuri alimentare în alimentația zilnică a populației țării.

3. Determinarea gradului de influență a culturii urbane și a culturii alimentare din perioada sovietică asupra tradițiilor alimentare ale populației țării.

4. Estimarea cantității de calorii consumate de populație și a le compara cu cele din normele de „alimentare sănătoasă”.

Pentru atingerea obiectivelor, vom realiza un sondaj printre reprezentanții a trei etnii (români/moldoveni, ucraineni și găgăuzi) în diferite perioade ale anului (primăvară, vară, iarnă și toamnă) pentru a identifica particularitățile alimentației sezoniere. Astfel, sondajul se va desfășura în fiecare familie în 4 etape, adică, în conformitate cu ciclurile sezoniere anuale.

Demersul nostru științific are un caracter interdisciplinar, deoarece combină metodele etnologiei, nutriției și medicinei: metoda analizei sistemice, metoda structural-tipologica, metoda comparativă, metodele istoriei comparative. Cercetarea de teren presupune utilizarea metodelor de chestionare, in-

terviuri individuale și de grup, conversații.

Sondajul presupune desfășurarea în diferite comunități etnice ale Republicii Moldova: printre români/moldoveni, ucraineni, găgăuzi, bulgari. Pentru realizarea unui studiu reprezentativ este necesară cooptarea unui specialist nutriționist în calitate de consultant, în a cărui sarcină va fi calculul kaloriilor consumate și certificarea conformității acestora cu standardele stabilite. Datele statistice (pentru localitățile chestionate și eventual pentru fiecare comunitate etnică) privind morbiditatea și mortalitatea cauzate de malnutriție sunt necesare pentru stabilirea corelației dintre practicile alimentare și sănătatea comunităților.

Efectuarea cercetării are un potențial teoretic și practic multidimensional. În primul rând, datorită ei se va introduce în circulația științifică materialul original de teren despre alimentația tradițională și modernă. În plus, va fi dezvăluită conformitatea sistemului alimentar tradițional și a obiceiurilor alimentare moderne cu normele generale recunoscute de alimentație sănătoasă. Din punct de vedere tehnologic, rezultatele studiului pot servi drept recomandări dezvoltatorilor, producătorilor și agenților din domeniul alimentației publice. Din punctul de vedere socio-economic, rezultatele obținute vor servi agenților economici din domeniul industriilor alimentare și al turismului, în dezvoltarea producției și serviciilor. Potențialul adaptării sistemelor alimentare tradiționale ale populației din regiune poate fi folosit cu succes în alimentația publică (cafenele, restaurante, cantine etc.), pe de o parte, și pentru promovarea practicilor de alimentație sănătoasă, pe de altă parte. Datele obținute pot fi utilizate în industria alimentară precum turismul rural. Popularizarea tradițiilor alimentare ale diferitelor grupuri etnice care trăiesc în Republica Moldova va contribui la creșterea gradului de conștientizare a culturii altor comunități etnice, a toleranței interculturale și a integrării sociale. Rezultatele analizei comparative a culturii alimentare în mediul urban și rural va contribui la creșterea nivelului de conștientizare a populației țării despre alimentație sănătoasă și va servi drept recomandare pentru dezvoltarea politicilor de sănătate publică.

Evaluând rolul alimentației tradiționale pentru sănătatea populației este important de stabilit în ce măsură în comunitățile etnice din țară se păstrează sistemul alimentar tradițional și ce loc ocupă acesta în alimentația modernă. La fel este necesar de definit ce loc ocupă noile produse, mâncărurile și obiceiurile în alimentația zilnică a populației țării și

de determinat gradul de influență a culturii urbane și practiciile alimentare din perioada sovietică asupra tradițiilor nutriționale ale populației. Calcularea caloriilor consumate și compararea acestor cifre cu normele general recunoscute pentru alimentația sănătoasă dă posibilitatea de a caracteriza cultura alimentară în general și măsura, în care alimentația modernă, obiceiurile, corespund normelor de alimentație sănătoasă. Informația și datele statistice privind morbiditatea și mortalitatea din cauza malnutriției poate servi evidența avantajelor sau dezavantajelor practicilor alimentare a populației din țară.

Concluzii. Rezultatele acestui studiu sunt de interes pentru specialiști atât din domeniul etnologiei, cât și din domeniul medicinei, și ne vor permite, de asemenea, să dezvoltăm o serie de recomandări, care vizează promovarea unei alimentații sănătoase. Problema privind practicile de nutriție și sănătatea populației are un caracter global, iar în cazul Republicii Moldova există un șir de nuanțe de ordin local, determinate la rândul lor de tradițiile și percepțiile existente în cadrul comunităților etnice. Noutatea demersului nostru științific constă în abordările interdisciplinare, prioritate fiind cercetările etnologice și culturologice, fortificate cu informații relevante din domeniile conexe: medicina, nutriționologia, economia și sociologia.

Referințe bibliografice / References

- Food and health in Europe: a new basis for action. 2004. WHO regional publications. European series. No. 96.
- Grădinaru N. 2012. Alimentația tradițională ca metodă de profilaxie și tratament. În: *Revista de Etnologie și Culturologie*, vol. 11–12, p. 109-113.
- Grădinaru N. 2022. Alimentația tradițională ca mecanism de adaptare la mediul natural și sociocultural. În: *Revista de etnologie și culturologie*. Vol. XXXI, p. 116-123.
- Iarovoi V. 2009. Sistemul alimentar – mijloc de păstrare a culturii tradiționale. În: *Păstrarea patrimoniului cultural în țările europene*. Chișinău: S. n., p. 227-229.
- Luchianet O., Iarovoi V. 2001. Din istoria cercetării alimentației tradiționale a moldovenilor (prima jumătate a sec. XX). În: *Revista de Etnologie și Culturologie*, nr. 1, p. 50-58.
- Méndez Cecilia Díaz, Benito Cristóbal Gómez. 2008. The evolution of institutional recommendations on health and food. În: *Food, consumption and health, Social Studies Collection*. No. 24, p. 23-50.
- Sproesser G., Ruby M. B., Arbit N. et al. 2019. Understanding traditional and modern eating: the TEP10 framework. În: *BMC Public Health* 19, 1606. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7844-4> (vizitat 09.10.22).
- Trichopoulou A. 2012. Diversity v. globalization: Traditional foods at the epicentre. În: *Public Health Nutrition*, 15(6), p. 951-954.
- Зарубина Н. Н. 2015. Представления о «Нормативном теле» как детерминанты изменений в практиках питания россиян. În: *Историческая психология и социология истории*, № 1, с. 75-91. / Zarubina N. N. 2015. Predstavleniia o «Normativnom tele» kak determinanty izmenenij v praktikakh pitaniia rossiiian. In: *Istoricheskaia psikhologiya i sociologiya istorii*, no. 1, s. 75-91.
- Зарубина Н. Н. 2014. Трансформации практик питания в современной России: детерминанты. În: *Вестник МГИМО*, № 6 (39), с. 199-208. / Zarubina N. N. 2014. Transformacii praktik pitaniia v sovremennoj Rossii: determinanty. In: *Vestnik MGIMO*, no. 6 (39), s. 199-208.
- Ивченкова М. С. 2010. Противоречия в культуре питания россиян в контексте здорового образа жизни (по результатам социологического исследования). În: *Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Социология. Политология*, № 4, с. 8-11. / Ivchenkova M. S. 2010. Protivorechiia v kul'ture pitaniia rossiiian v kontekste zdorovogo obraza zhizni (po rezul'tatam sociologicheskogo issledovaniia). In: *Izv. Sarat. un-ta Nov. ser. Ser. Sociologiya. Politologiya*, no. 4, s. 8-11.
- Капусткина Е. В. 2012. Социальные практики здорового питания. În: *Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения*, № 1, с. 177-179. / Kapustkina E. V. 2012. Social'nye praktiki zdorovogo pitaniia. In: *Zdorov'e – osnova chelovecheskogo potenciala: problemy i puti ikh resheniia*, no. 1, s. 177-179.
- Никогло Д. 2004. Система питания гагаузов в XIX – начале XX века. Кишинев: Типография Елена. / Nikoglo D. 2004. Sistema pitaniia gagauzov v XIX – nachale XX veka. Kishinev: Tipografia Elena.
- Носкова А. В. 2014. Питание: методологические подходы к исследованию и повседневные практики. În: *Вестник МГИМО-Университета*, 6(39), с. 209-218. / Noskova A. V. 2014. Pitanie: metodologicheskie podkhody k issledovaniuu i povsednevnye praktiki. *Vestnik MGIMO-Universiteta*, 6(39), s. 209-218.
- Сорочяну Е. 2020. Хлеб в народной культуре

гагаузов: этнолингвистическое исследование. Кишинэу: Lexon-prim. / Sorochianu E. 2020. Khleb v narodnoj kul'ture gagauzov: etnolingvisticheskoe issledovanie. Kishineu: Lexon-prim.

Nina Ivanova (Chișinău, Republica Moldova). Doctor în istorie, Centrul de Etnologie, Institutul Patrimoniului Cultural.

Нина Иванова (Кишинев, Республика Молдова). Доктор истории, Центр этнологии, Институт культурного наследия.

Nina Ivanova (Chisinau, Republic of Moldova). PhD in History, Center of Ethnology, Institute of Cultural Heritage.

E-mail: ivanova_nina@mail.ru

ORCID: 0000-0003-3623-5242

Diana Nicoglo (Chișinău, Republica Moldova). Doctor în istorie, conferențiar, Centrul de Etnologie, Institutul Patrimoniului Cultural.

Диана Никогло (Кишинев, Республика Молдова). Доктор истории, конференциар, Центр этнологии, Институт культурного наследия.

Diana Nikoglo (Chisinau, Republic of Moldova). PhD in History, Research Associate Professor, Center of Ethnology, Institute of Cultural Heritage.

E-mail: nikoglo2004@mail.ru

ORCID: 0000-0002-0248-8703