

*Милашевская Т. В., Москвина А. О.*

**ПРОБЛЕМА МЕДИКАЛИЗАЦИИ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ  
ОБЩЕСТВЕ: ПРАКТИКИ И РИСКИ**

*Научный руководитель ассист. Чебан А. Г.*

*Кафедра философии, гуманитарных наук и психологии*

*Саратовский государственный медицинский университет, г. Саратов*

Процесс медикализации общества сопровождается существенной модификацией базовых феноменов человеческого бытия: от культуры умирания до репродуктивных практик и пищевого поведения. Если в доиндустриальном обществе культура питания являлась составной частью национальной и религиозной традиции, то сегодня наряду с традиционными практиками питания растёт тенденция к коррекции рациона и пищевого поведения в соответствии с представлениями современной медицины о здоровом образе жизни. Эта тенденция во многом является результатом просветительской политики институтов здравоохранения и масштабных мероприятий по изменению традиционных, но вредных для здоровья пищевых привычек населения, таких, как, например, проект «Северная Карелия» в Финляндии. Можно наблюдать и обратное явление: все большее количество людей сознательно медикализует свое пищевое поведение, следуя новейшим медицинским данным о правильном и здоровом питании. Такая практика может иметь как положительные, так и отрицательные последствия для здоровья. Проблема в том, что в медицине на сегодняшний день еще не сложилось однозначное представление о том, какая система питания является наиболее универсальной и оптимальной для поддержания здоровья и высокого качества жизни. В диетологии до недавнего времени доминировала схема дробного питания, тогда как сейчас ей противопоставляется схема трёхразового питания. Начинает практиковаться генетическая диета, однако достаточной доказательной базы ее эффективности пока нет. Среди врачей также нет единого мнения о необходимости употребления БАДов, тем не менее интерес к ним с каждым годом увеличивается, так как подавляющая часть исследований отмечает их положительный эффект. В связи с этим стоит отметить такое новейшее и набирающее популярность явление, как биохакинг. Обычно биохакинг подразумевает обращение к врачу, который определяет контрольные точки для усовершенствования жизненных показателей. Так как коррекция питания является первой и самой доступной ступенью на пути к укреплению здоровья, многие люди начинают «экспериментировать» со своим рационом – переходят на детокс-диеты, полностью исключают определенные продукты питания, бесконтрольно принимают пищевые добавки, микроэлементы и даже гормональные препараты. Риски для здоровья, которые возможны при подобном подходе к питанию, очевидны.

Можно предположить, что практики питания, характерные для биохакинга и различных форм диетологического экспериментирования складываются благодаря наличию следующих условий: доступности медицинской информации в Интернете, развитию рынка диагностических услуг, росту предложению БАДов и их популяризации в СМИ. Эти условия ведут к устранению дистанции между наукой и повседневной практикой, образуя тем самым рискогенную зону. Предотвратить возможные риски и достичь позитивного эффекта можно лишь под контролем грамотного врача-специалиста. Таким образом, синергия процесса медикализации сознания и развития информационного общества является фактором, который одновременно и расширяет возможности человека самостоятельно поддерживать своё здоровье, и порождает риски на пути к здоровому образу жизни.