

HRANA ÎN CONTEXTUL CALITĂȚII VIEȚII OMULUI MODERN

*Conf. dr. Carmen Nicolescu
Universitatea Valahia din Târgoviște*

Introducere

Omul, din toate timpurile, a fost o ființă duală care înglobează o latură materială, dar și una spirituală. Cele două laturi converg într-un tot prin care se definește omul. Totalitatea trăirilor sale este deci marcată de această dualitate care se extinde asupra întregii sale vieți, indiferent de domeniul de abordare al acesteia.

Datorită acestei complexități a vieții umane, atunci când se pune în discuție o latură a calității vieții, sau calitatea vieții per ansamblul ei, este necesară o abordare holistică, în care elementele participante la crearea conjuncturii să fie analizate în funcție de conexiunile și inter-relațiile în care sunt implicate, pentru a li se putea analiza și cuantifica influența.

Prezentul studiu încearcă realizarea unei analize a alimentului și a actului de alimentație umană prin prisma multidimensionalității sale, conferită de nivelul actual al spiritualității umane. În contextul menționat este dată o definiție adecvată terminologiei elementelor implicate, a dimensiunilor calității alimentului și alimentației și se face o evidențiere a conexiunilor și inter-relațiilor existente în diferite contexte de operare. Nu în ultimul rând se face o analiză a mijloacelor de realizare a calității multidimensionale a alimentației și a importanței sociale a educației alimentare.

Prin dezbateră problematice propuse se urmărește o reorientare a simplismului cu care este privită uneori problematica alimentației umane spre o abordare holistică în care elementele constitutive capătă valori numai în contextul întregului. O astfel de abordare este utilă atât celor implicați în managementul calității alimentelor cât și consumatorilor, beneficiari ai acestui demers.

Calitatea vieții umane și dimensiunile ei

Calitatea este o noțiune care face referire la latura pozitivă privită din punctul de vedere al omului, latură judecată prin prisma inteligenței sale și care face raportare la necesitățile, dorințele și aspirațiile umane.

Calitatea vieții este deci un concept și în același timp una din preocupările de bază ale tuturor sistemelor de management ale societății moderne.

Calitatea vieții poate fi privită din punct de vedere al individului, al unei

comunități umane sau al societății umane per ansamblul ei. În funcție de aceste dimensiuni, calitatea vieții devine o mărime relativă care capătă nuanțări diferențiate în funcție de contextul de abordare. Ceea ce se regăsește însă cu constanță, indiferent de contextul de abordare, reprezintă laturile definitorii ale conceptului.

Astfel, latura definitorie de bază este dualitatea, calitatea vieții având o latură materială și una spirituală. În mod obișnuit se face o demarcație între aceste două laturi, cea materială fiind reprezentată de necesitățile fiziologice ale organismului uman (hrană, aer, căldură, sănătate, etc.), iar cea spirituală de dorința de frumos și de bine, reprezentate de tot ceea ce este artă.

Diferite sisteme filozofice, cristalizate de-a lungul istoriei umane, au dezbătut pe larg aceste laturi, care au fost definite, dezbătute, pentru care s-au trasat jaloane de catalogare ș.a.m.d. De cele mai multe ori s-a trasat o demarcație netă a celor două laturi, dar, încă din cele mai vechi timpuri, au fost sisteme filozofice care au abordat calitatea vieții, chiar viața în ansamblul ei holistic, reliefând interdependențele și intercondiționările care caracterizează viața prin ansamblul ei.

Deci abordarea holistică nu este o descoperire a omului modern, dimpotrivă, o dată cu dezvoltarea societății tehnologice, s-a creat un decalaj în abordarea celor două laturi, acordându-se o dimensiune sporită laturii materiale, astfel încât s-a minimalizat importanța întregului cu repercusiuni negative asupra demersului, problematica fiind abordată simplist. Față de această abordare simplistă se plătește și astăzi tribut, când prin numeroase întreprinderi economice, se pune accent pe latura materială, neglijându-se de multe ori latura sau implicația spirituală a oricărui bun material creat. Față de această tendință se impune o reconsiderare, astfel încât orice demers economic să-și poată atinge complet scopul.

Pentru îmbunătățirea calității vieții orice societate civilizată a creat o infrastructură din ce în ce mai complexă prin care se urmăresc toate laturile multidimensionale ale vieții. Acest lucru a fost impus de faptul că omul modern conștientizează din ce în ce mai mult toate laturile care concură la definirea calității vieții sale, atât ca individ, ca membru în societatea umană, cât și ca entitate universală.

Hrana umană

Hrănirea este pentru orice ființă vie una din funcțiile biologice de bază prin care se definește viața biologică.

Hrana este definită ca suportul material al hrănirii prin care se întrețin funcțiile vitale ale organismului și se permite multiplicarea acestuia în vederea perpetuării speciei. Din acest punct de vedere hrana este o necesitate materială, care oferă organismului suport structural și energetic existenței, buneii funcționări, creșterii și dezvoltării și în final multiplicării. Hrana este preluată

din exterior și introdusă în interiorul organismului unde suferă modificări astfel încât capătă particularități specifice acestuia. Ea aduce din mediu baza materială și energia necesară vieții. Prin aceasta hrana este un element de relație cu mediul. Fiind un element extern organismului, ea poate fi adecvată sau neadecvată, înscriindu-se în alt sistem de dualitate bine/rău, folositor/nefolositor, antientropic/entropic (Lehninger 1973).

Hrana este bună dacă este folositoare, adică asigură toate necesitățile trofice ale organismului uman și este rea/nefolositoare dacă determină îmbolnăvirea organismului. În felul acesta ea poate avea atât caracter antientropic cât și entropic. Această abordare reprezintă este însă simplistă, suficientă pentru a defini hrana animalelor sălbatice în demersul lor nutritiv natural.

Hrana omului nu poate fi definită atât de simplist. De aceea termenul de hrană nici nu este întrutotul adecvat, ci este utilizat termenul de aliment.

Alimentul este definit ca bunul material de folosință umană utilizat pentru satisfacerea nevoilor nutritive de ordin structural, funcțional și energetic al organismului.

Hrana omului este reprezentată deci de alimente. Acestea prezintă o mare varietate. Pot fi alimente preluate din mediu și utilizate ca atare (Exp. fructe de pădure), dar, de cele mai multe ori, alimentele înglobează un demers economic (Exp. creșterea plantelor sau animalelor), o prelucrare mai mult sau mai puțin complexă (Exp. fabricarea produselor lactate, a brânzeturilor, a vinului, a berii, etc.) prin care materia primă naturală a fost transformată conform voinței umane.

Scopul primordial al alimentului este satisfacerea nevoii de hrănire, asigurarea acestei necesități vitale făcându-se cu conferirea sănătății organismului. Latura primordială a calității vieții este deci sănătatea organismului uman. În acest context **alimentația** trebuie privită ca procesul de asigurare optimă a necesităților nutritive ale organismului, care să nu inducă efecte negative, astfel încât să asigure sănătatea umană. Pentru a realiza acest scop alimentele trebuie să fie suficiente cantitativ și să prezinte anumite condiții de calitate care să satisfacă necesitățile.

Calitatea alimentelor

Calitatea este o noțiune complexă, a cărei dimensiune trebuie definită și delimitată clar. Când se face referire la calitatea unui produs, (alimentar sau nealimentar) aceasta poate fi definită, din punct de vedere al consumatorului, ca ansamblul însușirilor unor valori de întrebuințare. Calitatea produselor se realizează (se conferă produsului) în procesul de concepție (cercetare – proiectare) și de producție a bunurilor și aceasta se manifestă (devine perceptibilă) în procesul de consum (de utilizare a produsului).

Valoarea de întrebuințare, la rândul ei, exprimă gradul în care un produs

satisface nevoia multidimensională a omului. Când se face referire deci la valoarea de întrebuințare a unui produs de folosință umană aceasta include parametri tehnici, economici, de utilitate, care aparțin laturii materiale, dar și parametri estetici, care aparțin laturii spirituale.

Dimensiunile calității alimentului sunt deci calitatea senzorială, calitatea nutritivă, inocuitatea, calitatea igienică (salubritatea), prospețimea, lipsa falsificărilor și calitatea estetică (Banu și colab. 2002).

1. *Calitatea senzorială* este reprezentată de anumite însușiri senzoriale ale alimentului pe baza cărora omul acceptă sau respinge consumul acestuia. Însușirile senzoriale apelează la simțurile omului. Astfel ele fac referire la aspect, culoare, miros, gust, consistență.

2. *Calitatea nutritivă* este asigurată de factorii compoziționali ai alimentului (conținutul în nutrienți – proteine, lipide, glucide, biocatalizatori – vitamine, enzime, oligoelemente) care se găsesc în proporții diferite definind valoarea nutritivă și biologică a fiecărui tip de produs alimentar.

Datorită acțiunii entropice a mediului asupra alimentului, acesta își pierde calitatea prin procesul de alterare, când proporția componentelor se schimbă putând să se transforme în substanțe dăunătoare sănătății consumatorului (Exp. formarea de amine biogene prin amonificarea proteinelor) (Segal 1996).

3. *Inocuitatea* este dată de lipsa substanțelor chimice dăunătoare sănătății (Exp. substanțe antinutritive, substanțe toxice) din compoziția alimentelor. Aceste substanțe dăunătoare sănătății pot face parte din compoziția alimentului. (Exp. factorii antivitaminici), pot proveni din mediu în urma unui proces de poluare (Exp. pesticidele, metalele grele), pot apare în urma procesului tehnologic de prelucrare (Exp. hidrocarburile policiclice aromatice), pot apare în urma unui proces de alterare (Exp. amine biogene din degradarea finală a proteinelor) sau sunt consecința activității unor microorganisme (Exp. toxine elaborate de microorganisme) (Savu și Georgescu 2004).

4. *Calitatea igienică (salubritatea)* este dată de prezența în alimente de microorganisme de alterare și patogene în stare vie, care, în urma activității lor, pot determina diferite forme de îmbolnăviri consumatorului de alimente insalubre.

5. *Prospețimea* este dată de ansamblul calităților senzoriale, compoziționale și microbiologice care fac ca alimentul să fie agreat de consumator, astfel încât să transmită întreaga sa valoare de utilizare nutrițională și să prezinte siguranță în consum, fiind exclusă îmbolnăvirea.

6. *Lipsa falsificărilor* conferă alimentului specificitatea și valoarea sa alimentară, fiind excluse înlocuiri care să deprecieze calitatea nutrițională, inocuitatea și implicit siguranța în consum a alimentului. Falsificările sunt o latură specială a siguranței alimentare care țin de moralitate și de funcționarea infrastructurii de control a alimentelor.

7. *Calitatea estetică* este conferită alimentului prin sine însuși cât și prin modul cum este alimentul utilizat în actul alimentației. Calitatea estetică este cea

mai complexă și greu de definit și delimitat.

Latura estetică poate cuprinde totalitatea calităților senzoriale, modul de prezentare a alimentului, modul de ambalare, modul de desfacere, reclama aferentă.

Dacă calitatea nutritivă, inocuitatea, igienitatea și lipsa falsificărilor definesc latura materială a alimentului, calitățile estetice definesc latura spirituală, iar calitatea senzorială se situează la interferența acestor două laturi.

Mijloacele de realizare a calității multidimensionale a alimentației

Latura materială a alimentului este caracterizată deci prin producția de alimente, care trebuie să fie salubre, să prezinte inocuitate, să fie proaspete sau conservate astfel încât să nu se deprecieze calitatea alimentară și să prezinte valoare nutrițională și biologic activă cât mai ridicată, sau corespunzătoare categoriei de consumatori cărora este adresat alimentul respectiv.

Această latură calitativă este asigurată printr-o producție de alimente cât mai variată și complexă, una din preocupările majore ale cercetării alimentare fiind tocmai asigurarea unei varietăți cât mai mari de produse alimentare, care să fie cât mai apropiate de ceea ce se consideră optim din punct de vedere nutrițional și biologic activ.

O infrastructură de control complexă, care cuprinde o rețea ierarhică multiplă asigură un control eficient al prospețimii, inocuității, salubrității și integrității alimentelor ajunse pe piață. Controlul efectuat atât în cadrul unităților producătoare de alimente, cât și pe întregul parcurs al lanțului alimentar, de către organisme abilitate de control, este menită să asigure sănătatea publică a consumatorilor, prevenind ajungerea pe piață de alimente necorespunzătoare (Banu și colab. 2003, Codex Alimentarius files 2004).

Latura estetică este definită generic prin „arta culinară”, care este la momentul de față expresia majoră a laturii spirituale a alimentației. Arta culinară înglobează și un proces de creație spirituală a producătorului, astfel încât valoarea totală a alimentului este sporită. Demersul estetic trebuie să se realizeze însă în condițiile asigurării și păstrării calităților alimentare, materiale ale alimentului, fără de care acesta nu prezintă siguranță în consum.

Arta culinară este puternic supusă specificului cultural al unei comunități umane, având prin aceasta o dimensiune socială.

Dimensiunile calității alimentației sunt determinate în egală măsură și de modul cum se realizează alimentația. Și din acest punct de vedere există o diferențiere netă a alimentației umane. Astfel, nu se consumă orice fel de alimente, iar consumul nu se realizează oricând și oriunde (Mânecuță 1996). Pentru om alimentația este un demers social în care familia servește împreună masa, care constituie una din laturile nodale ale comuniunii familiale. Modul de consum al alimentelor și momentul în care sunt consumate acestea sunt elemente care țin de cultura unei societăți.

Importanța socială a educației alimentare

În epoca actuală, o dată cu dezvoltarea societății tehnologice și informaționale, latura spirituală a alimentației este trecută pe un plan secundar al preocupărilor fiecărui individ. Omul modern, sub motivul „lipsei de timp” se hrănește de cele mai multe ori aleator. Alimentele, oferite de piața modernă vin în sprijinul acestui nou „obicei” uman prin produse fast-food, sau pregătite industrial, astfel încât ele pot fi consumate fără, sau cu o minimă procesare casnică, oricând și oriunde, mai exact ori de câte ori omul simte senzația de foame. Aceste produse satisfac prin calitatea lor necesitățile materiale la un nivel din ce în ce mai ridicat. Sistemele de control veghează ca aceste produse să nu producă îmbolnăviri. Alimentele, sunt prezentate cât mai estetic și sunt însoțite de ambalaje și publicitate atrăgătoare, astfel încât și latura estetică pare a fi satisfăcută.

La o analiză mai atentă se observă însă că prin acest nou mod de consum al alimentelor latura spirituală este prejudiciată major întrucât alimentația este redusă la satisfacerea nevoii de hrană și a plăcerii simțurilor. Se pierde total comuniunea socială oferită de contextul servirii mesei, indiferent că el se desfășoară la nivel familial sau la nivel de grupuri de oameni. Dacă mesele festive, mesele de afaceri sunt încă prezente în viața socială a societății moderne, mesele din sânul familiei sunt reduse de cele mai multe ori pentru week-end sau pentru concedii.

Un semnal de alarmă în acest sens a fost tras în primul rând de psihologi, care au remarcat o înstrăinare și desocializare a omului modern, urmată de nutriționiști care au remarcat că nu este suficient ca omul să consume doar alimente cu valoare nutrițională. Consumul trebuie să se asigure în condiții de confort fizic și mai ales psihic, astfel încât alimentele să își atingă scopul.

Se pune astfel problema dacă omul modern se hrănește mai bine sau această stare de beatitudine este doar o aparență, în esență realizându-se o depreciere a laturii alimentare a calității vieții. Desigur argumente există și pro și contra, ceea ce a generat o împărțire a tezelor comunității științifice din diferite domenii ale științelor vieții și a celor sociale, dezbateră fiind deschisă.

În acest context o educație alimentară a consumatorilor se impune cu necesitate ([://www.foodforum.org.uk](http://www.foodforum.org.uk)). Omul trebuie să fie instruit asupra valorilor și nonvalorilor din alimentație, asupra beneficiilor și riscurilor pe care îl presupun nu numai anumite alimente sau categorii de alimente, ci și a obiceiurilor alimentare (www.accd.edu).

Concluzii

Privită holistic hrana umană – alimentul, capătă dimensiuni noi, care reclamă anumite calități definitorii specifice. Hrana devine astfel nu o simplă verigă de relație cu mediul, prin care se preia substanță și energie necesară construcției și funcționării organismului, ci un complex multidimensional care interconectează latura materială cu cea spirituală.

În acest context alimentația umană devine un complex de acțiuni menite a se înscrie în asigurarea calității vieții umane. Alimentația este astfel nu un simplu act de hrănire, ci un complex de trăiri materiale și spirituale.

Bibliografie

1. Banu C. și colab., 2002, Calitatea și controlul calității produselor alimentare, Ed. Agir, București.
2. Banu C. și colab., 2003, Principii de drept alimentar, Ed. Agir, București.
3. Lehninger A.I., 1973, Bioenergetics, The Molecular Basis of Biological Energy Transformations, sec. Edition, W.A. Benjamin, Inc. Publ., Menlo Park, California.
4. Mânecuță R.I., 1996, Nutriția omului, act sacru, Ed. Miracol, București.
5. Savu C., Georgescu N., 2004, Siguranța alimentelor – riscuri și beneficii, Ed. Semne, București.
6. Segal R., 1996, Implicarea tehnologiilor de prelucrare a resurselor agroalimentare în relația alimentație sănătate. Ind. Alim. Română, Anul V, nr.17, p.4-5.
7. Codex Alimentarius files, 2004, <http://www.codexalimentarius.com>.
8. <http://www.foodforum.org.uk>
9. <http://www.accd.edu>