

«Отяжеление» нации

Больше половины россиян страдают избыточным весом

В МОСКВЕ завершился Всероссийский конгресс диетологов «Оптимальное питание – здоровье нации». Одним из центральных вопросов, который обсуждали ученые и врачи-диетологи, стали ожирение и избыточный вес. Выяснилось, что по количеству полных людей Россия уже начинает догонять США. При этом диетологи до сих пор не могут дать однозначного ответа на вопрос: что

Александр Батулин. – У нас избыточный вес чаще встречается у людей из так называемого среднего класса, имеющего более-менее стабильный доход. Продукты, необходимые для поддержания нормального веса, сейчас не самые дорогие, и даже пенсионеры могут их себе позволить. Другое дело, что зачастую люди идут на поводу у своих привычек и пристрастий и приобрета-

ют вкусные, но менее полезные продукты. Скажем, колбасу вместо мяса».

В целом же со-

трудники НИИ питания РАМН придерживаются мнения о том, что основной причиной ожирения является несоответствие количества потребляемых калорий расходуемым.

«Все дело в нарушении режима приема пищи, в частности двукратное питание в вечернее, малоактивное время суток, – утверждает заместитель директора НИИ питания Михаил Гаппаров. – О том, что на избыточный вес также активно влияет малоподвижный образ жизни, говорит разница в количестве полных людей в деревнях и городе. У жителей мегаполисов избыток веса встречается на 10–15 процентов чаще. Это связано с автоматизацией быта, хорошо развитой инфраструктурой, сидячей офисной работой горожан. В то время как сельские жители тратят много энергии на уход за домашними животными, поддержание огорода и работу по дому. Ожирение у городских детей зачастую обусловливается возрастающей популярностью компьютера и снижением интереса к активным играм на улице – салочкам, вышибалам».

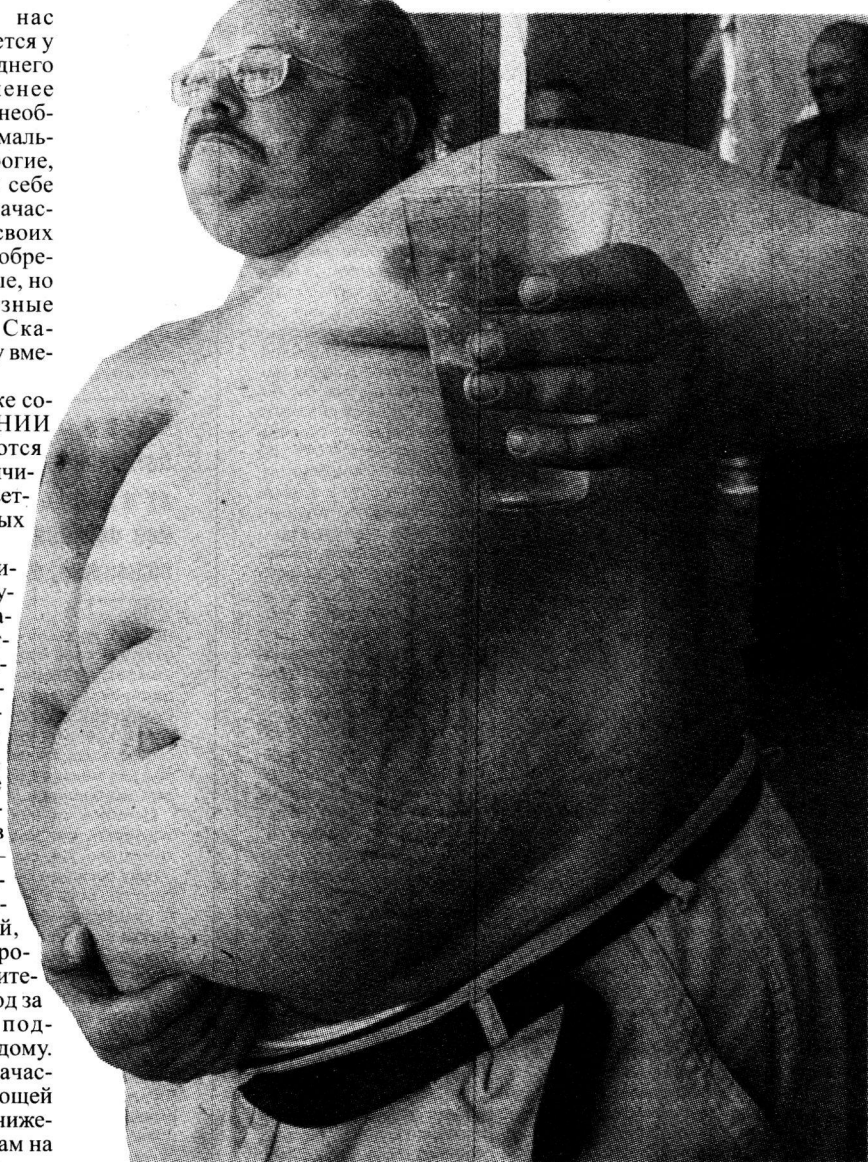
Во всем виноваты трансгены

Однако существуют и другие точки зрения. «Отяжеление» нации целый ряд ученых связывают с унификацией пищи и введением в рацион питания россиян генно-модифицированных продуктов:

«Исследований, указывающих на прямую связь между ГМО и ожирением, нет. Но гипотеза, связывающая

трансгенные продукты и избыточный вес, безусловно, имеет право на существование, – считает кандидат биологических наук, президент Общественной ассоциации генетической безопасности ГМ-продукты Александр Баранов. – Несколькими годами назад европейские ученые сравнили потребительские корзины Швеции и Америки. Их содержание и методы контроля за пищевыми то-

варами были абсолютно идентичными, за исключением того, что в США были разрешены трансгенные продукты. Так вот, число заболеваний желудочно-кишечного тракта, во многих случаях ведущих к ожирению, в Швеции равнялось семи процентам, а в Америке – 70 процентам. Около 10 лет назад трансгены пришли в Россию. Люди стали активно питаться в фастфудах, которые ши-



роко используют ГМО для приготовления пищи и пропагандируют одинаковое, унифицированное питание для людей с совершенно разными физиологическими особенностями. Не исключено, что нынешнее увеличение количества полных людей каким-то образом связано именно с этим».

Возродить советские привычки

На конференции ученые и врачи-диетологи в один голос говорили о том, что увеличение людей с избыточным весом опасно для здоровья нации. Ожирение способствует развитию сахарного диабета, гипертонической болезни, проблем с сердечно-сосудистой системой, по числу которых мы и так занимаем одно из первых мест в мире, суставами, варикозным расширением вен и даже возникновению злокачественных опухолей. Не так давно ученые Оксфордского университета опубликовали данные о том, что пять процентов заболеваний раком можно было бы избежать, если бы не ожирение. Кроме того, люди, страдающие ожирением, испытывают массу проблем в быту. Например, представители Московского клуба толстяков постоянно жалуются на то, что узость турникетов в метро и автобусах не позволяет им нормально передвигаться на общественном транспорте.

Борьба с массовым ожирением планируется с помощью пропаганды: «Нужно популяризировать систему правильного питания, возрождать советские традиции трехразового, фиксированного по времени приема пищи, – завершил свое выступление на конгрессе Михаил Гаппаров. – Перед нами стоит задача поставить рекомендации по приему пищи наравне с личной гигиеной. Сделать так, чтобы правильно питаться стало для людей так же обязательно, как чистить зубы или систематически принимать душ».

Где живут самые толстые люди

По данным Всемирной организации здравоохранения, более миллиарда человек на планете обладают избыточным весом. К 2015 году число таких людей может вырасти до полутора миллиардов. По данным ВОЗ, от избыточного веса страдают более 75 процентов женщин старше 30 лет в США, ЮАР, Турции, Египте, Мальте, Мексике. В Великобритании, Германии, Аргентине, Греции, Кувейте, Самоа или Новой Зеландии с проблемой ожирения сталкиваются более 75 процентов мужчин. Но наиболее острой проблема излишней массы тела стоит на тихоокеанских островах Науру и Тонга, где 9 из 10 взрослых – люди с избыточным весом.

Дарья ОКУНЕВА.

Нас мало, избранных

В рамках фестиваля «Другая реальность» запущен проект «Кино не для всех»

– Привет! – говорит она ему жестом.
– Откуда ты это знаешь? – спрашивает он руками.

– Привет! – повторяет она.
Она знает только одно слово из языка немых. Другие его одноклассники освоили только неприличные жесты, а взрослые пытаются говорить с ним, преувеличенно артикулируя. Но это все-таки приглашение к диалогу, и он принимает его, тем более что сам не только умеет читать по губам, но и чутко понимает окружающий мир.

«Дорогой Фрэнки» – английская киномелодрама не о детском одиночестве, как может показаться вначале. Это картина о счастье быть понятым и понимать самому. Девятилетнему Фрэнки не хватает звукового восприятия, как зрителю недостает возможности ощутить рукой ветший, осязаемый и фактурный мир фильма. Зато для нас он наполнен негромкими звуками: шорохами, шуршанием, скрипами, бытовыми диалогами с долгими паузами. Насыщенность шумами, понятными нам, горящим и слышащим, – аналог восприятия немым мальчиком через прикосновение, взгляд и сердце.

Мир немого Фрэнки богат: он лишен строгости форм и наполнен теплом скромной жи-

вой природы северного побережья, старых фасадов, неброских интерьеров и привычных бытовых предметов. Российскому обывателю обстановка небольшого промышленного городка узнаваема до удивления – те же провинциальные лица с печатью забот, повседневная одежда, скромные автомобили, немудреный быт.

И по-житейски понятен порыв матери, перевозившей семью с места на место, чтобы уберечь ее от умирающего человека, виновного в глухоте и слепоте Фрэнки и разыскивающего их – отца мальчика. Она уже придумала сыну другого папу – отважного путешественника, моряка и нежного отца, и оплаченный ею сценарий их встречи оказался даже человечнее и теплее, чем она ожидала. А после удалось развязать этот узел невольной лжи, «объединив» двух отцов в один образ и выдав смерть настоящего за гибель названного. Но простой развязки не получилось: Фрэнки, чуткий к каждому поступку и слову, уже понял правду и...

Его мир наполнен добром, и в нем нет места озлоблению. Он повзрослел: он не сердится на друга, берущего его на «слабо», не обижается на взрослых, воспринимающих его как неполноценного – простил и матери ее трудную

ложь. Даже взял на себя объяснения – написал исповедь «отцу», зная, что прочтет ее мама. А еще у него теперь есть новый друг – тот, кто два дня называл себя его отцом...

Как редко встречаются в кинообиходе такие фильмы: без шоу-сцен и ходульных персонажей, без надрыда и умно изрекаемых банальностей. Как понятны эти люди на экране: красивая бабушка, ворчливо, по-старушечьи защищающая дочь и внука от напастей, дети, смущенные упоминанием «про это», мальчик, укравшийся под одеялом от стыда и унижения, когда был застигнут за поиском улик лжи в маминой комнате...

Этот фильм, наполненный светом и тихой печалью, – действительно, «не для всех». Небольшой зал «Партнера» был полупустым – присутствовали десятка три зрителей. Окажется ли проект «Кино не для всех» в рамках фестиваля современного искусства «Другая реальность», трудно предсказать. Но то, что будущее проекта зависит от «голосования» билетными – факт: в условиях самфинансирования планы на будущее можно строить только на коммерческой основе.

Подобные картины за рубежом принято крутить в малых залах, а у нас – не тратиться на их всероссийскую раскрутку. Но даже при их очевидной нацеленности на узкий круг ценителей назвать четыре фильма проекта неком-

мерческими язык не повернется. У «Дорогого Фрэнки» – призы и премии трех крупнейших международных фестивалей, широко разрекламированный «Револютер» Гая Ричи не нуждается в представлениях, «Итальянец» – единственный российский фильм, представленный в программе, собрал целый урожай призов по всему миру, а обсуждениями «Влюбись в меня, если сможешь», заполнены интернет-порталы. Дом кино готов озвучить результаты проекта в зрительских оценках и числе проданных билетов. Предположительно, публика «Кино не для всех» выделится из числа постоянных клиентов «Современника» и «Партнера» – молодежи от пятнадцати до тридцати, с перевесом женского пола. И – с верхней планкой образования и интеллектуальных запросов.

Фестиваль «Другая реальность», направляемый управлением культуры городской администрации, еще в разгаре, а его «другие» уже меняют городскую реальность. Граффитчики, начавшие фестиваль в сентябре, возьмут на себя раскрутку «Дневного дозора», премьера которого назначена на первое января. Новоявленным «рекламщикам» предоставят несколько щитов для воплощения идеи дневного дозора...

То ли еще будет! В мифический четверг в картинной галерее открыта выставка «Аванград», где представлены работы столичных, башкирских и уральских художников, в том числе магнитогорцев. Впереди еще творческие акции – боди-арт, дефиле авангардной моды, показ креативных причесок. От другой реальности уже не отмахнешься.

Алла КАНЬШИНА.