

# ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

**Абдукаххоров Л.Ш**

Ферганский государственный  
университет студент географии

**Алижонова Н.У**

Ферганский государственный  
университет студент географии

**Abdukakhkhorov L.Sh**

Fergana state university  
geography student

**Alijonova N.U**

Fergana state university  
geography student

**Аннотация:** Сегодня важен уровень продовольственной безопасности населения мира. В статье анализируются географические аспекты потребления продуктов питания.

**Ключевые слова:** география питания, бог голода, медицинские нормы, потребление продуктов питания, пищевые регионы.

## GEOGRAPHICAL ASPECTS OF FOOD CONSUMPTION

**Abstract:** Today, the level of food security of the world's population is important. The article analyzes the geographical aspects of food consumption.

**Key words:** food geography, hunger god, medical norms, food consumption, food regions.

Продовольственная проблема-одна из древнейших глобальных проблем человечества. Проблема голода, проявляющаяся в результате нехватки продовольствия, во все времена оставила неизгладимый след в истории человечества как социальная катастрофа. В индусской племенной

мифологии Центральной Америки был даже «Бог голода». Из-за неурожая все регионы и страны оказались на грани исчезновения.

По данным Продовольственной и сельскохозяйственной организации Объединенных Наций, уровень жизни и питания за годы, прошедшие после Второй мировой войны, ухудшились.

Сегодня авторитетные организации определяют пищевые привычки людей и, соответственно, уровень голода и недоедания. По данным FAO и Всемирной организации здравоохранения, примерное количество на человека должно составлять 2400-2500 ккал в день. Некоторые эксперты говорят, что среднестатистическому человеку для нормальной жизни необходимо 2700-2800 ккал в день. Однако эта цифра может меняться в зависимости от пола, возраста, активности, природных условий. По мнению специалистов, если прописанное количество меньше 1800 ккал в сутки - это недоедание, а если меньше 1000 ккал - наступает голодание.

Согласно медицинским нормам, человек должен потреблять 100 граммов белка в день. В результате неправильного питания снижается трудоспособность, возникает множество заболеваний. По оценкам, 40% населения мира в настоящее время испытывает дефицит витаминов и минералов.

Голод и недоедание не типичны для экономически развитых стран. Хотя в этих странах сейчас проживает более 15% населения мира, они производят и потребляют 1/3 мировых продуктов питания. В большинстве этих стран среднее потребление калорий превышает 3000 ккал в день. Потребление протеина более 100 грамм в день. Половина этой нормы достигается за счет белков животного происхождения.

Бразильский ученый, врач, антрополог, политик, социолог и философ Жозуэ де Кастро первым обратил внимание на влияние природных условий региона на потребление населения (в основном, на потребление продуктов питания). В 1952 году он написал свою «Географию голода». Это произведение было переведено на русский язык в 1954 году.

За последний двадцатый век потребление продуктов питания населением мира значительно выросло. В 1930-х годах средний рацион на душу населения составлял 2100 ккал, в 1960-х - 2300 ккал, в начале 1970-х - 2450 ккал, а в 1990-х - 2700 ккал.

Конечно, для такого роста были определенные причины. «Демографический взрыв», начавшийся в Мексике в середине 1940-х годов, и его распространение по миру, ускорение селекции в сельском хозяйстве, расширение орошаемых земель, развитие сельскохозяйственной техники, резкий рост производства химических удобрений началось в США. 1960-е гг. Несмотря на это, уровень потребления населения повысился, и это происходит до сих пор.

Каждый из пищевых районов, определенных географом США Кериелом, классифицируется в соответствии с наиболее часто потребляемыми продуктами. Также существует тип продукта, который является основной калорийностью в этих регионах.

Но даже в этом случае это не означает, что проблема с едой решена. В 90-е годы XX века в мире наблюдалось снижение урожайности зерновых. Опустынивание и нехватка пресной воды также усугубили опустынивание.

В результате переедания люди набирают лишний вес, что увеличивает их восприимчивость к заболеваниям, снижает их трудоспособность и сокращает продолжительность их жизни. Число людей с избыточным весом сейчас составляет 600 миллионов, в том числе 100 миллионов только в США, или более половины населения страны в возрасте от 20 лет и старше. Подобные проблемы возникают в Великобритании и ряде других европейских стран.

В развитых странах виды диет разнообразны. По словам Г. Кариэля, хотя все они (кроме Японии) входят в «пшеничный» регион, в рационе их населения источником калорий являются пшеница, картофель, сахар, мясо, животные и растительные жиры, а также источник белка из мясных, молочных и рыбных продуктов. Но есть и свои внутренние различия внутри

региона. Например, США, Канада, Австралия, Новая Зеландия, а в последнее время и некоторые европейские страны отличаются низким уровнем потребления зерна и картофеля и высоким уровнем потребления мяса, молока, яиц, сахара, фруктов и овощей. Страны Южной Европы характеризуются высоким уровнем потребления овощей, фруктов, растительных масел, а также хлебобулочных изделий, типичных для Средиземноморья.

То же самое и с голодом и недоеданием в развивающихся странах. Хотя среднее потребление калорий в этой группе стран увеличилось с 2000 ккал в день в конце 1960-х годов до 2500 ккал в день в начале 1990-х годов, оно едва соответствует требуемой медицинской норме, отставая от развитых стран на 800-900 ккал.

Что касается видов еды, то их разнообразие в развивающихся странах еще больше. Основными источниками калорий в пшеничном регионе Северной Африки, Юго-Западной Азии и Западной Индии являются различные злаки, животные и растительные масла. В Южной Америке это состояние в основном определяется пшеницей и кукурузой. В Западной и Центральной Африке, на юге Индии и на северо-востоке Китая многие виды проса и овса играют важную роль в потреблении человека. В этих регионах в основном выделяют один или два вида пищи.

Например, для населения Южной и Юго-Восточной Азии рис является основным продуктом питания, его доля в рационе достигает 70 и даже 90%. Население тропической Африки в основном потребляет просо и корнеплоды.

Недостаток продуктов питания отрицательно сказывается на средней продолжительности жизни людей. Это также влияет на их здоровье, физическую работоспособность, сопротивляемость болезням, приспособляемость к современным высокотехнологичным производственным процессам. Однако было обнаружено, что чрезмерное употребление определенных продуктов питания вызывает заболевание. Например, чрезмерное потребление очищенного риса приводит к дефициту

витамина В1. Крайнее проявление этого авитаминоза - появление авитаминоза.

По обе стороны от экватора на Земле тянутся пояса голода и недоедания. Этот пояс начинается в Южной Америке, занимает большую часть Африки, а затем продолжается в Азии.

#### **Список использованной литературы**

1. де Кастро Жозуе "География голода". Москва-1954 г-4 с
2. Максаковский. В. "Глобальная продовольственная проблема и ее географические аспекты" Главная страница журнала «География» • Содержание №19/2002.