

Веселов Юрий Витальевичдоктор социологических наук,
профессор кафедры экономической социологии
Санкт-Петербургского государственного университета**Veselov Yury Vitalyevich**D.Phil. in Social Science, Professor,
Economic Sociology Department,
Saint Petersburg State University**Никифорова Ольга Александровна**кандидат социологических наук,
доцент кафедры экономической социологии
Санкт-Петербургского государственного университета**Nikiforova Olga Aleksandrovna**PhD in Social Science, Associate Professor,
Economic Sociology Department,
Saint Petersburg State University**Цзюнькай Цзинь**аспирант кафедры экономической социологии
Санкт-Петербургского государственного университета**Junkai Jin**PhD student, Economic Sociology Department,
Saint Petersburg State University**ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ
В ИСТОРИИ ОБЩЕСТВА [1]****NUTRITION AND PUBLIC HEALTH
IN THE HISTORY OF SOCIETIES [1]****Аннотация:**

В статье в рамках социологии питания предпринята попытка показать взаимосвязь питания и здоровья в истории развития общества (первобытных, древних, средневековых, капиталистических и современных). Для этого авторами раскрывается суть четырех основных пищевых революций в истории человечества – палеолитической (переход к белковой пище), неолитической (переход от охоты и собирательства к оседлому земледелию и скотоводству), географических открытий XV–XVI вв. (распространение американских сельскохозяйственных культур в Европе и Азии), индустриальной революции питания (переход в XX в. к пищевой промышленности и индустриальному сельскому хозяйству). Основная идея исследования заключается в том, что совершенствование практик питания в истории человечества неуклонно ведет к улучшению здоровья общества, что отражается в увеличении средней продолжительности жизни. Однако на современном этапе развития общества в отличие от всех предшествующих этапов возникают болезни избыточного и неправильного питания. Методика социологического исследования основана на социально-историческом методе, в рамках которого сравниваются основные типы питания в различные исторические эпохи и их влияние на здоровье населения. Эмпирическое исследование проведено посредством телефонного опроса с использованием автоматизированной системы CATI. Выборка репрезентативна по основным социально-демографическим параметрам. Опрос проведен в 2016–2017 гг. Также для анализа питания и здоровья используются статистические данные Росстата и Петростата (рационы питания населения).

Ключевые слова:

питание, история общества, здоровье населения, социология питания.

Summary:

In terms of the sociology of food, the authors attempt to reveal the relationship between nutrition and health in the history of the development of primitive, ancient, medieval, capitalist, and contemporary societies. There are four major food revolutions in the history of mankind: the Paleolithic revolution (the transition to protein foods); the Neolithic revolution (the transition from hunting and gathering to the settled agriculture), the revolution of geographical discoveries in the 15th and 16th centuries (the distribution of American crops in Europe and Asia); the industrial food revolution (the transition to the industrial food and agriculture in the 20th century). The main research idea is that the improvement of nutrition practices in the history of mankind has steadily led to better public health and an increase in the life expectancy. However, at the present stage of the social development, unlike all previous stages, diseases of excess and malnutrition arise. A sociological research is based on the social and historical method which compares the main types of nutrition in different historical periods and their impact on public health. An empirical study is conducted by means of telephone interviews via CATI software in 2016–2017. It shows a representative sample of the main social and demographic indicators. Besides, the analysis of nutrition and public health is based on data provided by Federal Service of State Statistics and its department in St. Petersburg and the Leningrad Region.

Keywords:

nutrition, history of society, public health, sociology of food.

Введение

Общая область наших исследований – социология и история питания. Предмет исследования – взаимосвязь питания и здоровья в первобытных, древних, средневековых и современных обществах. Цель исследования – показать, как революции в питании приводили к качественным скачкам в состоянии здоровья обществ. Основные исследовательские задачи: а) описать, как формировалось питание первобытного человека (антропология питания); б) перечислить основ-

ные древние революции в питании и выявить их значение для общественного здоровья; в) исследовать питание древних и средневековых обществ; г) обозначить взаимосвязь питания и здоровья в современных обществах; д) определить специфику современного этапа развития обществ и на примере Петербурга и Ленинградской области показать, что здоровье населения и сегодня во многом зависит от питания, которое в основном характеризуется как избыточное и неправильное. В качестве основного индикатора общественного здоровья используется средняя продолжительность жизни человека для основных исторических эпох. Продолжительность жизни человека менялась в зависимости от революционных изменений в питании обществ.

Теоретическая база исследования. В своем понимании продовольственных революций мы основываемся на концепции Фернана Броделя, отраженной в его знаменитой книге "Civilisation matérielle, économie et capitalisme, XV^e–XVIII^e siècle" («Материальная цивилизация, экономика и капитализм, XV–XVIII вв.», 1979 г.). В первом томе этой работы «Структуры повседневности: возможное и невозможное» автор много внимания уделяет истории питания, высказывает свое понимание продовольственной революции, анализирует взаимосвязь питания и здоровья в истории общества. Также для нас важны основные классические и современные концепции социологии питания, положения которых отражены в следующих трудах: «Социология трапезы» Г. Зиммеля (1910) [2], «Голод как фактор: влияние голода на поведение людей, социальную организацию и общественную жизнь» П. Сорокина (1922) [3], «К психосоциологии современного потребления еды» Р. Барта (1958) [4], «Кулинарный треугольник» К. Леви-Стросса (1965) [5], «Расшифровка кода еды» М. Дугласа (1972) [6], «Различение: социальная критика суждения» (1979) П. Бурдьё [7]. Среди современных российских авторов, занимающихся социологией питания, выделим С.А. Кравченко [8], Н.Н. Зарубину [9], О. Громашеву [10], П.М. Козыреву [11], Е.П. Гремченко и Я.М. Рошину [12], И.В. Сохань [13].

Эмпирическая база исследования: а) собственное эмпирическое исследование социальных практик питания населения (телефонный опрос жителей Санкт-Петербурга, N = 1054; CATI, Центр социологических и интернет-исследований Санкт-Петербургского государственного университета, репрезентативная выборка по Санкт-Петербургу); б) глубинные интервью жителей Санкт-Петербурга (N = 55) о питании; в) статистические данные Петростата (рационы питания жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области).

Антропология питания

В эпоху палеолита, 2,5 млн – 10 тыс. лет назад, появились наши ближайшие родственники – *Homo erectus* и *Homo habilis*. Для них характерны существенное увеличение объема мозга (880–1100 см³), т. е. в два раза по сравнению с приматами, увеличение длины тела (до 1800 мм), массы тела (до 75 кг). Изменилась стратегия добычи пищи: наряду с собирательством появилась охота на крупных животных. Примерно 1,5 млн лет назад стал использоваться огонь. Очень скоро появилась термическая обработка пищи (сначала растительной – древесный лотос, клубни растений, а затем и мясной). Так произошла первая продовольственная революция – переход к белковой пище растительного и животного происхождения. Она постепенно привела к социальным изменениям: появилась семья, возникло некое подобие общественного разделения труда – мужчины преимущественно занимались охотой, женщины – собирательством и домашним хозяйством, в том числе приготовлением пищи, что существенно повысило роль женщины в первобытном обществе. «Человечество начинается с кухни», – утверждал К. Леви-Стросс. Действительно, в Олдувайском ущелье примерно 1,78 млн лет назад (археологи точно зафиксировали эту дату) производилась разделка туш, следовательно, кухня уже точно существовала. Палеолитическая революция в питании привела к революционным изменениям в здоровье общества – средняя продолжительность жизни первобытного человека увеличилась до 30 лет [14].

Примитивные *Homo sapiens* искали наиболее эффективные способы пищевого поведения. Одним из таких путей была пищевая специализация. Неандертальцы стали в основном плотоядными. Они специализировались на потреблении мяса и рыбы (палеоантропологи утверждают это, потому что для их зубов характерно менее 1 % кариеса, возникающего вследствие употребления углеводной пищи). Но другие *Homo*, наши непосредственные предки, выбрали, может быть, менее эффективную в краткосрочном периоде, но более эффективную долгосрочную эволюционную стратегию – максимальную всеядность и разнообразие питания. Это достигалось технологиями присваивающего хозяйства: неспециализированной охотой, собирательством (в том числе и белковой пищи – моллюски и другие морепродукты), рыболовством (первоначально женское занятие).

Итак, палеолитическая революция в питании заложила основной принцип питания человека – максимальное разнообразие питания и всеядность. Рацион теперь состоял не только из углеводов, но и белков и жиров, что существенно улучшило здоровье общества и повысило продолжительность жизни людей до 30 лет. Повысить эту планку нам удалось с позиции исторического времени совсем недавно: в России конца XIX столетия средняя продолжительность жизни составила 32 года.

Неолитическая революция в питании

Термин «неолитическая революция» (кстати, по аналогии с промышленной революцией) предложил австралийский археолог Гордон Чайлд в 1923 г. Под ней он понимал переход примерно

в 10 тыс. до н. э. к принципиально иному способу жизни человека – от кочевого к оседлому. С этим связаны возникновение поселений – деревни и города, увеличение объема социальных групп, переход к иной экономике – от присваивающего к производящему хозяйству, от охоты и собирательства к сельскому хозяйству. Сегодня известно, что переход к земледелию осуществлялся постепенно, а не сразу, так что «революция» растянулась во времени на 10 тыс. лет. Растениеводству предшествовало специализированное собирательство, животноводству – охота за стадом. Первые следы культивирования растений относятся к 17 тыс. до н. э., одомашнивания животных – к 10 тыс. до н. э. Вместе с этим сохранялись и собирательство, и охота на диких животных.

Питание в эту эпоху существенно ухудшилось, стало менее разнообразным; снизилось количество белковой пищи, при этом не слишком увеличилось потребление углеводной пищи [15]. Зато питание становилось более стабильным, первые земледельцы так же зависели от капризов погоды, но появилась возможность делать запасы (зерна). Это не в последнюю очередь обусловило возникновение политической власти – именно ей поручалось делать запасы, хранить их и распределять. Хлеб стал основой питания, в разных регионах мира практически одновременно появились пшеница, рис и кукуруза. Тем не менее здоровье людей неолита серьезно ухудшилось – продолжительность жизни опять сократилась до 20 лет. Примерно 10 тыс. лет человек осваивал разные культурные растения: пшеницу (полбу) и ячмень выращивали в 10 тыс. до н. э.; рис – в 9 тыс.; гречиху, картофель и кукурузу – в 5 тыс.; тогда же появились культивируемые имбирь, огурцы, цикорий; виноград и бобы – в 4 тыс.; чеснок, морковь, соевые бобы – в 3 тыс.; относительно поздно появились овес, сахарный тростник, капуста – в 1 тыс. до н. э. Одомашнивание коз и овец относится к 10 тыс. до н. э., однако прошло еще 5 тыс. лет до того, как научились изготавливать сыр и йогурт; буйволов и туров (предков современных коров) – к 7,5 тыс. до н. э.; лошадей – к 5 тыс. до н. э.; кур, гусей и уток – к 3 тыс. до н. э.

Древние цивилизации, их пища и здоровье

Шумеры («черноголовые») – создатели одной из первых величайших цивилизаций в истории человечества. В 6 тыс. до н. э. они занимали территорию Междуречья и к 4 тыс. до н. э. создали государственное устройство с монументальным строительством, ирригационным земледелием, разделением труда. Им принадлежит первенство в создании городов, письменности (клинописи). Им же приписывают изобретение колеса и паруса. В питании шумеры также отличались инновациями – освоили технологию гончарного круга и изготовления глиняной посуды для хранения зерна и для еды. Также из ячменя они варили пиво (из глиняных табличек точно известно, сколько они потребляли: 10 л/месяц для взрослых и 8 для детей), а из козьего молока делали сыр. Еда их проста, причем как для богатых, так и для бедных: ячменные лепешки (технология шумерской печи такая же, как и современной печи для пиццы или лаваша), сыр и творог, немного баранины [16].

Египтяне в отличие от шумеров намного больше внимания уделяли мясу. Они специально выращивали быков – африканского быка «иуа», причем раскармливали его до таких размеров, что бык уже не мог ходить. Мясо получило хорошую пару в виде теста. Так появился распространенный в Египте вид блюда – пирог с мясом или пирожки. Любимое блюдо египтян – жаренный на вертеле гусь. Но появились и пищевые запреты: страшным оскорблением царского стола было предложить рыбу. Египтяне уже в эпоху Нового царства пользовались дрожжами, выпекали до 30 сортов хлеба. Египтяне стали первыми в истории любителями сладкого – использовали плоды рожкового дерева (именно они и стали иероглифическим обозначением сладкого), финиковую патоку и пчелиный мед. Итак, Египет в эпоху архаических империй уже налажил общественное производство продуктов питания, ирригационную систему, централизованное государственное распределение продуктов (которое уменьшило вероятность голода в неурожайные годы), что позволило говорить о более устойчивом снабжении продовольствием. Однако средняя продолжительность жизни не превышала 22 года. Причинами являлись не только недостаточное и нестабильное питание, но и инфекционные заболевания (египтяне не были сильны в санитарии), различные эпидемии (чумы, оспы, тифа). Половина детского населения умирала, не прожив и года.

У греков не было ирригационного земледелия, они выращивали пшеницы больше, чем ячменя, самой распространенной едой стала каша из полбы. Вместо пива появилось виноградное вино, которое привело к возникновению частной собственности: участки под зерно можно постоянно перераспределять, а вот виноградники зависят от кропотливого ухода семей в течение долгого времени. Наконец, вместе с мясом козленка популярной стала свинина. В конце V в. до н. э. выходят первые кулинарные книги и начинается целая эпоха еды в литературном искусстве. Греки заложили основы высокой кухни и поварского искусства. Вместо централизованного распределения продуктов, как у египтян, греки постепенно изобрели торговлю и обмен. Создавались локальные рынки, которые снабжали города провизией, установилось разделение труда между городом и деревней. Возник ценообразующий рынок, т. е. еда получила независимое от ее материальной формы экономическое содержание. Мы вслед за греками теперь тоже оцениваем еду как стоимость.

Римляне продолжили кулинарную революцию греков. Они стали активно экспериментировать со смешением вкусов, помогали им в этом пряности – перец, имбирь, корица из Индии, кумин из Сирии, анис из Египта, бадьян из Азии, привозные травы – петрушка из Македонии, тимьян из Фракии, сильфий из Ливии (ныне вкус сильфия утерян – больше нигде не растет), асафетида из

Персии. Самыми распространенными соусами у римлян были гарум и ликвамен. Среди технических изобретений римлян отметим мельницы для помола зерна («помпейская» мельница заменила силу людей на силу животных, ходивших по кругу), водяные мельницы. Наконец, изобрели и стали использовать колесный плуг. В сельском хозяйстве вводилась система трехполюя: «пшеница – бобы – овес», которая была потеряна в Средние века. Города стабильно с помощью построенных акведуков снабжались чистой водой. В целом Римская империя успешно кормила более 50 млн чел. Это нашло отражение в увеличившейся в годы империи продолжительности жизни, которую мы точно можем определить. Средняя продолжительность жизни человека в Римской империи – 32,2 года (рассчитано на основе 24 848 эпитафий, собранных на римских кладбищах).

В Средние века многие достижения Древнего мира были утеряны, но возникло абсолютно новое отношение к еде. Христианство представляло настоящую моральную революцию, и еда в ней вдруг потеряла свой сакральный смысл: «Не то, что входит в уста, оскверняет человека, но то, что исходит из уст». Т. е. в отличие от иудаизма, ислама и других религий еда в христианстве сама по себе не может быть чистой и нечистой. Всякая еда хороша, когда уместна. Но христианство осуждает наслаждение едой: гастримаргия (чревообесие – стремление набить брюхо) и лемаргия (наслаждение изысками) осуждаются как грех. Христианство вводит строгую регламентацию питания – посты. В техническом плане Средние века не были такими уж отсталыми: расширяется техника использования лошадей – хомут, седло, стремяна и металлическая подкова. Символом Средневековья стала ветряная мельница. Человек Средневековья стремился изменить естественный вкус продукта, трансформировать его, заместить его искусственным – пряным вкусом и ароматом. Крестовые походы приводят к кросс-культурному обмену, христиане заимствуют у арабов «странный обычай» кипятить воду, начинают выращивать «сарацинское зерно» (рис), а в Италии распространяется арабская паста. Однако в Средние века не было распределительного механизма централизованного государства, люди часто голодали. Недоедание являлось причиной многих болезней: чума, чахотка (туберкулез), проказа, болезни глаз и различные уродства стали обычными и многочисленными. Поэтому средняя продолжительность жизни в Средние века опять становится ниже 30 лет.

Современный мир, еда и здоровье

Третья продовольственная революция происходит в XV–XVI вв. Эпоха географических открытий приводит к повсеместному распространению американских культур – картофель, томаты, кукуруза. Для многих стран они – избавление от голода (картофель в Ирландии и Швеции, кукуруза в Италии). Появляются и пищевые излишества – табак и какао. В обратную сторону движутся сахар и кофе, которые успешно приживаются в Америке. Так закладываются основы глобализации питания.

Третья продовольственная революция подготавливает четвертую, наверное, самую значимую революцию в питании – промышленную. Она вводит в игру капиталистические механизмы: свободный рынок, предпринимательство, массовое стандартизированное производство сельскохозяйственной продукции, глобальное разделение труда. Теперь в продаже не сырые продукты питания, а полуфабрикаты. Технологии хранения на небывалой высоте: консервирование с XIX столетия и заморозка в XX столетии. Вводятся и революционные технологии торговли продовольствием. В 1886 г. Фрэнк Вулворт в США первым придумал магазин твердых цен – на каждом товаре был вывешен ценник. Появились магазины самообслуживания. Первый супермаркет появился в 1930 г. Это большой магазин, в котором продавались все продукты питания, а не по отдельности, как раньше. Эти нововведения привели к тому, что впервые в истории человечества были созданы условия для обеспечения устойчивого питания, голод отступил, правда, только в промышленно развитых странах. Это сразу же отразилось на уровне здоровья: в Англии конца XIX столетия продолжительность жизни достигла 40 лет. В XX столетии удалось также победить многие инфекционные болезни, кардинально снизилась детская смертность. В России за годы советской власти тоже достигли многого: продолжительность жизни в России конца XIX в. составляла 32 года, в 1965 г. в РСФСР – 70 лет, в 2017 г. в РФ – 72,4.

Однако оказалось, что в XX в. развитые страны, обеспечив нормальный уровень производства и потребления продуктов питания, сразу же оказались в ситуации избыточного потребления, от дефицита продуктов питания и болезней, связанных с ним, перешли к избыточному потреблению еды. Оказалось, что не избежать болезней, связанных с ожирением и избыточным весом. В XXI столетии с этой ситуацией в гораздо большей степени столкнулись развивающиеся страны. В самом масштабном исследовании индекса массы тела и ожирения (исследовано 128,9 млн чел.) выявлено, что число взрослых в мире, страдающих ожирением, увеличилось до 671 млн в 2016 г., а 1,3 млрд взрослых имели избыточный вес [17]. В то же время почти 800 млн человек страдают от хронического голода. С избыточным и неправильным питанием прежде всего связаны сердечно-сосудистые заболевания (инфаркты и инсульты), которые являются главной причиной преждевременной смерти, гипертонии, диабета, остеопороза. ВОЗ также связывает некоторые онкологические заболевания с нарушением питания [18].

Население России в самой большой степени страдает от неправильного питания и болезней, с ним связанных. В нашем исследовании социальных практик питания в Санкт-Петербурге

и Ленинградской области мы выяснили, что петербуржцы за счет потребления большого количества быстрых углеводов (хлеб и макароны), мясных продуктов высокой жирности (колбаса и сосиски), кондитерских продуктов страдают от избыточного веса и ожирения (16 %). В связи с этим формируются специфические заболевания и сохраняется относительно невысокий уровень ожидаемой продолжительности жизни (74 года). В отличие от среднего российского потребителя петербургский житель потребляет больше молока, овощей и фруктов, но при этом меньше мяса, рыбы, растительного масла. Уровень заболеваемости в регионе крайне высок: показатели города и области заметно хуже средних российских, и особенно в сравнении с Москвой. Результаты диспансеризации населения в Санкт-Петербурге (898 тыс. чел.) показывают, что распространенность нездорового питания увеличилась с 24,9 % в 2013 г. до 28,3 % в 2016 г. [19, с. 13].

Выводы и рекомендации

Авторский вклад в развитие направления исследований питания и здоровья может быть сформулирован в виде следующих выводов:

1. Питание оказывает непосредственное и значительное влияние на здоровье и продолжительность жизни человека.
2. Революции в питании имели в долгосрочной перспективе существенное положительное воздействие на здоровье общества.
3. В современном мире избыточное и неправильное питание наносит значительный вред здоровью, приводит к повышению артериального давления, болезням сердечно-сосудистой системы, диабету второго типа, болезням желудочно-кишечного тракта, заболеваниям суставов и опорно-двигательной системы, аллергическим реакциям и т. д.
4. Повышение материального уровня благосостояния населения, рост заработной платы и доходов не приводят автоматически к изменению моделей питания и, соответственно, улучшению здоровья. Богатые слои населения питаются так же плохо, как и бедные: структура потребления продуктов питания не меняется. Вместе с тем избыточный вес, ожирение и связанные с ними заболевания в значительной мере предотвратимы. Необходимо формировать рациональное отношение к питанию и здоровью. На индивидуальном уровне каждый в состоянии контролировать свое питание, калорийность своего рациона, снижать потребление жиров и сахара. Важно увеличить потребление рыбы и морепродуктов, фруктов и овощей.

Ссылки и примечания:

1. Статья подготовлена при финансовой поддержке РГНФ, грант № 17-03-00631 «Повседневные практики питания и общественное здоровье населения (на примере Санкт-Петербурга и Ленинградской области)».
2. Зиммель Г. Социология трапезы // Социология: теория, методы, маркетинг. 2010. № 4. С. 187–192.
3. Сорокин П. Голод как фактор. Петроград, 1922.
4. Barthes R. Toward a Psychosociology of Contemporary Food Consumption // *Food and Culture* / ed. by C. Counihan, P. Van Esterik. N. Y., 2008. P. 28–35.
5. Lévi-Strauss C. Le triangle culinaire // *L'Arc*. 1965. No. 26. P. 19–29.
6. Douglas M. Deciphering a Meal // *Daedalus: Journal of the American Academy of Arts and Sciences*. 1972. Vol. 101, no. 1. P. 61–81.
7. Бурдьё П. Различение: социальная критика суждения / пер. с фр. О.И. Кирчик // *Западная экономическая социология: хрестоматия современной классики*. М., 2004. 680 с.
8. Социология питания: традиции и трансформации / под общ. ред. Н.Н. Зарубиной, С.А. Кравченко. М., 2017. 302 с.
9. Зарубина Н.Н. Практики питания как маркер и фактор социального неравенства в России: история и современность // *Историческая психология и социология истории*. 2014. № 2. С. 46–62.
10. Громашева О. Организация питания в семье: гендерный аспект // *Практики и идентичности: гендерное устройство* / под ред. Е. Здравомысловой, В. Пасынковой, А. Темкина, О. Ткач. СПб., 2010. С. 159–205.
11. Козырева П.М., Сафронова А.М., Старовойтов М.Л. Анализ фактического питания и пищевого статуса различных групп населения // *Вестник Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS-HSE)* / под ред. П.М. Козыревой. 2014. № 4. С. 131–166.
12. Гремченко Е.П., Рощина Я.М. Факторы склонности к здоровому образу жизни // Там же. 2016. № 6. С. 118–163.
13. Сохань И.В. Как исследовать гастрономическое? К вопросу о дефинициях и подходах // *Вестник Томского государственного университета. Культурология и искусствоведение*. 2013. Т. 9, № 1. С. 99–109.
14. Добровольская М.В. Эволюция питания рода Ното // *Вестник Московского университета. Серия XXIII: Антропология*. 2009. № 4. С. 56–64; Её же. Человек и его пища. М., 2005. 367 с.; Козлов А.И. Пища людей. Фрязино, 2005. 272 с.
15. Cohen M.N. The Food Crisis in Prehistory: Overpopulation and the Origins of Agriculture. New Haven (CT), 1977.
16. Ивик О. Еда Древнего мира. М., 2012. 192 с.
17. Worldwide Trends in Body-Mass Index, Underweight, Overweight, and Obesity from 1975 to 2016: A Pooled Analysis of 2416 Population-Based Measurement Studies in 128,9 Million Children, Adolescents, and Adults / L. Abarca-Gómez [et al.] // *The Lancet*. 2017. October. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3).
18. Неполноценное питание в центре внимания [Электронный ресурс]. URL: <http://www.who.int/nutrition/pressrelease-FAOWHO-symposium-malnutrition/ru/> (дата обращения: 10.11.2017).
19. Годовой отчет о ходе реализации и оценке эффективности реализации государственной программы Санкт-Петербурга «Развитие здравоохранения в Санкт-Петербурге» за 2016 г. [Электронный ресурс]. URL: goo.gl/GUBSH (дата обращения: 24.11.2017).

References:

- Abarca-Gómez, L (et al.) 2017, 'Worldwide Trends in Body-Mass Index, Underweight, Overweight, and Obesity from 1975 to 2016: A Pooled Analysis of 2416 Population-Based Measurement Studies in 128,9 Million Children, Adolescents, and Adults', *The Lancet*, October. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3).
- Barthes, R, Counihan, C & Van Esterik, P 2008, 'Toward a Psychosociology of Contemporary Food Consumption', *Food and Culture*, New York, pp. 28–35.
- Bourdieu, P & Kirchik, OI 2004, 'Distinction: social criticism of judgment', *Zapadnaya ekonomicheskaya sotsiologiya: khrestomatiya sovremennoy klassiki*, Moscow, 680 p., (in Russian).
- Cohen, MN 1977, *The Food Crisis in Prehistory: Overpopulation and the Origins of Agriculture*, New Haven (CT).
- Dobrovolskaya, MV 2009a, 'Evolution of Homo nutrition', *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya XXIII: Antropologiya*, no. 4, pp. 56-64, (in Russian).
- Dobrovolskaya, MV 2009b, *Man and his food*, Moscow, 367 p., (in Russian).
- Douglas, M 1972, 'Deciphering a Meal', *Daedalus: Journal of the American Academy of Arts and Sciences*, vol. 101, no. 1, pp. 61–81.
- Gromasheva, O, Zdravomyslova, E, Pasynkova, V, Temkin, A & Tkach, O (eds.) 2010, 'Catering in the family: the gender aspect', *Praktiki i identichnosti: gendernoye ustroystvo*, St. Petersburg, pp. 159-205, (in Russian).
- Gromchenko, EP & Roshchina, YaM 2016, 'Factors of propensity to a healthy lifestyle', *Vestnik Rossiyskogo monitoringa ekonomicheskogo polozheniya i zdorov'ya naseleniya NIU VSHE (RLMS-HSE)*, no. 6, pp. 118-163, (in Russian).
- Ivik, O 2012, *Food of the Ancient World*, Moscow, 192 p., (in Russian).
- Kozlov, AI 2005, *Food of people*, Fryazino, 272 p., (in Russian).
- Kozyreva, PM, Safronova, AM & Starovoytov, ML 2014, 'Analysis of real nutrition and nutritional status of various population groups', *Vestnik Rossiyskogo monitoringa ekonomicheskogo polozheniya i zdorov'ya naseleniya NIU VSHE (RLMS-HSE)*, no. 4, pp. 131-166, (in Russian).
- Lévi-Strauss, C 1965, 'Le triangle culinaire', *L'Arc*, no. 26, pp. 19–29.
- Simmel, G 2010, 'Sociology of the meal', *Sotsiologiya: teoriya, metody, marketing*, no. 4, pp. 187-192, (in Russian).
- Sokhan, IV 2013, 'How to explore the gastronomic one? Concerning the definitions and approaches', *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Kul'turologiya i iskusstvovedeniye*, vol. 9, no. 1, pp. 99-109, (in Russian).
- Sorokin, P 1922, *Hunger as a factor*, Petrograd, (in Russian).
- Zarubina, NN 2014, 'Meal practices as a marker and a factor of social inequality in Russia: history and modernity', *Istoricheskaya psikhologiya i sotsiologiya istorii*, no. 2, pp. 46-62, (in Russian).
- Zarubina, NN & Kravchenko, SA (eds.) 2017, *Sociology of meal: traditions and transformations*, Moscow, 302 p., (in Russian).