

**Веселов Юрий Витальевич**

доктор социологических наук,  
кандидат экономических наук, профессор,  
заведующий кафедрой экономической  
социологии Санкт-Петербургского  
государственного университета

**Никифорова Ольга Александровна**

кандидат социологических наук,  
доцент, доцент кафедры экономической  
социологии Санкт-Петербургского  
государственного университета

**Чернов Глеб Игоревич**

аспирант кафедры экономической  
социологии Санкт-Петербургского  
государственного университета

## **СОЦИАЛЬНЫЕ РАЗЛИЧИЯ В ПИТАНИИ И ЗДОРОВЬЕ ГОРОДСКОГО И СЕЛЬСКОГО НАСЕЛЕНИЯ (НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ) [1]**

### **Аннотация:**

*В статье затронута проблема повседневных практик питания городского и сельского населения, выделены различия в питании жителей больших, малых и средних городов, определено влияние данных различий на состояние здоровья этих общественных групп. По результатам проведенного эмпирического исследования опровергнут распространенный стереотип о том, что сельские жители питаются неправильно, поэтому состояние их здоровья существенно хуже, чем жителей крупных городов. Ситуация гораздо более сложна и неоднозначна. Жители мегаполиса питаются так же несбалансированно и однообразно, как и жители деревни, и к тому же злоупотребляют фастфудом. Как городским, так и сельским жителям не хватает знаний в области здорового питания и гастрономической культуры. В качестве методов исследования авторами использованы телефонные опросы (выборка по Санкт-Петербургу репрезентативна по основным социально-демографическим показателям, N = 1 054). В Ленинградской области проведен телефонный опрос жителей городов (N = 800) и сельских поселений (N = 200). Также проведены глубинные интервью (N = 55), фокус-группы и экспертные интервью.*

### **Ключевые слова:**

*социология питания, экономика питания, дифференциация питания, Санкт-Петербург, Ленинградская область, повседневные социальные практики питания, вкус, продукты питания, уровень общественного здоровья.*

**Veselov Yuri Vitalievich**

D.Phil. in Sociology, PhD in Economics,  
Professor, Head of the Department  
of Economic Sociology,  
Saint Petersburg State University

**Nikiforova Olga Alexandrovna**

PhD in of Sociology, Associated Professor,  
Department of Economic Sociology,  
Saint Petersburg State University

**Chernov Gleb Igorevich**

Postgraduate Student, Department  
of Economic Sociology,  
Saint Petersburg State University

## **SOCIAL DISTINCTIONS IN FOOD CONSUMPTION AND HEALTH OF URBAN AND RURAL POPULATION (SAINT PETERSBURG AND THE LENINGRAD REGION) [1]**

### **Summary:**

*The paper discusses the problem of everyday nutrition practices of urban and rural population, distinguishes differences in nutrition of residents of large, small and medium cities, determines the effect of these differences on the health status of these social groups. According to the results of an empirical study, the widespread stereotype that rural residents eat poorly is disproved, so their health status is significantly worse than that of residents of large cities. The situation is much more complex and ambiguous. Residents of the metropolis eat as unbalanced and monotonous as the inhabitants of the village, and also abuse fast food. Both urban and rural residents lack knowledge in the field of healthy nutrition and gastronomic culture. The authors used telephone surveys as research methods (the sample in St. Petersburg is representative through the main socio-demographic indicators, N = 1054). A telephone survey of city residents was conducted in the Leningrad Region (N = 800), and residents of rural settlements (N = 200). In-depth interviews were also conducted (N = 55), together with focus groups and expert interviews.*

### **Keywords:**

*nutrition sociology, nutrition economics, nutrition differentiation, St. Petersburg, Leningrad Region, everyday social nutrition practices, taste, food, level of public health.*

### **Введение**

В центре внимания социологии питания находятся социальные различия в потреблении продуктов питания: рассматривается, чем отличается питание мужчин и женщин, молодых и пожилых, людей разного материального достатка. В науках о питании принято оперировать неким

усредненным индивидом, что отражается в показателях федеральной статистики питания, тогда как для социологии важно выявить социальные (а не только физиологические) различия в питании, показать, насколько они оправданны и как влияют на качество жизни населения и уровень общественного здоровья.

В российской социологии эти проблемы рассматривались в работах социологической школы питания МГИМО (Н.Н. Зарубина, Д.Н. Карпова, С.А. Кравченко, А.В. Носкова) [2], СПбГУ (Ю.В. Веселов, Р.В. Карапетян, Л.А. Лебединцева, О.А. Никифорова) [3]. В области эмпирических исследований социологии питания большой вклад внесли работы социологов и экономистов НИУ ВШЭ в рамках Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения (RLMS-HSE) (П.М. Козырева, А.М. Сафронова, М.Л. Старовойтов) [4]. В зарубежной науке социальные аспекты питания рассматриваются в работах П. Бурдьё, К. Кунихэн, К. Нордстрём и др. [5].

Классики социологии (Г. Спенсер, Г. Зиммель, П. Сорокин и др.) показали, что питание – это социальная деятельность; питается не только индивид, но в его лице и все общество; питание социально нормируется и подчиняется общественным ограничениям и правилам; обед – это не просто потребление пищи, но целый социальный институт; питание – одна из основных социальных структур повседневности, с помощью которой происходит социализация индивида. С одной стороны, питание во многом ритуализировано и не подлежит рефлексии (индивид привычно или даже автоматически ест то, к чему его приучили в детстве, что принято в его социальной среде). С другой стороны, индивид наделяет еду особыми смыслами (в том числе и мифологическими) и значениями. Еда становится особой системой коммуникации, которая всегда предполагает не только самого человека, но и другого. С позиции теории действия М. Вебера питание выступает социальным действием, т. е. ориентированным на другого. Например, в Новое время представители появляющегося класса буржуазии, т. е. новые зажиточные горожане, вначале ничем не могли выделиться в обществе, кроме как едой и дородностью, поэтому блюдо выносили из кухни и напоказ всем, зачастую через улицу, несли в столовую.

С точки зрения методологии функционализма в социологии питание как разделяет индивидов, так и объединяет их. Например, национальная идентичность формируется посредством приобщения и интернализации вкусов национальной кухни (французы до сих пор не возьмут в толк, как за обедом вместо вина или воды можно пить сладкие газированные напитки, что принято у американцев). «Другие едят другое» – это касается и примитивных племен, и современных социальных классов и групп. Но питание и объединяет людей, выполняя интегративную функцию. Не только различные люди за одним столом соединяются в некую мимолетную социальную общность, но в рамках одной социальной группы, посредством выбора продуктов питания и блюд, из них приготовленных, люди также формируют некоторую социальную общность, различая «своих» и «чужих». Например, в Санкт-Петербурге корюшку едят только весной, немного и далеко не все, но всякий петербуржец знает ее вкус. Именно эта рыба, в общем ничем не примечательная, является одним из гастрономических символов города на Неве, объединяя тех, кто называет себя петербуржцем.

Общепринятая логика в рамках социологии питания диктует нам привычные клише: богатые питаются лучше, чем бедные; горожане питаются лучше деревенских жителей, что непосредственно отражается на уровне их здоровья; горожане более рациональны и соблюдают правила здорового питания; в деревне сильны проявления бедности, что не способствует правильному питанию сельских жителей. В статье предпримем попытку доказать, что эти положения мало соответствуют действительности (по крайней мере, в Санкт-Петербурге и Ленинградской области). Картина социальных различий в питании гораздо более сложна и не может трактоваться однозначно. Богатые городские слои населения питаются не лучше, а просто больше, чем бедные, и совсем не более правильно. Соответственно, здоровье состоятельных слоев населения ненамного лучше, чем бедных. Более высокие доходы горожан не обеспечивают их более качественное питание. Поэтому фактор доходов не может и не должен рассматриваться как единственный источник выбора правильного питания, гораздо более важен фактор образования и культуры питания. Поэтому питание и здоровье жителей малых городов не сильно отличаются от питания и здоровья жителей мегаполиса. Деревенские жители едят больше картофеля, хлеба, сладостей, но, как ни парадоксально, это не приводит к резкому снижению уровня здоровья. Ослаблению здоровья больше способствует распространение вредных привычек, особенно крепкий алкоголь и курение.

Болезни голода гораздо более опасны, чем болезни изобилия (избыточный вес, ожирение и заболевания, с ними связанные), но даже незначительное улучшение материального положения ведет к излишествам, которые негативно влияют на общественное здоровье. Это видно на примере многих африканских стран, где решение проблемы голода сразу же превращается в противоположность – настоящую эпидемию ожирения. В самом масштабном исследовании индекса массы тела и ожирения (обследовано 128,9 млн чел.) выявлено, что число взрослых в мире, страдающих

ожирением, увеличилось со 100 млн в 1975 г. до 671 млн в 2016 г. (390 млн женщин, 281 млн мужчин), а 1,3 млрд взрослых имели избыточный вес [6]. Однако избыточный вес не ведет напрямую к росту болезней и преждевременной смертности. Доля людей с избыточным весом в малых городах выше, а уровень заболеваемости в них не выше, чем в крупных городах. Так, в Московской области доля людей с избыточным весом и ожирением гораздо больше, чем в Санкт-Петербурге. По логике и продолжительность жизни у них должна быть ниже, но это не так. Кроме того, уровень заболеваемости среди жителей области существенно ниже. Таким образом, избыточный вес и ожирение отрицательно влияют на здоровье, но в то же время влияние только одного фактора не может объяснить всю ситуацию с общественным здоровьем в регионе.

#### **Методология исследования**

Для сравнения питания и здоровья населения в Санкт-Петербурге, Ленинградской области и других регионах мы пользовались данными федеральной и региональной статистики (Росстат и Петростат) [7]. В 2016–2018 гг. мы также провели несколько эмпирических исследований питания и здоровья жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Использовались как качественные (глубинные, экспертные интервью, наблюдение и фокус-группы), так и количественные (телефонные опросы) методы исследования. Основная эмпирическая задача заключалась в том, чтобы получить данные, не собираемые статистическими органами (статистики для исследования рационов питания используют те же методы, что и социологи, – выборочные исследования).

В 2017 г. был проведен телефонный опрос жителей Санкт-Петербурга, выборка – 1 054 чел., репрезентативна по основным социально-демографическим показателям. Мы исследовали модели питания (завтрак, обед и ужин), отношение к диетам, посещение предприятий общественного питания (столовые, кафе, рестораны), социальные ситуации питания. Также в 2018 г. был проведен опрос жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области (в области включены только сельские поселения – для выявления существенных различий между питанием в городе и деревне), выборка – 1 000 респондентов. Мы исследовали модели организации питания: дома или в организациях общественного питания; где и какие продукты питания приобретаются; практики экономии при покупке еды; способы приготовления еды; использование полуфабрикатов и консервов; вкусовые предпочтения; разнообразие питания; качество еды; частота потребления фастфуда; приверженность экологически чистым продуктам питания; потребление воды и ее качество; употребление алкогольных напитков; субъективная оценка здоровья; распространенность основных заболеваний; вредные привычки; избыточный вес; практики правильного питания; факторы, препятствующие правильному питанию; сбалансированность питания; физическая активность; практики ограничения питания. Все телефонные опросы проводились Центром социологических и интернет-исследований (СПБГУ).

В 2016–2017 гг. мы также провели серию глубинных интервью (55 респондентов) в рамках исследования «Еда и мы: социальные практики питания петербуржцев», а также экспертные интервью с петербургскими рестораторами.

Одна из проблем заключалась в том, что жители Ленобласти на 60 % горожане, проживают в средних и малых городах (таких как бывшие финские города Выборг, Приозерск, Приморск, а также Сосновый Бор, Кировск, Всеволожск и др.). Региональная статистика питания не делает различия между городскими и сельскими поселениями области. Чтобы решить эту проблему, мы специально провели опрос жителей сельских поселений Ленобласти (200 чел.).

#### **Сравнительный анализ питания жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области**

Выборочное наблюдение поведенческих факторов, влияющих на состояние здоровья населения, проводимое Федеральной службой государственной статистики, дает возможность сравнить рационы питания жителей крупных городов (центров субъектов РФ), средних и мелких городов, сельских населенных пунктов (табл. 1) [8].

**Таблица 1 – Рацион питания населения Российской Федерации, % [9]**

Какие основные продукты чаще всего входят в Ваш рацион питания?	Городские населенные пункты	В том числе центр субъекта РФ	Сельские населенные пункты
Мясные продукты (в том числе колбасные изделия)	85,7	85,4	86,3
Рыбные продукты	63,9	61,7	64,2
Молочные продукты	76,3	76,1	76,8
Консервированные продукты	29,1	27,5	35,6
Свежие овощи, фрукты	81,9	81,2	83,5
Картофель	81,7	79,4	88,6
Крупы, макароны	81,8	80,1	82,4
Кондитерские изделия	47,9	46,5	52,2
Хлеб	76,9	75,5	85,6

Как видим, существенных различий не так много: рацион жителей больших и малых городов почти не различается, тогда как сельские жители потребляют больше картофеля, хлеба, кондитерских изделий и значительно больше консервированных продуктов (домашнего изготовления).

В сравнении с Санкт-Петербургом областной житель потребляет больше хлеба, существенно больше мяса, существенно меньше молока и молочных продуктов, меньше овощей и фруктов. Жители сельских населенных пунктов Ленинградской области сами выращивают картофель (52,2 %), овощи (37,6 %), тогда как мясо и молочные продукты покупают. На вопрос: «Часто ли Вам недостает еды?» – никто из жителей села не ответил положительно, в отличие от городов области и Санкт-Петербурга [10].

Если проанализировать сбалансированность рациона питания жителя Санкт-Петербурга и Ленинградской области (ЛО), то, как и для среднего жителя РФ, явно виден перекося в сторону углеводов при недостаточном количестве белков и полезных жиров. Это удивительно, поскольку обычно потребление мяса и рыбы меньше в регионах с низкими доходами, но Санкт-Петербург входит в число успешных и относительно богатых регионов, потребление мяса здесь должно быть выше, чем в Ленобласти. Однако этого не происходит, значит, так складываются повседневные практики питания жителей города (хотя вегетарианцев в городе не так много – всего 2 %).

Что касается употребления неполезных продуктов питания, жители села чаще (практически ежедневно) едят сосиски и колбасы (62,6 % против 41,8 % жителей городов), торты и шоколад (30,2 % против 21,8 % жителей городов), пьют сладкие газированные напитки (4,4 %). Зато жители городов Ленобласти чаще посещают заведения быстрого питания, чем жители села (31,2 % жителей городов и 23,9 % жителей села за последние 12 месяцев). Понятно, таких заведений в деревне просто нет, как нет кафе и ресторанов, – практически 75 % сельских жителей не были там за последний год. В эмпирическом исследовании 2018 г. мы спросили жителей Санкт-Петербурга и сельских поселений ЛО, как часто они употребляют фастфуд (табл. 2).

**Таблица 2 – Употребление фастфуда жителями городской и сельской местности, %**

Часто ли Вы едите фастфуд (гамбургеры, шаверма, хот-дог, картофель фри, наггетсы, куриные крылышки и др.)?	Город	Село
Никогда	41,3	46,5
Редко (реже 1 раза в месяц)	30,7	35,1
Иногда (1 раз в месяц)	17,0	13,4
Часто (1 раз в неделю)	9,7	4,5
Очень часто (почти каждый день)	1,2	0,5
Затрудняюсь ответить	0,1	0

Как видно, в Санкт-Петербурге наблюдается довольно опасная тенденция в потреблении фастфуда: более 10 % жителей злоупотребляют вредным питанием, среди них 1,2 % посещают заведения фастфуда раз в неделю или каждый день. В деревне фастфуда пока еще нет.

Отличаются ли способы приготовления еды жителями города и деревни? Если рассматривать в целом способы приготовления, то варить предпочитают 70,2 % городских жителей, жарить 45,5 %, тушить 38,6 %. Сельские жители больше привыкли жарить – 51,5 %.

Впервые была предпринята попытка обнаружить различия вкусов жителей города и деревни (табл. 3). Выяснилось, что жители деревни больше любят горькие и ферментированные вкусы и меньше сладкие – что парадоксально, так как они едят больше тортов, шоколада и конфет. Кроме того, в теории вкуса всегда подчеркивали, что чем ниже уровень культурного развития, тем выше предпочтение сладкого.

**Таблица 3 – Любимый вкус жителей городской и сельской местности, %**

Какой вкус еды для Вас самый любимый?	Город	Село
Кислый	4,1	3,0
Сладкий	11,1	9,4
Острый	11,1	11,4
Соленый	11,0	5,9
Горький	0,5	2,0
Умами	0,5	2,0
Люблю разные вкусы	55,0	64,9

Режимы питания в городе и деревне практически идентичные. Нарушение режимов питания примерно одинаковое. Тех, кто обильно ест перед сном, по 5–6 % в каждом типе поселений. На вопрос: «Знаете ли Вы о том, каким должен быть рациональный режим и суточный рацион

питания (набор продуктов и количество калорий)?» – 12,5 % сельских жителей отвечают, что не знают (в крупном городе таких тоже много – 9,3%).

Рассмотрим особенности потребления воды сельскими и городскими жителями. Централизованным водопроводом в городе оснащены 100 % домохозяйств, в ЛО – 96 % (в других регионах ситуация катастрофическая, в Тыве только 11 % домохозяйств имеют доступ к водопроводу), поэтому 4 % пользуются водой из скважины или колодца. При этом на плохое качество воды жалуются 19,6 % жителей области (в городе – только 9,3 %). В городе фильтрами очистки пользуются 68,3 %, в области – 54,9 % [11]. Мы получили несколько другие данные. Респондентов спрашивали: «Какую воду Вы обычно используете для приготовления пищи?» (табл. 4).

**Таблица 4 – Употребление воды жителями городской и сельской местности, %**

Какую воду Вы обычно используете для приготовления пищи?	Город	Село
Из водопровода, нефильтрованную	32,9	54,0
Из водопровода, фильтрованную	59,4	26,7
Бутилированную	8,0	4,5
Минеральную	0,1	0,5

Сведения об употреблении алкоголя (за последние 30 дней) следующие: в больших городах – 47,5 %, в малых и средних городах – 45,8 %, в сельской местности – 40,5 %. При этом в сельской местности выше процент тех, кто выпивает больше стандартных порций (т. е. если жители села пьют, то пьют много) [12]. В нашем исследовании вопрос стоял несколько иным образом: «Что Вы пили вчера из алкогольных напитков?» (табл. 5).

**Таблица 5 – Употребление алкоголя жителями городской и сельской местности, %**

Что Вы пили вчера из алкогольных напитков?	Город	Село
Вчера не употреблял алкоголь	62,4	60,4
Вообще не пью	21,1	21,3
Водку	2,8	4,5
Коньяк	2,1	1,5
Вино	4,6	2,0
Пиво	8,9	11,9

Количество пьющих в городе и на селе примерно одинаковое – почти половина населения выпивает, 20 %, скорее всего, выпивают каждый день. Разница в том, что жители Санкт-Петербурга предпочитают вино и коньяк (что вряд ли соответствует вкусам потребителей в других городах РФ), тогда как жители села – водку и пиво.

Также мы спросили жителей города и области об их вредных привычках (табл. 6).

**Таблица 6 – Вредные привычки жителей городской и сельской местности, %**

Есть ли у Вас вредные привычки?	Город	Село
Курение	29,2	38,6
Алкоголь	9,7	5,9
Ем много сладкого	16,5	14,4
Ем много жирного	3,6	6,4
Переедание	4,3	3,0
Нет вредных привычек	44,0	41,6
Другое (записать)	3,3	2,5
Затрудняюсь ответить	5,0	2,5

Жители села намного больше курят, едят жирное, так же, как и городские жители, злоупотребляют сладким. Что касается употребления алкоголя, то в сельские жители в целом не пьют больше, чем горожане. Другое дело, что если на селе выпивают, то довольно много, чем обусловлена преждевременная смертность мужчин. При этом жители села не считают потребление алкоголя большой проблемой.

#### **Сравнительный анализ состояния здоровья жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области**

В Санкт-Петербурге интегральный показатель здоровья – средняя продолжительность жизни – за 2015 г. составил 74,42 года (мужчины – 69,83; женщины – 78,38; разница – 8,55). Это 6-е место среди регионов РФ. Для Ленобласти средняя продолжительность жизни – 71,23 года (ниже среднего показателя по РФ) (мужчины – 65,84; женщины – 76,60; разница – 10,76) [13].

В целом показатели не такие плохие, однако уровень заболеваемости крайне высок и в Санкт-Петербурге, и в Ленобласти. По сведениям Минздрава за 2017 г., чаще всего в России болеют жители Алтайского края, вторым по заболеваемости населения регионом стал Санкт-Петербург [14]. Эти данные поражают, учитывая, что Санкт-Петербург стабильно занимает самые высокие места в рейтинге регионов по качеству жизни, средние заработные платы в Санкт-Петербурге и Ленобласти выше средних российских. В таблице 7 представлены данные о заболеваемости в Санкт-Петербурге, Ленобласти и в среднем по РФ.

**Таблица 7 – Заболеваемость на 1 тыс. чел. населения, % [15]**

Заболевание	Санкт-Петербург	Ленинградская область	РФ
Болезни системы кровообращения (самый большой фактор смертности среди всех заболеваний)	28,9	30,5	31,2
Новообразования (второй фактор смертности)	14,9	13,6	11,4
Инфекционные болезни	39,2	23,2	28,1
Расстройство питания, нарушения обмена веществ, болезни эндокринной системы	16,0	9,7	13,3

Как видно, в Санкт-Петербурге более низкие показатели по инфарктам и инсультам, чем в среднем по России, тогда как показатели по новообразованиям в Санкт-Петербурге и Ленинградской области выше общероссийских (хотя по результатам нашего исследования уровень онкологических заболеваний в городе в два раза выше, чем в области). Инфекционные болезни, расстройства питания и обмена веществ гораздо чаще наблюдаются в Санкт-Петербурге, чем в Ленинградской области.

В таблице 8 представлены более конкретные данные по заболеваемости в Санкт-Петербурге и Ленинградской области (сельские поселения).

**Таблица 8 – Распределение респондентов по наличию и основным видам заболеваний (состояний), связанных с питанием (Ленобласть и Санкт-Петербург), % [16]**

Заболевание	Город	Село	Санкт-Петербург
Повышенное артериальное давление	30,3	32,1	26,0
Диабет или повышенный сахар в крови	6,2	8,0	5,5
Высокий уровень холестерина в крови	6,9	7,8	8,9
Инфаркт миокарда	1,7	1,6	0,7
Инсульт (нарушение мозгового кровообращения)	1,8	2,2	2,2
Туберкулез	0	0	0,1
Гепатит	0,5	0,7	1,3
Остеопороз	3,0	1,0	2,6
Низкий уровень гемоглобина или анемия	4,4	6,3	6,7
Сколиоз (искривление позвоночника)	0,8	0,6	1,6
Заболевание желудочно-кишечного тракта	12,1	13,0	16,7
Аллергия на пищевые продукты	5,9	4,9	11,0
Переломы длинных трубчатых костей рук или ног (за последний год)	1,1	1,3	2,2
Не имеют перечисленных заболеваний (состояний)	56,8	55,9	53,9

Наши исследования дают похожую, но несколько иную картину (табл. 9).

**Таблица 9 – Заболевания жителей городской и сельской местности, %**

Заболевание	Город	Село
Аллергия	14,4	10,4
Повышенный сахар в крови или диабет	8,0	7,9
Заболевания органов желудочно-кишечного тракта	17,4	12,4
Заболевания органов дыхания	5,8	1,5
Заболевания сердца и сосудов	24,6	26,2
Заболевания почек или печени	8,9	6,4
Заболевания эндокринной системы или системы обмена веществ	9,0	3,5
Болезни опорно-двигательной системы	17,4	17,8
Онкология	2,8	0,5
Другое	4,4	5,0
Нет	36,8	40,1
Затрудняюсь ответить	2,1	1,0

В рамках исследования мы интересовались и тем, насколько сбалансировано питание городских и сельских жителей (табл. 10).

**Таблица 10 – Сбалансированность питания жителей городской и сельской местности, %**

Сбалансировано ли Ваше питание?	Город	Село
Да, полностью	14,3	12,4
Только частично	25,5	19,3
Не слежу за этим	43,0	46,5
Нет, не сбалансировано	14,5	19,8
Затрудняюсь ответить	2,7	2,0

Немаловажный маркер здоровья человека – наличие у него избыточного веса, что связано с практиками питания и их последствиями (табл. 11).

**Таблица 11 – Избыточный вес жителей городской и сельской местности, %**

Есть ли у Вас избыточный вес?	Город	Село
Нет	53,2	53,0
Да, небольшой избыточный вес	34,5	34,7
Да, существенный избыточный вес	11,3	10,4
Затрудняюсь ответить	1,0	2,0

### Анализ результатов

Как показывают результаты эмпирического исследования, почти половина жителей города и области имеет избыточный вес или страдает ожирением. Среди причин – переизбыток, неправильное несбалансированное питание, низкая физическая активность. Половина жителей города и деревни не следит за сбалансированностью своего питания. Жители Санкт-Петербурга питаются однообразно. Проиллюстрируем этот тезис ответами респондентов на вопрос: «Какие проблемы питания Вы считаете основными?»: «*Могу сказать, что мой рацион питания достаточно однообразный, особенно завтраки. Стараюсь держать количество принимаемой пищи под контролем, но иногда, конечно случается и переизбыток*»; «*Хотелось бы больше разнообразия, рыбы и морепродуктов в рационе*»; «*...Я думаю, химия и однообразное питание. Потому что больше нечего купить*» (данные глубинных интервью в исследовании «Еда и мы» 2016 г.; интервью проводили Г.И. Чернов, О.А. Таранова, И.В. Сабиров, А. Тимофеева).

Вряд ли можно назвать правильным питанием то, что жители города и деревни готовят для себя. На завтрак треть петербуржцев употребляет бутерброды, 12,5 % выбирают колбасные изделия, некоторая часть опрошенных вообще не завтракает. Обед петербуржцев в большей степени сбалансирован, но в то же время они часто едят сосиски, пельмени и другие продукты из переработанного мяса с конечной высокой долей жирности. В области этот показатель еще выше. На гарнир почти треть жителей выбирает картофель и 23 % макарон, тогда как салат едят только 20,5 % жителей города. Рыбы в количественном измерении петербургский и областной житель потребляет мало. 2,7 % жителей вообще не обедают. На ужин петербуржец снова предпочитает картофель и макароны (24,9 и 18,2 %). Уровень потребления кисломолочной продукции в Санкт-Петербурге и Ленобласти выше среднего по России, но вряд ли оправдано потребление самого молока в большом количестве. Способы приготовления пищи также не способствуют улучшению здоровья. Более всего распространена варка продуктов, однако гарнир чаще всего готовят путем жарки. Жители области еще больше предпочитают жарить. Мало кто пользуется приготовлением еды на пару или в скороварке.

Вызывает вопросы практика использования питьевой воды. Например, в Ленобласти 54 % жителей употребляют нефilterованную воду из системы водопровода (так, в принципе, и должно быть, но качество водопроводов, особенно сельских, вызывает сомнения). Бутилированную чистую воду в Санкт-Петербурге использует только 8 % населения. Не способствуют здоровью вредные привычки (особенно алкоголь и курение). Что касается алкогольной продукции, то примерно 20 % и городских, и сельских жителей заявляют, что вообще не употребляют алкоголь (что вызывает обоснованные сомнения). Примерно 60 % и в городе, и на селе не выпивали алкоголь в день до опроса (среда); однако выходит, что примерно 20 % жителей ежедневно выпивают в будни (логично считать, что в выходные этот процент выше). Разница в потребляемых напитках следующая: в городе больше пьют вино и коньяк, на селе – водку. Пиво употребляет примерно равное количество жителей, в области чуть больше. В городе и на селе совершенно разный эффект от употребления крепких алкогольных напитков (водки). В этом основная причина преждевременной смерти мужчин в Ленобласти (хотя есть и другие значимые факторы, например территориальная удаленность

сельских жителей от медицинских учреждений). Сами жители области плохо осознают свои вредные привычки – только 5,9 % опрошенных сообщили о своей проблеме с алкоголем.

Еще один фактор, существенно снижающий уровень здоровья и среднюю продолжительность жизни, связан с употреблением табака. 38,6 % сельских жителей сообщили о проблемах с курением, в городе доля курящих существенно ниже – 29,2 %. Из всего списка вредных привычек жители города и области выделяют приверженность сладкому (16,5 и 14,4 % соответственно). Много жирной пищи употребляют в большей степени жители области (6,4 %). Диеты и ограничения в питании практикуют не более 8 % жителей. Самой распространенной является лечебная диета, следующая – низкоуглеводная диета. 33 % городских жителей сообщают, что ведут малоподвижный образ жизни.

Продукцией фастфуда злоупотребляют 10 % городских жителей и 5 % сельских. Около 1 % жителей питаются так каждый день. Не способствует правильному питанию экономическая ситуация как в городе, так и на селе: примерно 15 % жителей всегда экономят на еде (покупают самое недорогое). 20 % городских жителей редко покупают натуральные, экологически чистые продукты, 15 % используют консервы не менее раза в неделю. Самое важное, по нашему мнению, состоит в том, что примерно треть сельских и городских жителей вообще не стремится питаться правильно, у них нет такого желания. Возможно, сказывается отсутствие общего образования и гастрономической культуры.

Мы спросили жителей Выборга, почему жители небольших городов Ленобласти лучше питаются и меньше болеют, чем жители мегаполиса.

Во-первых, жители малых и средних городов внимательно относятся к покупкам, ориентируясь на цену и качество продуктов, редко покупают полуфабрикаты и замороженную продукцию, готовят еду дома. Исключение составляют пельмени – их едят в том случае, если дома ничего не оказалось. В связи с тем, что рынки исторически существуют уже очень давно (на Рыночной площади традиционно со Средних веков), горожане привыкли покупать продукты на рынке, руководствуясь тем, что здесь всегда свежие продукты. Как правило, это так, потому что производители являются представителями малого бизнеса и не могут себе позволить более крупные партии, а также ориентированы на постоянных покупателей. Кроме этого, для большинства людей это традиционная практика, она является частью их повседневной жизни, общения и уклада, поэтому они не могут от нее отказаться. Люди ходят в продуктовые магазины практически каждый день. Здесь не принято закупать продукты на неделю, как, например, делают петербуржцы в гипермаркетах. Многие объясняют это тем, что лучше понемногу покупать каждый день, но свежие продукты (мясо, рыбу, птицу, творог).

Во-вторых, горожане этой группы ведут подвижный образ жизни – практически не пользуются транспортом (если позволяют здоровье и погодные условия), много ходят пешком, любят активный отдых на природе.

В-третьих, у большинства жителей есть дачные хозяйства, на которых они выращивают овощи, ягоды, зелень, яблоки. Это является неотъемлемой частью рациона питания. Причем большинство понимает, что заниматься хозяйством невыгодно с точки зрения вложения и результатов, однако свежие и экологически чистые продукты гораздо ценнее, чем сэкономленные деньги. Также люди занимаются заготовками: солят и маринуют огурцы, помидоры, грибы, делают варенья, морозят ягоды, зелень. У многих в квартире стоят большие морозильные камеры, по два больших холодильника, где хранятся дачные запасы.

В-четвертых, так как все находится довольно близко и у большинства горожан есть автомобили, многие идут на обед домой и едят привычную пищу. Посещение кафе в обеденное время – крайне редкий случай, в основном в кафе ходят в выходные и праздничные дни. Уровень обслуживания и качества питания в кафе и ресторанах Выборга крайне низок, несмотря на то что это туристический город.

### **Заключение**

В исследовании мы рассмотрели повседневные практики питания жителей города и деревни (на примере Санкт-Петербурга и Ленобласти). Жители как крупного города, так и села, как правило, питаются неправильно, что отражается на состоянии их здоровья. Продолжительность жизни населения в Санкт-Петербурге и области могла бы быть существенно выше. Особенно высок разрыв в продолжительности жизни мужчин и женщин. Уровень заболеваемости в Санкт-Петербурге крайне высок. Несмотря на хорошую оснащенность городских медицинских учреждений, он даже выше, чем в области. Это обусловлено не только неправильным питанием, но и вредными привычками (20 % жителей выпивают практически ежедневно), малой физической активностью и подвижностью, стрессами и экологией большого города. В области 40 % жителей курят ежедневно, если выпивают, то предпочитают крепкий алкоголь и в больших количествах.



При этом большинство жителей села не видят в своем алкоголизме проблему. В несколько лучшем положении в отношении питания и здоровья находятся жители малых городов Ленобласти. Этому способствуют более рациональное и ответственное отношение к своему питанию, отсутствие заведений фастфуда и стрессов крупного города (автомобильных пробок), более спокойный и размеренный образ жизни, хорошее состояние экологии.

В отличие от распространенного мифа, что население в мегаполисах живет лучше, соответственно, лучше питается и имеет более высокий уровень здоровья, утверждаем, что более состоятельные сограждане, как и жители крупных городов, не питаются более правильно – они больше едят и тратят на еду, чаще пользуются услугами заведений общественного питания, но их питание так же несбалансировано, как и у жителей села. Они так же пере едят и злоупотребляют алкогольными напитками. Низкая продолжительность жизни на селе вызвана не столько питанием, сколько злоупотреблением алкоголем и курением (особенно среди мужского населения). Тем не менее жителям как города, так и деревни не хватает знаний о правильном и здоровом питании. Для них одинаково остро стоит вопрос совершенствования гастрономической культуры.

### Ссылки и примечания:

1. Статья подготовлена при финансовой поддержке РФФИ, проект № 17-03-00631 «Повседневные практики питания и здоровье населения (на примере Санкт-Петербурга и Ленинградской области)».
2. Зарубина Н.Н. Практики питания как маркер и фактор социального неравенства в России: история и современность // Историческая психология и социология истории. 2014. Т. 7, № 2. С. 46–62 ; Кравченко С.А. Социокультурная динамика еды: риски, уязвимость, востребованность гуманистической биополитики : монография. М., 2014. 198 с. ; Носкова А.В. Питание как объект социологии и маркер социального неравенства // Вестник Института социологии. 2015. № 3 (14). С. 49–64 ; Социология питания: традиции и трансформации / под общ. ред. Н.Н. Зарубиной, С.А. Кравченко. М., 2017. 302 с.
3. Веселов Ю.В., Никифорова О.А., Цзинь Ц. Питание и здоровье в истории общества // Общество: социология, психология, педагогика. 2017. № 11. С. 41–45. <https://doi.org/10.24158/spp.2017.11.7> ; Веселов Ю.В., Таранова О.А., Цзинь Ц. Горький хлеб старости? Социальные практики питания пожилых людей // Журнал социальной политики. 2018. Т. 16, № 1. С. 81–94. <https://doi.org/10.17323/727-0634-2018-16-1-81-94> ; Карапетян Р.В. Питание и здоровье мужчин Санкт-Петербурга: социологический анализ // Социальные и экономические системы. 2018. № 4. С. 4–25 ; Лебединцева Л.А., Дерюгин П.П., Смелова А.А. Современные представления о рациональном питании российских женщин (на примере Санкт-Петербурга) // Crede Experto: транспорт, общество, образование, язык. 2018. № 4. С. 325–339.
4. Козырева П.М., Сафронова А.М., Старовойтов М.Л. Анализ фактического питания и пищевого статуса различных групп населения [Электронный ресурс] // Вестник Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS-HSE). Вып. 4 / отв. ред. П.М. Козырева. Электрон. текст. дан. (объем 2,8 Мб). М., 2014. С. 131–165.
5. Bourdieu P. *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste* / trans. by R. Nice. 8th ed. Cambridge, Mass., 1996. 632 p. ; Counihan C. *The Anthropology of Food and Body. Gender, Meaning, and Power*. N. Y., 1999. 256 p. ; *Food and Health: Individual, Cultural, or Scientific Matters?* / K. Nordström, C. Coff, H. Jönsson, et al. // *Genes & Nutrition*. 2013. July. Vol. 8, no. 4. P. 357–363. <https://doi.org/10.1007/s12263-013-0336-8>.
6. *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, Z.A. Abdeen, Z.A. Hamid, et al. // *The Lancet*. 2017. Vol. 390, no. 10113. P. 2627–2642. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3).
7. Регионы России. Социально-экономические показатели. 2018 : : статистический сборник / пред. редкол. С.Н. Егоренко. М., 2018. 1162 с. ; Российский статистический ежегодник. 2018 : статистический сборник / пред. редкол. А.Е. Суринов. М., 2018. 694 с.
8. Выборочное наблюдение поведенческих факторов, влияющих на состояние здоровья населения, 2018 [Электронный ресурс] // Федеральная служба государственной статистики. URL: [https://www.gks.ru/free\\_doc/new\\_site/ZDOR/Factors2018\\_2812/index.html](https://www.gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Factors2018_2812/index.html) (дата обращения: 22.10.2019).
9. Там же.
10. Выборочное наблюдение рациона питания населения 2013 [Электронный ресурс] // Федеральная служба государственной статистики. URL: [https://www.gks.ru/free\\_doc/new\\_site/food1/survey0/index.html](https://www.gks.ru/free_doc/new_site/food1/survey0/index.html) (дата обращения: 22.10.2019).
11. Выборочное наблюдение поведенческих факторов, влияющих на состояние здоровья населения, 2018.
12. Комплексное наблюдение условий жизни населения [Электронный ресурс] // Федеральная служба государственной статистики. URL: [https://www.gks.ru/free\\_doc/new\\_site/KOUZ18/index.html](https://www.gks.ru/free_doc/new_site/KOUZ18/index.html) (дата обращения: 22.10.2019).
13. Продолжительность жизни при рождении по регионам России (ожидаемая) за 2015 год (Обн. 2019) [Электронный ресурс] // Statdate.ru. 2019. 16 окт. URL: [http://www.statdata.ru/spg\\_reg\\_rf](http://www.statdata.ru/spg_reg_rf) (дата обращения: 22.10.2019).
14. Минздрав выяснил, в каких регионах России чаще всего болеют [Электронный ресурс] // Regnum. 2018. 1 авг. URL: <https://regnum.ru/news/2457354.html> (дата обращения: 22.10.2019).
15. Козырева П.М., Сафронова А.М., Старовойтов М.Л. Указ. соч.
16. Выборочное наблюдение рациона питания населения 2013.

### References:

- Abarca-Gómez, L, Abdeen, ZA & Hamid, ZA (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*, vol. 390, no. 10113. pp. 2627-2642, [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3).
- Bourdieu, P & Nice, R (trans.) 1996, *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*, 8th ed., Cambridge, Massachusetts, 632 p.
- Counihan, C 1999, *The Anthropology of Food and Body. Gender, Meaning, and Power*, New York, 256 p.
- Egorenko, SN (ed.) 2018, *Regions of Russia. Socio-economic Indicators. 2018: Statistical Digest*, Moscow, 1162 p, (in Russian).

- Karapetyan, RV 2018, 'Nutrition and Men's Health in St. Petersburg: Sociological Analysis', *Socialnye i ekonomicheskie sistemy*, no. 4, pp. 4-25, (in Russian).
- Kozyreva, PM, Safronova, AM, Starovoirov, ML & Kozyreva, PM (ed.) 2014, 'Analysis of Actual Nutrition and Nutritional Status of Various Population Groups', *Vestnik Rossijskogo monitoringa ekonomicheskogo polozheniya i zdorovya naseleniya (RLMS-HSE)*, Moscow, no. 4, pp. 131-165, (in Russian).
- Kravchenko, SA 2014, *Sociocultural Dynamics of Food: Risks, Vulnerabilities, the Relevance of Humanistic Biopolitics*, Moscow, 198 p., (in Russian).
- Lebedintseva, LA, Deryugin, PP & Smelova, AA 2018, 'Modern Ideas about the Rational Nutrition of Russian Women (on the Example of St. Petersburg)', *Crede Experto: transport, obshchestvo, obrazovanie, yazyk*, no. 4, pp. 325-339, (in Russian).
- Nordström, K, Coff, C & Jönsson, H (et al.) 2013, 'Food and Health: Individual, Cultural, or Scientific Matters?', *Genes & Nutrition*, vol. 8, no. 4, pp. 357-363, <https://doi.org/10.1007/s12263-013-0336-8>.
- Noskova, AV 2015, 'Nutrition as an Object of Sociology and a Marker of Social Inequality', *Vestnik Instituta sociologii*, no. 3 (14), pp. 49-64, (in Russian).
- Surinov, AE 2018, *Russian Statistical Yearbook. 2018: Statistical Digest*, Moscow, 694 p.
- Veselov, YuV, Nikiforova, OA & Jin, J 2017, 'Nutrition and Public Health in the History of Society', *Obshchestvo: sociologiya, psihologiya, pedagogika*, no. 11, pp. 41-45, <https://doi.org/10.24158/spp.2017.11.7>, (in Russian).
- Veselov, YuV, Taranova, OA & Jin, J 2018, 'The Bitter Bread of Old Age? Social Practices of Nutrition Among Elderly People', *Zhurnal socialnoy politiki*, vol. 16, no. 1, pp. 81-94, <https://doi.org/10.17323/727-0634-2018-16-1-81-94>, (in Russian).
- Zarubina, NN & Kravchenko, SA (eds) 2017, *Sociology of Nutrition: Traditions and Transformations*, Moscow, 302 p., (in Russian).
- Zarubina, NN 2014, 'Nutrition Practices as a Marker and Factor of Social Inequality in Russia: History and Modernity', *Istoricheskaya psihologiya i sociologiya istorii*, vol. 7, no. 2, pp. 46-62, (in Russian).

Редактор: Тальчук Калерия Сергеевна  
Переводчик: Ездина София Александровна