

**УДК 574. 631.95**

САЛЫЦЕВА Е. А., студентка гр. ППЖП-311 (УрГАУ)  
Научный руководитель СТЕПАНОВ А. В., к.с.н., доцент (УрГАУ)  
г. Екатеринбург

## **ЭКОЛОГИЯ В ПИТАНИИ**

На сегодняшний день существует множество глобальных экологических проблем, одна из которых — экологичность в питании. В частности, к ней в первую очередь относятся вопросы, связанные с производством и потреблением пищи [2]. Среди конкретных примеров можно выделить следующие:

1. Изменение климата. Производство пищи является одним из основных источников парниковых газов, которые вызывают изменение климата. Выделение этих газов связано с производством мяса и других животных продуктов, а также с использованием химических удобрений и пестицидов.

2. Утрата биоразнообразия. Производство пищи часто связано с разрушением природных экосистем, что приводит к утрате биоразнообразия и вымиранию видов.

3. Загрязнение водных ресурсов. Использование химических удобрений и пестицидов может повлечь за собой загрязнение водных ресурсов, а также угрозу здоровью людей и животных.

4. Разрушение лесов. Производство мяса связано с уничтожением экосистем, в том числе лесных, что приводит к потере углеродного запаса и ухудшению условий жизни многих животных и растений.

5. Потеря почвенного плодородия. Использование химических удобрений и пестицидов в ходе производства пищевых продуктов может привести к потере почвенного плодородия и уменьшению урожайности.

6. Потребление водных ресурсов. Производство пищи требует большого количества водных ресурсов, что может привести к истощению их запасов.

Таким образом, можно сделать вывод, что экологичность в питании и производстве пищевой продукции становится всё более актуальной проблемой на сегодняшний день.

Экология питания — это концепция, которая учитывает влияние производства и потребления пищи как на окружающую среду, так и на здоровье человека. Она предполагает использование устойчивых методов производства, снижение потребления мяса и других животных продуктов, повышение использования растительных продуктов, а также сокращение количества отходов.

Основные необходимые задачи для достижения экологичности в питании таковы:

1. Формирование устойчивого сельского хозяйства, которое не наносит ущерба почве, водным ресурсам, скоту и т. д. Эта цель достигается через применение методов органического земледелия, минимизацию использования химических

удобрений и пестицидов, а также сохранение и восстановление природных экосистем.

2. Сокращение потребления мяса и других животных продуктов. Производство мяса связано с выделением большого количества парниковых газов, загрязнением водных ресурсов и разрушением лесов. Соответственно, уменьшение потребления и производства мясной продукции позволит снизить интенсивность такого влияния.

3. Сокращение использования пластиковых упаковок в производстве пищевых продуктов. Экология в питании предполагает сокращение количества отходов, связанных с производством и потреблением пищи. Это может быть достигнуто, в частности, благодаря уменьшению потребления упаковок, использованию перерабатываемых материалов и безопасной утилизации остатков пищи [3].

Для достижения экологичности в питании также необходимо поддерживать местных производителей, спонсировать производство новых экологических, функциональных продуктов, проектировать производства и логистику с учетом минимизации отходов, предоставлять общественности доступную информацию о экологичном питании. В рамках экологического образования следует рассказывать о вреде отходов, об экологических подходах к питанию и производству, о влиянии всего вышеназванного на организм каждого индивида, а также на общество в целом. Необходимо проводить уроки в школах и вузах, запускать различные рекламные кампании для повышения осведомлённости населения об экологичном питании [1].

Глобальные экологические проблемы, связанные с производством и потреблением пищи, требуют серьезного внимания и усилий по устранению их последствий. Достижение экологичности питания возможно только в случае активных действий со стороны всех участников производства и потребления пищи. Однако при правильном подходе возможно достичь баланса между экологической устойчивостью и удовлетворением потребностей в питании. В целом можно утверждать, что экология питания является важным аспектом устойчивого развития и здорового образа жизни. Она помогает одновременно сохранять окружающую среду и обеспечивать здоровое питание для всех людей на планете.

#### Список литературы:

1. Березина, М. В., Бардымова, Т. П., Михалева, О. Г., Горяшина, М. Е. Влияние экологии питания на развитие и компенсацию сахарного диабета / М. В. Березина, Т. П. Бардымова, О. Г. Михалева, М. Е. Горяшина // Известия вузов. Прикладная химия и биотехнология. — 2012. — № 2. — С. 1-2.
2. Гурбандурдыева Г. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОЙ ЭКОЛОГИИ / Гурбандурдыева Г. // Вестник науки. — 2023. — № 4. — С. 321-324.

---

3. Shaxnoza Rustamovna Kobiljonova, Shoxida Ximmatovna Tosheva  
БЕЗОПАСНОСТЬ ПИТАНИИ И ЭКОЛОГИИ / Shaxnoza Rustamovna  
Kobiljonova, Shoxida Ximmatovna Tosheva // Academic research in educational  
sciences . — 2023. — № 4. — С. 558-560.