

УДК 374.7

Наймушина А.Е., Андрюхина Т.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
Екатеринбург, Россия
ms.komleva@bk.ru

БОДИПОЗИТИВ: РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИЛИ УХОД ОТ НЕЕ

Аннотация. Авторами статьи представлен материал для размышления по проблеме отношения к своему телу как источнику здоровья или потенциального нездоровья. Дается информация о бодипозитиве как современном социальном движении.

Ключевые слова: Здоровье, социальное движение, бодипозитив, индекс массы тела.

Naimyshina A.E., Andruchina T.V.

Russian state vocational pedagogical university,
Ekaterinburg, Russia
ms.komleva@bk.ru

BODY POSITIVE: A SOLUTION TO THE PROBLEM OR AVOIDING IT

Abstract. The authors of the article present material for reflection on the problem of attitude to the body as a source of health or potential ill health. The information about body positive as a modern social movement is given.

Keywords: Health, social movement, bodypositive, body mass index.

В современной России, как и во всем мире, достаточно остро осознается проблема избыточного веса у людей, у детей в том числе. Да, мир стал удобен, урбанизированному человеку практически не приходится затрачивать лишние калории на обеспечение своей жизнедеятельности. В городском доме тепло, есть водопровод, присутствуют помощники в виде бытовой техники, и даже с пылесосом теперь не надо ходить по квартире, он сам ползает по команде хозяев. Работа большинства людей находится в комфортных офисах, кабинетах, механические операции максимально автоматизированы. Дорога до

работы также не требует усилий, есть общественный и личный транспорт, в зданиях лифты и эскалаторы. Человеку в городе практически не приходится совершать движений, и только сознательно, усилием воли он отправляет себя на пробежку, велопрогулку, плавает в бассейне, тренируется в фитнес-зале, ходит в походы, выполняет иную двигательную аэробную нагрузку. Таким образом, можно констатировать факт, что при нормальном привычном питании люди получают больше калорий, чем требуется для их жизнедеятельности.

Если говорить о питании современного городского человека, то здесь тоже все неоднозначно. С одной стороны, давно позади времена дефицита питания, в магазинах и кафе огромный выбор. С другой стороны, современный темп жизни и нередко бюджет диктуют стиль питания на ходу, проще и сытнее, с обильными вкусами по выходным и праздникам. Кроме этого, в продуктах доступной ценовой категории нередко за красивой оберткой оказываются весьма не полезные и калорийные добавки. И опять же только усилием воли и разумным подходом к организации питания городской человек может избежать излишнего потребления калорий. Увлечение всевозможными диетами, влиянием моды также не идет на пользу малоподвижному человеку.

В данной статье мы не рассматриваем все причины ожирения, мы констатируем факт, что индекс массы тела у людей нашей страны стремительно растет, следовательно, растет и число людей с избыточным весом. Так ли опасен лишний вес для человека? Почему Кустодиев и Рубенс на своих полотнах воспевали женскую красоту такой, какой ее видели и понимали. Эти далеко не риторические вопросы задавали себе люди, ставшие основоположниками социального течения, которое учит позитивному отношению к своему телу, его тотальному принятию и свободному самовыражению вне зависимости от форм.

Бодипозитив (body positivity) – движение, основанное на уважительном отношении и принятии как своей, так и чужой внешности. Цели движения изначально декларировались, как весьма благие: научить общество общаться на равных с людьми со всевозможными различиями, не отводя глаз и не демонстрируя излишнего любопытства. Все люди, вне зависимости, как они выглядят, имеют равные условия на базовый комфорт. Тело не может быть причиной неуважительного отношения к человеку. Участники движения помогают друг другу преодолевать

комплексы, жить в гармонии с собой, не оглядываясь на общественное мнение, моду и эталоны красоты. Бодипозитив возник как ответ массовой культуре с коммерческой красотой, пропагандируя принятие нормальности любого тела.

Для людей с массой тела, значительно превышающей норму, бодипозитив стал движением принятия полноты вне зависимости от ее причины. Теперь люди с ожирением могут без стеснения и комплексов носить модную одежду, в том числе и облегчающую. Могут требовать для себя комфортных условий в общественных местах: в кинотеатрах и кафе должны быть не только кресла, но и диванчики для людей повышенной весовой категории и габаритов.

Мы не спорим с тем, что в движении бодипозитива есть рациональное зерно. Однако наблюдения показывают, что декларируя свободу тела быть таким, каково оно от природы, люди с излишним весом совсем перестают следить за питанием, не прилагают никаких усилий к увеличению физической нагрузки, имеют такие жировые отложения, которые угрожают соматическому здоровью и сокращают продолжительность жизни. Медицинская точка зрения на избыточную массу тела не менялась, ожирение признано болезнью и сопутствующим отягощающим фактором при многих заболеваниях. Идеология бодипозитива проявилась у тучных людей в нежелании ухаживать за собственным телом, любые напоминания о рациональном питании и спортзалах воспринимаются как оскорбления. Движение стало выступать не за общение без барьеров, а против удобства окружающих и близких людей (это не только неудобство от соседства, например, в самолете, но и сложности ухода за малоподвижными или лежащими людьми с излишним весом) и, главное, собственного здоровья.

Резюмируя выше сказанное, мы не готовы дать однозначный ответ относительно движения бодипозитива. Каждый человек имеет право быть таким, каков он есть. Каждый человек достоин уважения вне зависимости от форм и вида тела. Однако каждый человек также в ответе за свое здоровье, за качество жизнедеятельности себя и своих близких. Выбор остается за конкретным человеком, прилагать ли усилия к самосовершенствованию, заботиться о себе и своем здоровье или требовать заботы о себе от общества и окружающих людей.

Библиографический список

1. Андрюхина, Т.В. Организация обслуживания в физкультурно-оздоровительном сервисе: учебное пособие / Т.В. Андрюхина, Н.В. Третьякова, Е.В. Кетриш; Рос. гос. проф.-пед. ун-т. – Екатеринбург: Издательство РГППУ, 2018. – 218 с.

2. Климова, Е.А. Специфика бодипозитива в России / Е.А. Климова // Молодежь в науке и культуре XXI века. Материалы междунар. науч.-творч. форума 31 окт. – 3 нояб. 2016 / сост. Е.В. Швачко. – Челябинск: Челяб. гос. ин-т культуры, 2016. – С. 36–37.

УДК 614.2

Николаева Л. Н., Ломовцева А. В.

Нижегородский институт управления, филиал РАНХиГС,
Нижний Новгород, Россия
l_nilovna@mail.ru

ПОДХОДЫ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В данной статье изучена статистическая информация по заболеваемости детей и подростков в Российской Федерации, определены основные мероприятия необходимые для минимизации указанных показателей.

Ключевые слова. Охрана здоровья, дети и подростки, здоровье, население, профилактика.

Nikolaeva L.N., Lomovtseva A. V.

Nizhny Novgorod Institute of Management – branch RANEPА,
Nizhny Novgorod, Russia
l_nilovna@mail.ru

APPROACHES TO ENSURE THE HEALTH OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Abstract. This article examines the statistical information on the incidence of children and adolescents in the Russian Federation, the main measures necessary to minimize these indicators

Keywords. Health, children and adolescents, health, population, prevention.