

CONSIDERAȚII BIOETICE REFERITOARE LA DECIZIILE DE ALIMENTARE ECHILIBRATĂ ÎN SĂNĂTATEA PUBLICĂ

Ludmila Rubanovici¹, dr. în filos., conf. univ.

Vladislav Rubanovici², dr. în șt. med., conf. univ.

¹Catedra de filosofie și bioetică

ludmila.rubanovici@usmf.md

²Departamentul Medicină Preventivă, Disciplina de igienă

vladislav.rubanovici@usmf.md

Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”,
Chișinău, R. Moldova

BIOETHICAL CONSIDERATIONS REGARDING DECISIONS ON BALANCED NUTRITION IN PUBLIC HEALTH

Healthy food choices in public health raise many complex ethical questions and implications. For example, the balance between individual rights to choose their dietary habits and collective responsibility for public health must be considered. There are also issues related to the accessibility of healthy food, advertising, and manipulation of the food industry, as well as educating and correctly informing the population about nutrition. Bioethics provides an important conceptual and moral framework for evaluating and addressing these healthy eating decisions in public health, helping to balance individual and societal benefits while respecting ethical principles and individual rights.

Alegerile alimentare sănătoase în sănătatea publică ridică multe întrebări și implicații etice și bioetice complexe. Creșterea incidenței bolilor netransmisibile, deciziile privind alimentația sănătoasă ajung să fie un subiect de interes major și în domeniul bioeticii. Alimentația echilibrată în sănătatea publică ridică numeroase întrebări etice și implicații complexe, care trebuie abordate cu atenție și responsabilitate. În acest context, bioetica oferă un cadru conceptual și moral pentru evaluarea deciziilor privind alimentația sănătoasă în sănătatea publică. Bioetica este disciplina care explorează dilemele etice și morala asociată practicilor și politicilor din domeniul sănătății, inclusiv cele legate de stilul sănătos de viață.

Subiectul *Considerații bioetice referitoare la deciziile de alimentație echilibrată în sănătatea publică* devine din ce în ce mai relevant, deoarece deciziile din acest domeniu implică frecvent conflicte între interese individuale și colective, între drepturile și responsabilitățile individuale și cele ale comunităților, precum și între nevoile prezentului și cele ale viitoarelor generații. Bioetica este o ramură a eticii aplicate care se concentrează asupra problemelor și dilemelor etice legate de viață și sănătate, inclusiv aspectele medicale și științifice care pot avea un impact sustenabilității și a altor valori etice în elaborarea și implementarea politicilor alimentare. Alimentația sănătoasă/echilibrată se referă la consumul ce furnizează nutrienții necesari pentru menținerea sănătății și prevenirea bolilor. Sănătatea publică, la rândul său, este disciplina care se ocupă cu promovarea și protejarea sănătății populațiilor; de prevenirea bolilor, promovarea stării de bine și îmbunătățirea calității vieții prin intervenții la nivelul comunităților și societății în ansamblu.

Din cele mai vechi timpuri, oamenii au reflectat asupra alimentației și a impactului acesteia asupra sănătății și bunăstării umane. În Grecia Antică, de exemplu, Pitagora promova o dietă vegetariană și credea că animalele sunt ființe înrudite cu oamenii și că era greșit să le folosească ca hrană. Hipocrate susținea importanța echilibrului și moderării în alimentație pentru menținerea sănătății: „Hrana să fie medicament și medicamentul să fie hrană”. El a mai afirmat că: „Dacă reușim să găsim un echilibru între alimentație și exercițiile fizice, astfel încât să fie nici prea multe, nici prea puține, atunci am găsit mijlocul pentru a menține sănătatea”. Astfel, chiar și în acele vremuri, consumul inadecvat de alimente era considerat un factor de risc pentru sănătatea umană. Același principiu al măsurării în alimentație era promovat și de către Socrate (469-399 î.Hr.), care este cunoscut pentru expresia sa: „Omul mănâncă pentru a trăi, nu trăiește pentru a mânca”. Platon detaliază o dietă adecvată în Cartea a II-a a Republicii, sugerând că dieta ar trebui să fie alcătuită în principal din alimente naturale, precum legume, fructe, nuci și cereale. Carnea ar trebui consumată cu moderație, iar alcoolul evitat sau consumat cu moderație. Scopul principal al acestei diete este de a menține trupul sănătos și mintea clară, astfel încât indivizii să se dezvolte în mod corespunzător ca cetățeni [1]. Stoicii romani, precum Epicur și Seneca, au discuta diferite aspecte ale producției și consumului de alimente, promovând bucuria dietei echilibrate, autocontrolul și moderarea pentru a atinge o viață înțeleaptă și virtuoasă.

Mai târziu, Leonardo da Vinci a observat și a înregistrat procesele digestive și a înțeles importanța unei bune funcționări a sistemului digestiv pentru asimilarea nutrienților din alimente. Montaigne – un adept al plăcerii și al bucuriei de viață; a susținut că oamenii ar trebui să se bucure și de mâncare și de procesul de a mânca, dar în limitele rațiunii și cu respect pentru corpul lor. Jean-Jacques Rousseau a subliniat importanța conectării cu natura și cu resursele naturale; a argumentat că un stil de viață simplu și natural este mai potrivit pentru fericire și bunăstare. Fourier urmărea educarea copiilor în gastronomie de la vârste fragede, aprecia rolul meselor, mâncând de cinci ori pe zi și aprecia rolul social al cinelor, care facilitează dialogul între oameni. Friedrich Nietzsche urmărea ajustarea alimentației pentru atingerea nivelului maxim de performanță pentru corpul uman; refuza dietele, pe care le considera o îngrădire a libertății. În secolul al XX-lea, filosofi au luat în considerare probleme precum vegetarianismul, etica agriculturii, drepturile alimentare, biotehnologia și estetica gustativă. În secolul XXI, filosofi continuă să abordeze aceste probleme și altele noi referitoare la globalizarea alimentelor, rolul tehnologiei și drepturile și responsabilitățile consumatorilor și producătorilor. De obicei, acești filosofi își numesc munca „etică alimentară” sau „etică agricolă” [2].

În filosofie și etică se abordau doar ocazional întrebări legate de nutriție și stilul de viață, iar aceasta se explică din mai multe posibile motive: i) subiectul este unul complex și implică o varietate de factori biologici, psihologici, socio-economici și culturali; ii) tema este una subiectivă, depinde de percepția fiecăruia, unii autori consideră „alimentația este prea fizică și trecătoare pentru a merita o atenție serioasă” [3], or filosofia și etica se ocupă adesea de subiecte abstracte și universale, iar nutriția și stilul de viață pot fi considerate subiecte mai concrete și aplicate. În anumite culturi, alimentația și gătitul au fost considerate tradițional asociate cu activitatea femeilor, ceea ce ar putea explica de ce au fost neglijate sau subestimate în etică. Unele activități legate de alimentație și consumul de alimente au fost considerate „inferioare” sau „primitive” în contextul istoric [4]. Totuși, această perspectivă a început să se schimbe odată cu evoluția societății.

În contextul actual când pe planeta noastră trăiesc aproximativ 8 miliarde de oameni, iar la fiecare cinci zile se nasc încă un milion, populația globului este de 10 ori mai mare decât acum 400 de ani e cazul să ne întrebăm: *Cum putem asigura accesul la alimente adecvate și nutritive pentru toți oamenii? Există o responsabilitate colectivă de a preveni foametea și*

malnutriția? Cum influențează strategiile de marketing și publicitate ale industriei alimentare alegerile alimentare și sănătatea noastră, în special a copiilor și tinerilor? Cum contribuie alegerile noastre alimentare la sustenabilitatea și protecția mediului înconjurător? Care sunt implicațiile etice ale utilizării biotehnologiei și organismelor modificate genetic în producția alimentară? Cum putem asigura securitatea și transparența în utilizarea acestor tehnologii? Cum putem promova educația și informarea corectă pentru a lua decizii alimentare mai sănătoase? Etc.

În prezent, avalanșă de informații despre alimentația sănătoasă, stilul de viață și modul sănătos de trai ce provine din diverse surse precum rețelele de socializare, publicații, televiziune și webinare, este tot mai de amploare și prin urmare abordarea morală a devenit una indispensabilă. Surse neîntemeiate științific abundă cu „sfaturi” privind deciziile alimentare și au atins cote alarmante, conducând la apariția unor preocupări excesive și chiar stări patologice de neliniște în rândul oamenilor. Se observă o exagerare a dorinței de a mânca sănătos și o preocupare chinuitoare pentru evitarea bolilor și prelungirea vieții, generând o serie de probleme, inclusiv apariția diferitelor anxietăți, fobii și obsesii legate de alimentația favorabilă sănătății.

Un exemplu notoriu este *ortorexia*, termen inventat și introdus pentru prima dată în discuția publică de către medicul american Steven Bratman în anul 1997. Bratman a descris ortorexia ca fiind o preocupare anormală pentru mâncarea sănătoasă și o fixație excesivă asupra calității și compoziției alimentelor, care poate avea un impact negativ asupra sănătății mentale și sociale a individului. De atunci, termenul a câștigat notorietate în domeniul sănătății și nutriției și a fost folosit pentru a descrie un tip de comportament alimentar problematic [5]. Deși interesul pentru o alimentație sănătoasă poate fi un obiectiv laudabil, ortorexia devine problematică atunci când afectează negativ calitatea vieții individului. Persoanele cu ortorexie pot dezvolta anxietate legată de alimente, pot deveni izolate social din cauza restricțiilor alimentare severe și pot experimenta deficiențe nutriționale din cauza dietelor restrictive.

Este important să se facă distincția între a avea grijă de sănătatea alimentară și a dezvolta ortorexia. Îngrijirea sănătății alimentare implică a face alegeri informate și echilibrate în ceea ce privește dieta, în timp ce ortorexia este un comportament anormal și nesănătos legată de alimentație. Ortorexia nu este oficial recunoscută ca o tulburare de alimentație

în clasificările internaționale precum *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) [6], dar este un subiect de dezbatere în comunitatea medicală și de sănătate mintală. Dacă cineva se confruntă cu maniere alimentare extreme sau obsesii legate de alimentație care afectează semnificativ calitatea vieții lor, este recomandat să caute ajutor de la un profesionist din sănătate sau un specialist în nutriție pentru evaluare și tratament potențial.

Trebuie de menționat că imaginea pozitivă a produselor ecologice în rândul consumatorilor s-a dezvoltat gradual și în prezent se pune accent tot mai mult pe studii realizate de organizații guvernamentale, instituții de cercetare și organizații de specialitate. Aceste cercetări demonstrează că produsele ecologice oferă valori nutritive ridicate, având un impact benefic asupra sănătății. În plus, producătorii și comercianții de produse ecologice sunt obligați să respecte reglementări stricte pentru a obține certificarea ecologică și dreptul de a utiliza sigla ecologică. Autoritățile de inspecție și certificare monitorizează periodic producătorii și distribuitorii, ceea ce crește încrederea consumatorilor în calitatea și siguranța produselor. De asemenea, este necesar de subliniat necesitatea implementării unor bune practici în educarea și informarea consumatorilor, astfel încât aceștia să dobândească abilități mai solide în luarea deciziilor de cumpărare și de consum. Considerăm că aceste bune practici ar trebui să includă informații corecte și transparente pentru a permite consumatorilor să ia decizii mai informate și mai conștiente și de a nu permite proliferarea unor pseudo-nutriționiști care promovează doctrine alimentare tot mai fantastice, cum ar fi teoria alimentației după grupa sanguină, hrănirea cu alimente vii, dieta cu „calorii negative”, produse „bio” sau „eco”, care oferă sfaturi cu privire la alimente „interzise” sau „nesănătoase”.

O altă problemă semnificativă constă în tendința de a confunda alimentele cu medicamentele și de a încerca să fie impuse ca alternative terapeutice. Creșterea interesului pentru suplimentele alimentare și consumul lor excesiv și fără supraveghere necesită o abordare mai strictă din partea autorităților responsabile de reglementare și supraveghere a acestor produse. Aceste substanțe se situează în zona de frontieră între medicamente și alimente.

Termenii *alicamente* (alimente terapeutice, îmbogățite cu nutrienți necesari pentru o buna stare de sănătate) sau *nutraceutice* (produse alimentare sau suplimente alimentare care au efecte benefice asupra sănătății,

fiind utilizate în scopuri terapeutice sau preventive) au fost introduși în alimentație, dar deseori în spatele acestora nu există o bază științifică solidă. Aceste produse sunt adesea mascate sub forma de suplimente alimentare și sunt comercializate fără studii clinice care să susțină afirmațiile producătorilor cu privire la calitățile lor. Această problemă nu este specifică unei anumite țări și se întâlnește la nivel global. De exemplu, în Statele Unite există o întreagă gamă de *produse de argint coloidal* comercializate ca suplimente alimentare, pretinzând că au proprietăți antimicrobiene sau pot „regenera organismul”, cu toate că autoritățile au avertizat că nu există dovezi solide provenite din studii serioase care să susțină aceste afirmații [7]. SUA se află în fruntea dezvoltării și producției de suplimente alimentare, fiind urmate de producători europeni precum Germania și Italia, iar apoi de Rusia și China în ceea ce privește utilizarea acestor produse [8, 9]. În conformitate cu Directiva Uniunii Europene 46/2002, suplimentele alimentare reprezintă produse destinate ingerării de către persoane sănătoase, cu scopul de a satisface cerințele nutriționale specifice legate de diferite aspecte, precum: starea fiziologică (de exemplu, în timpul sarcinii și alăptării); grupa de vârstă (inclusiv copiii mici, adolescenți și persoane în vârstă); nivelul de activitate fizică intensă, inclusiv sportul de performanță; profesii care implică efort fizic intens, etc. Aceste suplimente pot fi produse din surse vegetale, animale, minerale sau combinații ale acestora și au ca scop îmbunătățirea stării fizice prin creșterea capacității de forță, rezistență, concentrare și performanță în muncă [10].

În prezent, în Republica Moldova, cerințele referitoare la introducerea suplimentelor alimentare pe piață sunt parțial reglementate prin Hotărârea Guvernului nr. 538 din 2 septembrie 2009 și Hotărârea Guvernului nr. 442/2023 din 28.06.2023 cu privire la modificarea Hotărârii Guvernului nr. 538/2009 pentru aprobarea Regulamentului sanitar privind suplimentele alimentare. Lista suplimentelor alimentare aprobate pentru comercializare și utilizare este disponibilă pe site-ul Agenției Naționale pentru Sănătate Publică (www.ansp.md, Registrul suplimentelor alimentare). Reglementarea acestor produse pe piața Republicii Moldova este esențială pentru a asigura că acestea sunt produse sigure și inofensive, pentru a furniza informații complete și corecte cu privire la proprietățile produsului, și pentru a garanta un nivel crescut de protecție a consumatorilor, reducând totodată riscul de confuzie cu medicamentele.

Această confuzie între alimente și medicamente poate avea consecințe

serioase pentru sănătatea publică, deoarece oamenii pot să caute alternative nesigure sau ineficiente la tratamentele medicale adecvate. Prin urmare, este esențial să fie promovată informația bazată pe dovezi științifice solide și să se reglementeze corespunzător piața de suplimente alimentare pentru a proteja sănătatea consumatorilor și pentru a preveni promovarea produselor care nu au demonstrat eficacitatea lor. Este important să se facă distincția clară între alimente și suplimente și să se promoveze utilizarea lor în scopuri adecvate și în conformitate cu normele și regulamentele de sănătate publică. Este esențial să respectăm dreptul fiecărui individ de a lua decizii informate cu privire la propria sa alimentație. Cu toate acestea, această autonomie trebuie echilibrată cu responsabilitatea statului și a comunității de a promova și proteja sănătatea publică. Aici apare o primă dilemă etică: cum putem să încurajăm o alimentație sănătoasă în societate, respectând în același timp libertatea indivizilor de a alege ce mănâncă?

Un alt aspect important al bioeticii în alimentație este tratamentul animalelor. Există dezbateri etice cu privire la modul în care animalele sunt crescute, transportate și sacrificate pentru producția de carne, lapte și ouă. Organizațiile pentru protecția animalelor susțin drepturile animalelor și încercă să promoveze practici etice în domeniul industriei alimentare. Un punct de vedere important al bioeticii este acela că animalele au propriile drepturi și trebuie tratate cu respect și considerație. Aceasta ridică întrebări etice cu privire la practicile de creștere și sacrificare a animalelor, la minimizarea sau eliminarea suferinței acestora în timpul proceselor de creștere și sacrificare. Unele metode de creștere a animalelor, cum ar fi creșterea în sistem intensiv sau folosirea antibioticelor în exces, ridică îngrijorări etice legate de impactul asupra sănătății animalelor, consumatorilor de produse din carne și asupra mediului. Bioetica în industria alimentară poate include și discuții despre reglementările care ar trebui să guverneze etichetarea corectă a produselor alimentare pentru a informa consumatorii despre originea și metodele de creștere a animalelor din produsele pe care le cumpără.

În alt sens sunt trebuie abordată problema animalelor abandonate, numărul cărora este tot mai mare. De curând, în luna iunie a acestui an, în țara noastră, a fost prezentat proiectul de *Lege privind protecția animalelor*, realizat în colaborare cu societatea civilă și reprezentanții autorităților de stat responsabile. A fost creat un cadru juridic privind protecția animalelor împotriva tratării cu cruzime, provocării durerii, suferinței, precum și asigurarea bunăstării și tratamentului uman față de animalele cu și fără stăpân

[11]. Proiectul prevede crearea unui sistem informațional de identificare, de înregistrare a datelor cu privire la animalele de companie și a deținătorilor acestora. Acest lucru va ajuta să se cunoască care este numărul exact de animale pe care le dețin proprietarii și totodată să fie înregistrate inclusiv animalele fără de stăpân. Proiectul de lege va preveni abandonarea necontrolată a animalelor, reducând numărul animalelor fără de stăpân. De asemenea, acest cadru legislativ va stimula crearea de noi adăposturi decente și va impulsiona toate părțile interesate să organizeze campanii de informare privind tratarea umană și responsabilă a animalelor, dar și adopția acestora. Această lege propune înființarea unui serviciu specializat în cadrul Ministerului Agriculturii și Industriei Alimentare, cu responsabilități directe în elaborarea politicilor naționale pentru protecția animalelor și gestionarea populației de animale fără stăpân. Cu implementarea acestui proiect, abandonul necontrolat al animalelor va putea fi prevenit, iar populația de animale fără stăpân va fi gestionată eficient prin crearea unui sistem informațional de identificare și înregistrare a animalelor de companie și a proprietarilor lor.

Alt aspect bioetic ține de problemele precum defrișarea pentru agricultură, consumul excesiv de apă și emisiile de gaze cu efect de seră legate de producția de alimente și ridică întrebări de ordin moral privind modul în care hrana noastră afectează planeta și mediul pentru generațiile viitoare. Pentru agricultură sau creșterea animalelor, deseori se recurge la defrișări masive ale pădurilor, ceea ce duce la pierderea biodiversității și la contribuții semnificative la schimbările climatice. Producția alimentelor necesită o cantitate semnificativă de apă, iar anumite alimente, precum carnea, necesită mult mai multă apă decât altele, iar consumul excesiv de apă pentru producția alimentelor poate epuiza resursele de apă dulce. Agricultura intensivă și creșterea animalelor pot duce la pierderea biodiversității, deoarece distrugerea habitatelor naturale și utilizarea pesticidelor pot afecta speciile locale. Pentru a minimiza impactul negativ al alimentației asupra mediului, mulți oameni adoptă practici alimentare mai sustenabile, cum ar fi reducerea consumului de carne și produse lactate, preferând alimentele locale și de sezon, evitând risipa de alimente și alegând produse cu ambalaje ecologice. În plus, există o creștere a preocupărilor legate de agricultura sustenabilă și de promovarea unor practici mai prietenoase cu mediul în producția alimentelor. Toate aceste decizii pot ajuta la reducerea impactului negativ asupra mediului al alegerilor noastre alimentare.

O altă considerație bioetică importantă este dreptatea și echitatea. Adesea, anumite grupuri sociale sunt mai vulnerabile la probleme legate de alimentație sănătoasă din cauza factorilor socio-economici, accesului la resurse sau altor disparități. Este necesar să abordăm aceste inegalități și să ne asigurăm că politicile de sănătate publică sunt echitabile și nu accentuează diviziunile sociale. În același timp, trebuie să evităm paternalismul excesiv, care ar putea limita libertatea indivizilor din grupurile defavorizate de a lua propriile decizii.

Un alt aspect important al bioeticii în alimentația sănătoasă este informarea corespunzătoare și manipularea publicului. Publicitatea agresivă pentru produse alimentare nesănătoase poate influența deciziile indivizilor în mod negativ, iar industria alimentară poate avea interese financiare conflicte cu sănătatea publică. Aici apar întrebări privind etica marketingului și a publicității alimentare, precum și necesitatea reglementării pentru a proteja consumatorii.

În concluzie: încălcarea principiilor eticii și bioeticii poate duce la creșterea incidenței bolilor cronice precum obezitatea, diabetul, bolile cardiovasculare și alte afecțiuni asociate cu alimentația nesănătoasă; la deficiențe de nutrienți și dezechilibru în alimentație; poate amplifica diviziunile sociale în ceea ce privește accesul la alimente sănătoase; la pierderea încrederii consumatorilor și la scăderea credibilității instituțiilor sau companiilor implicate în promovarea alimentelor.

Referințe bibliografice

1. Hanson D.V. *The Other Greeks: The Family Farm and the Agrarian Roots of Western Civilization*. University of California Press. 1999.
2. Kaplan, D.M. *The Philosophy of Food*. University of California Press Berkeley and Los Angeles, California. 2012.
3. Telfer El. *Food for thought: philosophy and food*. New York: Routledge. 1996.
4. Freedman P. *Food: The History of Taste*. Berkeley: University of California Press, 2007.
5. Dunn T.M., Bratman S. On orthorexia nervosa: A review of the literature and proposed diagnostic criteria. In: *Eat Behav.* 2016, Apr;21:11-7. doi: 10.1016/j.eatbeh.2015.12.006.
6. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders fifth edition text revision DSM-5-TR™*. Manufactured in the United States of America on acid-free paper. 1st printing 2022, February.

7. Leino V., Airaksinen R., Viluksela M., Vähäkangas K. Toxicity of colloidal silver products and their marketing claims in Finland. In: *Toxicol Rep.* 2020, Dec, 26;8:106-113. doi: 10.1016/j.toxrep.2020.12.021. PMID: 33437653; PMCID: PMC7786010. In: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7786010/> (accesat: 14.08.2023).
8. Gruenwald J. The supplement markets in the US and Europe. In: *Neutraceuticals World*, 2000, Jul.-Aug., pp.36–37.
9. Radimer K., Bindewald B., Hughes J., Ervin B., Swanson, C., Picciano M.F. Dietary supplement use by US adults: data from the National Health and Nutrition Examination Survey, 1999-2000. In: *Am. J. Epidemiol.*, 2004; nr. 160(4), pp.339-349.
10. Gorban G., Florescu N. Suplimente alimentare. Ghid. Ediția 1. București, 2013.
11. Proiect de lege privind protectia animalelor. În: https://www.ipn.md/ro/proiect-de-lege-privind-protectia-animalelor-7967_1096603.html (accesat: 14.08.2023).

IMPLICAȚIILE FILOSOFICE ALE INCERTITUDINII DIN MECANICA CUANTICĂ

Ecaterina Lozovanu, dr. în filos., conf. univ.
Universitatea Tehnică a Moldovei, Chișinău, R. Moldova
ecaterina.lozovanu@ssu.utm.md

THE PHILOSOPHICAL IMPLICATIONS OF UNCERTAINTY IN QUANTUM MECHANICS

Around September 1927, the philosopher Ray Monk argued that the physical world had changed. Indeed, for hundreds of years nature could be clearly separated from the human beings who studied it, and its parts had a location, an identity, obeyed the same laws, and behaved predictably. In the first quarter of the 20th century, the quantum caused some physicists to question these assumptions. The emergence of the uncertainty principle, published by Heisenberg was discussed by N. Bohr and opened a debate that would last a lifetime between Bohr and Einstein. Between these two scientists, a hypothesis is advanced: between the Newtonian world and the quantum world, no connections can be found. This was an obvious proof that nature was a