

USHQIMI DHE SHËNDETI: NDËRLIDHJA INDIVIDUALE DHE KULTURORE NË ASPEKTIN SHKENCOR

Prof. Dr. Eduard Kakarriqi

(**Instituti i Shëndetit Publik**
& **Universiti i Mjekësisë i Tiranës**)

Përmbledhje

Në të ushqyerit e personalizuar (=nutricioni i personalizuar), ushqimi është një mjet për një shëndet të mirë, duke nënkuptuar një marrëdhënie instrumentale ndërmjet ushqimit dhe shëndetit.

Cilat janë ndërlidhjet individuale dhe kulturore ndërmjet ushqimit dhe shëndetit në aspektin shkencor, duke pasur në konsideratë, së pari, që ushqimi merr një vlerë dytësore, ndërkohë që shëndeti duket të jetë një koncept biologjik deskriptiv (=përshkrues), dhe, së dyti, që përkufizimi më i gjerë i ushqimit dhe shëndetit paraqitet lidhur me (për)qasjen shkencore të aspekteve individuale dhe kulturorë.

Diskurset e ndryshme mbi ushqimin dhe shëndetin, aktualisht po diskutohen në lidhje me çështjet etike të **të ushqyerit (=nutricionit) të personalizuar**.

Suksesi i nutricionit të personalizuar ka gjasë të varet nga aftësia për të integruar (për)qasjen shkencore me kuptimet e përditshme kulturore, emocionale, etike dhe sensuale të ushqimit.

Teoritë shkencore të shëndetit mund të ndahen në dy lloje kryesore, rivale ndërmjet tyre – teoria biostatistikore dhe teoria holistike.

Teoria biostatistikore fokusohet në mbijetesë, ndërkohë që **teoria holistike** fokusohet në aftësinë si një parakusht për shëndetin. Paraqiten argumente në favor të një teorie holistike dhe individualiste të shëndetit dhe sëmundjes ‘*illness*’. Kjo nënkupton një fokus në aftësinë e individit për të realizuar “qëllimet jetike” të tij.

Një **koncept holistik dhe individualist i shëndetit** mund të ketë një efekt përforcues në (për)qasjen e individualizuar në të ushqyerit (=nutricionin) e personalizuar. Ai lejon fokusimin në

premisat individuale të shëndetit dhe mjetet përkatëse dietike të promovimit të shëndetit, si dhe një perspektivë të individualizuar mbi objektivat e promovimit të shëndetit.

Një **nocion individualist i shëndetit** tregon gjithashtu se njerëzit me nivele të larta të qëllimeve jetike (=vitale) përfitojnë më lehtë. Për të arritur përtej këtyre grupeve është e vështirë. Kjo padrejtësi e mundshme duhet ekuilibruar me programet mjekësore parandaluese (=preventive) globale (=botërore).

Fjalë kyçe:

Të ushqyerit e (=nutricioni i) personalizuar,
Teoria biostatistikore,
Teoria holistike,
Etika,
Ushqimi,
Shëndeti

Referencat

1. Adams C. 1990. *The sexual politics of meat: a feminist-vegetarian critical theory*. New York: Continuum Publishing; 1990.
2. Avakian A.J. 1997. *Through the kitchen window. Women writers celebrate food and cooking*. Boston: Beacon Press; 1997.
3. Belasco W., Scranton P. (eds) (2002) *Food nations. Selling taste in consumer societies*. Routledge, New York; 2002.
4. Bell D., Valentine G. 1997. *Consuming geographies—we are what we eat*. London: Routledge; 1997.
5. Bergmann M.M., Görman U., Mather J.C. 2008. Bioethical considerations for human nutrigenomics. *Annu Rev Nutr.* 2008; 28(1):447–467.
doi: 10.1146/annurev.nutr.28.061807.155344.
6. Boorse C. 1997. Health as a scientific concept. *Phil Sci.* 1977; 44:542–573.
doi: 10.1086/288768.
7. Boorse C. 1997. Rebuttal on health. In: Humber J., Almeder R., editors. *What is disease?* Totowa, N.J: Humana Press; 1997. pp. 1–134.
8. Bourdieu P. 1984. *Distinctions. A social critique on the judgment of taste*. London: Routledge; 1984.

9. Castle D., Cline C., Daar A.S., Tsamis C., Singe P.A. 2007. *Science, society, and the supermarket. The opportunities and challenges of nutrigenomics*. Hoboken: Wiley; 2007.
10. Coff C. 2006. *The taste for ethics. An ethic of food consumption*. Dordrecht: Springer; 2006.
11. Counihan C. 1999. *The anthropology of food and body. Gender, meaning and power*. New York: Routledge; 1999.
12. DeVault M. 1991. *Feeding the family: the social organization of caring as gendered work*. Chicago: University of Chicago Press; 1991.
13. Douglas M. 1972. Deciphering a meal. *Daedalus*. 1972; 101:1.
14. Falk P. 1994. *The consuming body*. London: Sage; 1994.
15. Fischler C. 1988. Food, self and identity. *Soc Sci Info*. 1988; 19:937–953. doi: 10.1177/053901848001900603.
16. Gabaccia D. 1998. *We are what we eat. Ethnic food and the making of Americans*. Cambridge: Cambridge University Press; 1998.
17. Goody J. 1982. *Cooking, cuisine and class*. Cambridge: Cambridge University Press; 1982.
18. Görman U. 2006. Ethical issues raised by personalized nutrition based on genetic information. *Genes Nutr*. 2006; 1(1):13–22. doi: 10.1007/BF02829932.
19. Lappé F.M., Collins J. 1986. *World hunger: twelve myths*. New York: Grove Press; 1986.
20. Levi-Strauss C. 1970. *The raw and the cooked*. London: Jonathan Cape; 1970.
21. Liss P.E. 1993. *Health care need*. Avebury: Aldershot; 1993.
22. Lupton D., 1996. *Food, the body and the self*. London: SAGE; 1996.
23. Maslow A. 1970. *Motivation and personality*. New York: Harper & Row; 1970.
24. Nordenfelt L. 1995. *On the nature of health: an action-theoretic approach*. 2. Dordrecht: Kluwer Academic Publisher; 1995.
25. Nordenfelt L. 2000. *Action, ability and health: essays in the philosophy of action and welfare*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers; 2000.
26. Nordenfelt L. 2001. *Health, science, and ordinary language*. Amsterdam: Rodopi; 2001.
27. Nordenfelt L. 2004. The logic of health concepts. In: Khushf G., editor. *Handbook of bioethics: taking stock of the field from a philosophical perspective*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers; 2004. pp. 205–222.
28. Toombs S.K. 1992. *The meaning of illness: a phenomenological account of the different perspectives of physician and patient*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers; 1992.
29. Van Hooft S. 1998. Suffering and the goals of medicine. *Med Health Care Philos*. 1998; 1:125–131. doi: 10.1023/A:1009923104175.

Tiranë, 03.04.2024