**Файл IO4A2887**

**Продолжительность записи: 00:11:40**

 **Интервьюер:** (00:01)Так, ладно, возвращаемся.
**Дианова:** (00:02) ГМО, да? Так, а на чем там … Остановились?
**Интервьюер**: (00:07) По поводу, что у нас переизбыток производства в развитых странах.
**Дианова:** (00:12) А... И сейчас уже про эффекты.
**Интервьюер**: (00:15) Да, вот про связь с диабетом желательно.
**Дианова:** (00:17) Да-да-да, ну, я не нашла, могу так сказать… Я могу только подвести к тому, что не надо этим увлекаться… (00:36) Безусловно, генно-модифицированный продукт занимают объёмную такую часть в производстве, в основном, безусловно, овощей, да. И хотелось бы сказать, что на самом то деле многие факты могут давать более отсроченный результат. На мой взгляд, внедрение в геном — это всегда, скажем так, кот в мешке, т.е. мы не знаем всё равно последствия, на самом деле, для нашего организма (01:06) может быть не безопасным. Если говорить непосредственно о возможном развитии сахарного диабета или ожирения, или, допустим, тех же самых, кстати говоря, каких-то онкологических заболеваниях, аллергических составляющих, то на самом деле некие параллели очевидны, потому что раньше этого не было. С другой стороны, раньше диагностика была хуже, но и, скажем так, может быть, и умирали от этого (00:36) меньше. Сейчас выявляемость всех этих заболеваний выше. Я могу сказать, что люди, имеющие сахарный диабет, они, конечно, должны максимально чутко относиться к выбору продуктов, потому что у них один из таких серьезных органов, как поджелудочная железа, поврежден. Он не способен справляться с определенной нагрузкой пищевой, т.е. избыточное количество глюкозы в крови и здесь нужна поддержка. Если человек еще будет при этом (02:06) всё-таки нарушать диету и употреблять генно-модифицированную свеклу в любом её виде либо в натуральном, либо в виде того же сахара всё-таки добавляя, то, мне кажется, тут уже и вред непосредственно самому заболеванию. Урон наносится организму, но на самом деле, я считаю, что скорее всего эффекты от генно-модифицированных продуктов будут через несколько поколений, но то, что они буду – это однозначно. Потому что, если (02:36) вспомнить, когда мы … Человек внедряется в какие-то процессы внутри, скажем так, биоценоза планеты, например… Мы вылечили корь, скажем так, в вакцинации чего-то добились, появляется что? Появляются другие вирусы мутировавшие. Потому что в природе должно быть всё в балансе. Если мы внедряемся опять с целью того, чтобы что-то улучшить и что-то пытаемся докрутить, то (03:06) всегда будет находиться способ, чтобы это вернуть в равновесие. Так устроено, поэтому у нас, если вы вспомните как устроены, например, любые семена… Семена, я имею в виду, орехи, семечки. Они это начало жизни. И вот в нём, если правильно почитать вообще биологию, есть как и очень много для зачатка новой жизни, так и есть ферменты, которые сдерживают это, поэтому в природе есть плюсы и минусы. Если мы пытаемся что-то изменить, (03:36) мы всё равно получим, может быть знаете, отсроченный, но возврат. Поэтому для меня эта история всё равно очень темная. Моё личное мнение, что это до конца всё равно не изучено и, наверное, некоторые вещи просто скрываются. И я бы не стала так огульно, спокойно относиться к таким продуктам, потому что это борьба за наш выбор. За наш выбор как потребитель, чтобы мы продолжали покупать любые продукты.
**Интервьюер**: (04:07) Скажи, почему фрукты уже не те и вне зависимости от вида в них катастрофически много глюкозы? С чем это связано?
**Дианова:** (04:16) Современные фрукты, кстати говоря, действительно изменились. Об этом говорят даже результаты исследований независимых лабораторий по содержанию витаминов, микро- и макроэлементов. Потому что есть специальные справочники в Российской Федерации… Скурихина. Там заявлены данные уже не соответствуют реале. И при том, что мы используем именно этот официальный справочник, но по факту во многих именно (04:46) фруктах и овощах содержание банального того же витамина С настолько ниже нормы, что это становится даже обычным явлением. Мы совершенно спокойно всегда говорим, что «в современных фруктах будет чего-то меньше». При том, что их пытаются выращивать, и мы их видим на прилавках круглый год. Можно сказать, что в силу того, что может быть происходит опять же различные изменения и (05:16) поиск в биологии… Именно как же добиваться того, чтобы была постоянная, скажем так… Наш ассортимент был представлен за счёт этого. С одной стороны, в рамках правильного питания — это интересная история. С другой стороны, если начинаешь думать: «А чем это достигается?», то, наверное, всё-таки это не очень хорошо. В отношение именно сахаров … Здесь у меня (05:46) точного понимания нету, за счет чего это может происходить. Но я думаю только исключительно, возможно, за счет селекции. Дело в том, что в современный человек избалован. Мы говорим о вкусовых рецепторах. Мы говорим о том, что в нашем мире очень много вкусов, очень много. И чтобы человек, действительно, выбирал вкусный, сладких продукт, нужно предлагать ему максимально сладкую, максимально вкусно. И поэтому… (06:16) Если есть что-то более сладкое, вкусное и есть выбор, то попробовав человек обязательно туда идти. В силу того, что мы хотим повкуснее. Мы избалованные тем, что есть ненастоящие продукты, в которых опять же сахара ещё больше, чтобы перебить вкус, чтобы человек более сладкие какие-то вещи. Я думаю, что возможно селекция влияет на именно аномальное (06:46) содержание сахара. И вообще, изменение не только вкуса, но и состава современных в том числе и фруктов.
**Интервьюер**: (06:55) Пища, которая наносит вред нервной системе. Почему так много стало кровожадных случаев мести из-за ревности? Раньше таких масштабных случаев не было. Что изменилось?
**Дианова:** (07:06) Это так? Действительно? Ну, безусловно… Те самые красители, консерванты, улучшители вкуса… Они только могут немножко возбуждать нашу нервную систему и иногда может быть, скажем так, приводить к каким-то более агрессивным действиям, но зачастую, на мой взгляд, это связано всё-таки с тем, что изначально… (07:36) У человека есть какие-то психические отклонения. Я бы не сказала, что продукты так сильно способны приводить к таким агрессивным моментам. Всё-таки, наверное, это взаимодействие больше наркотических средств-алкоголя. И может быть иногда каких-то, скажем так, энергетиков. Вот здесь, да, это напитки, которые в силу того, что там есть сочетание различных… Кофеина, таурина… (08:06) Карнитина. Они все в большом моменте, если одновременно, очень сильно возбуждают нервную систему. И, если у человека есть какие-то психические, скажем так, отклонения, то даже употребление таких вот энергетиков может иногда, скажем так, приводить к каким-то неадекватным действиям. Но с точки зрения, уж каких-то кровожадных моментов, здесь мне сказать как бы сложно. Это я не могу. (08:36) Я знаю, что возбуждение нервной системы детей и подростков от именно избыточного количества энергетиков… Это действительно есть, это факт. Они действительно могут быть неадекватны особенно, если… Дело в том, что энергетики - они газированные напитки. И у нас так устроено в кишечнике, что усиливается всасывание компонентов, которые находятся в кишечнике присутствие (09:06) газированной воды. Поэтому газированные напитки, газированные энергетики… Они, конечно, определенно опасность представляют, потому что, смотря что в них налито, то газированная вода, газированная составляющая, она может ускорять всасывание этих компонентов. Здесь можно, наверное, перевозбудить подростка особенно в силу того, что они, скажем так, всё отрицают и иногда в противовес обществу действуют.
**Интервьюер**: (09:36) Дело в том, что на энергетики вообще в последнее время… довольно сильный бум и некоторые даже любят смешивать его с алкоголем, насколько я знаю.
**Дианова:** (09:46) Вот смешивание энергетиков с алкоголем как раз плохо. В силу того, что здесь идёт такой удар… Да, газированные составляющая. Соответственно, этанол и, допустим, усилители… Усилители настроения, скажем так, тонизирующие, т.е. тот же кофеин, теобромин, который могут туда добавлять. Это всё улучшает настроение плюс… (10:16) Соответственно, начинает действие алкоголь. Опять же, здесь будет зависимость, очень четкая. И агрессия появится в момент, скорее всего, отмены, на фоне отмены. Когда перестаёт человек получать такую дозу всего этого вкусного для него. И не просто для него, а для его мозга. Потому что активируются центры определенные и возникает зависимость, хочется ещё. Парадокс в том, что хочется каждый следующий раз чуть больше. (10:46) Потому что притупляется некий порог. И вопрос в том, что когда не получает такие люди именно дозу, скажем так, этого удовольствия для мозга, то на самом деле возникает та самая агрессия. И именно люди уже не только подростки, но именно взрослые, действительно, агрессивные. Когда происходит снижение, падение концентрации через некоторое время, потому что у нас есть всё-таки ферментные системы, которые (11:16) усваивают метаболизм. И можно заметить, что есть скорость утилизации в том числе этанола, и она зависит от пола и от массы тела, и даже от жировой составляющей. Т.е. чем более плотные люди, больше в них жировой массы… Если это мужчина с большим весом, то, соответственно, ему …

**11:40 – Конец записи.**