

# افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نپاشد تن من مباد بدین بوم و بر زنده یک تن مباد  
همه سر به سر تن به کشتن دهیم از آن به که کشور به دشمن دهیم

[www.afgazad.com](http://www.afgazad.com)

[afgazad@gmail.com](mailto:afgazad@gmail.com)

Political

سیاسی

مانتلی ریویو،  
برگردان: علی اورنگ  
ویراستاری و ارسال- علی مشرف  
۱۱ نومبر ۲۰۲۳

## چگونه سرمایه داری تغذیه را کشت



در پنجاه سال اخیر یک گرایش جهانی در رابطه با سلامتی به وجود آمده است که در تناقض با بقیه تاریخ انسان است. در بیشتر کشورها، فقیرترین افراد بیشترین کالری ها را می خورند. آنها همچنین از نظر تغذیه بد تغذیه ترین هستند. مصرف غذاهای فوق فرآوری شده رابطه مستقیم با درآمد دارد، فقیرترین افراد بیشترین آنها را می خورند. بنسله، سال گذشته ۴۵ میلیارد دلار، پیسی ۴۶ میلیارد دلار، موندلز ۱۱ میلیارد دلار، و آرچر-دنیلز ۷.۵ میلیارد دلار درآمدشان بود

مرور کتاب: انسان و غذاهای فوق فرآوری شده: چرا همگی ما چیزهایی می خوریم که غذا نیستند؟... و چرا آن را نمی توانیم متوقف کنیم؟ نوشته کریس ون تولکن. انتشارات کورنراستون؛ ۳۸۴ صفحه.

\*\*\*\*\*

دوشیزه ترا گزند (زمین بزرگ)، همچنین معروف به "نسئله شما را سوار کشتی می کند"، سفر دریائی خود را از شهر بندری بلم در برزیل در جولای ۲۰۱۰ آغاز کرد. این شناور عظیم وقتی که گردش ۱۸ روزه اش را در رودخانه های دشت های پست آمازون شروع کرد به عنوان یک "سوپرمارکت شناور" توصیف شد، که شگفتی های مدرن خوراک

غرب را در اختیار ۸۰۰۰۰۰ نفر جمعیت فقیر شهرک های حاشیه رودخانه ها می گذاشت. پرفروش ترین آنها کیت کت ها بودند، یک عدد کیت کت ۸۰ گرمی، ۳۸ گرم شکر دارد.

این محصولات با سرعت به مناطق حاشیه آمزون نفوذ کردند. مغازه های محلی، در رقابت با یکدیگر، شروع به فروش غذای های آشغال فوق فرآورده شده ای کردند که **نستله** دوره گردی می کرد. نتیجه سفر دریائی ترا گراند، هرج و مرج غذایی برای اهالی آمزون بود. غذاهای سرشار از قند فوق فرآورده ای تبدیل به یک گروه غذایی اصلی شدند. در بعضی مناطق نرخ چاقی کودکان به ۳۰ درصد رسید، و موارد دیابت نوع دو از آن مقطع به تعداد زیادی گزارش شده است، مرضی که در گذشته ناشناخته بود.

برای دسترسی بهتر به زاغه نشین های برزیل، نستله سوپرمارکت شناور را با برنامه دیگری، تحت عنوان "**نستله شما را ملاقات می کند**،" تکمیل کرد. هفت هزار زن را به عنوان فروشندگان دوره گرد استخدام کرد، و حالا این برنامه ماهانه از ۷۰۰۰۰۰ خانوار با غذای فوق فرآورده ای اش دیدار می کند. همانطور که سرپرست کمپانی گفت:

*«ماهیت برنامه ما رسیدن به فقر است.»*

این روایت نابودی سلامتی مردم فقیر به وسیله یک کمپانی غذایی چند ملیتی در کتاب کریس ون تولکن "انسان و غذاهای فوق فرآوری شده" بازگو شده است. این کتاب یک نگاه علمی، سیاسی و اقتصادی به نابودی جهانی تغذیه و سلامتی به وسیله سرمایه داری می باشد و در آن مستقیماً کمپانی های چند ملیتی و دولت های همدست آنها، نهادهای نظارتی و سازمان های غیر دولتی را مقصر می داند. ون تولکن ادعا می کند که خیز "غذاهای فوق فرآورده ای، که به عنوان هر غذایی که افزودنی های مصنوعی دارند تعریف می شود، منجر به بدتر شدن سلامتی مردم شده است." امروز، غذاهای فوق فرآورده ای، در استرالیا، انگلستان، امریکا و کانادا، تا ۶۰ درصد متوسط رژیم غذایی را شامل می شود.

در پنجاه سال اخیر یک گرایش جهانی در رابطه با سلامتی به وجود آمده است که در تناقض با بقیه تاریخ انسان است. در بیشتر کشورها، فقیرترین افراد بیشترین کالری ها را می خورند. آنها همچنین از نظر تغذیه بد تغذیه ترین هستند. بررسی ویک-هلت (VicHealth) به این نتیجه می رسد که «کیفیت تغذیه و عواقب مربوط به سلامتی از یک شیب اجتماعی (یعنی فقیرترین افراد از سلامتی بدتری رنج می برند م.) در استرالیا، و کل جهان پیروی می کند». در انگلستان، کودکان طبقه کارگر به طور متوسط کوتاه تر و همزمان چاق تر می شوند. کودکان ثروتمند به رشدشان ادامه می دهند.

از دهه ۱۹۵۰ به بعد، کمپانی های غذایی زرنگ تر راه های جدیدتری را برای استفاده از مواد افزودنی و مواد کیمیائی مصنوعی برای تقلید از غذاهای گران قیمت کشف کردند. نشایسته های اصلاح شده از سیب زمینی یا ذرت بسیار ارزانتر از چربی محصولات لبنی بودند، و، وقتی که با مواد حجم افزا، طعم دهنده و رنگین سازی بسته بندی شوند، به اندازه کافی شبیه به غذای واقعی خواهد بود. ارزانترین اشکال چربی ها، پروتئین ها و کربوهیدرات ها را می توان به روش های گوناگون برای تولید انبوه یک محصول سودآور تهیه کرد. با اضافه کردن مواد نگهدارنده، غذا برای لجستیک بازار مناسب می شد. به گفته ون تولکن، علاوه بر کاهش هزینه های مواد تشکیل دهنده، این مواد کیمیائی و روش های فرآوری برای «طولانی کردن عمر فروشگاههای [تاریخ مصرف]، کمک کردن به تولید متمرکز، و، همانطور که معلوم شده است، تشویق مصرف اضافی» به کار گرفته می شود. مصرف اضافی به طور فزاینده ای تبدیل به محور سودآوری این محصولات شد.

طبق یک بررسی که در نشریه "کامپری هنسیو ریویوز در فوود ساینس" (Comprehensive Reviews in Food Science) منتشر شده است، تخمین زده می شود که ۱۰۰۰۰ مواد افزودنی در تولید غذا وجود دارد. طعم دهنده، رنگین سازی، عوامل کف کننده و ضد کف، عوامل حجم دهنده، مواد نگهدارنده، مواد امولسیون (نامیزه) کننده و چسبناک، و بسیاری دیگر. بعضی از اینها به عنوان موادی که تأثیر جدی روی سلامتی دارند شناخته شده اند، ولی روی اکثریت قریب به اتفاق آنها تحقیق کافی صورت نگرفته است تا به طور قاطع عواقب استفاده از آنها مشخص شود. یک فرد متوسط مقیم انگلستان سالیانه به طور متوسط هشت کیلوگرم از این مواد را مصرف می کند.

این مواد افزودنی به طور غیرعادی در تخریب سیستم طبیعی متعادل سازی بدن مؤثر هستند. ون تولکن در مورد مطالعاتی می نویسد که نشان داده است وقتی که انواع گوناگون غذاهای مغذی در دسترسی کامل نوزادان گذاشته می شود، آنها با یک رژیم غذایی متعادل خود را تغذیه می کنند، بدون پرخوری یا کم خوری. این نشان می دهد که تنظیم رژیم غذایی بدن به همان پیچیدگی تنظیم دمای بدن یا فشار خون می باشد. اما غذاهای فوق فرآورده شده این فرایند را مختل کرده اند.

برای مثال، یک بررسی سال ۲۰۱۹ به وسیله مؤسسه ملی بهداشت امریکا نشان داد که حتی وقتی که غذاهای فوق فرآورده شده و فرآورده نشده پروفایل های تغذیه (در رابطه با کالری ها، ریز و درشت مغذی ها) یکسان داشته باشند، مردم در خوردن غذای فرآورده شده پرخوری می کنند.

به گفته ون تولکن، یک «فرایند انتخاب تکاملی طی چندین دهه وجود داشته است، که به موجب آن محصولاتی که به مقدار زیادی خریداری و خورده شده اند در بازار بیشتر از دیگران دوام می آورند. برای رسیدن به این مرحله، آنها طوری تکامل یافته اند که سیستم هائی را که در بدن وزن و بسیاری از دیگر کارکردها را متعادل می کنند، تخریب کنند». یعنی، معتاد کردن مردم به محصولات پرکالری، غیرمقوی، مملو از افزودنی (همراه با صدمه عظیم به سلامتی اشان) بازی اصلی صنایع غذایی است.

کوکاکولا، برای مثل، پر از شکر است: یعنی ده قاشق چایخوری برای هر قوطی. برای این که خوش طعم شود (چون قاشق های چایخوری پر از شکر خوشمزه نیستند) کوکاکولا طعم دهنده تند به آن اضافه می کند تا بخشی از آن شیرینی را خنثی کند، طوری که مصرف کنندگان تأثیر شکر و کافیین را حس کنند بدون این که بدنشان آن را رد کند.

درست مثل مقدار مواد افزودنی در محصولاتشان، سود این کمپانی ها عظیم است. نسله، بزرگترین آنها، سال گذشته ۴۵ میلیارد دلار، بیسی ۴۶ میلیارد دلار، موندلز ۱۱ میلیارد دلار، و آرچر-دنیلز ۷.۵ میلیارد دلار درآمدشان بود.

در رابطه با عوامل اجتماعی و اقتصادی بحران سلامتی، ون تولکن در کتابش مجموعه ای از دلایل قانع کننده ارائه می دهد. او چارچوب مسؤلیت های فردی و شخصی را که بحث های جریان اصلی را شکل می دهد، رد می کند. این کتاب به طور مشخص یک راهنمای خودیاری نیست. او می نویسد، در سراسر غرب،

«از دهه ۱۹۷۰، یک افزایش قابل توجه در چاقی وجود داشت. این تصور که همزمان یک فروپاشی در مسؤلیت پذیری شخصی در مردها و زنان در همه سنین و گروه های قومی وجود داشته است قابل قبول نیست.»

در سی سال گذشته، افزایش چاقی کودکان در انگلستان ۷۰۰ درصد و چاقی شدید ۱۶۰۰ درصد بوده است. این را فقط با تغییر تکنیکی (ساختی) در رژیم های غذایی که در دسترس قرار گرفته است، می توان توجیه کرد.

در استرالیا، طبق آمار مؤسسه بهداشت و رفاه استرالیا، طی بیست سال، تعداد افرادی که با دیابت نوع ۲ زندگی می کنند، سه برابر شده است (یا دوبرابر وقتی که رشد جمعیت و ساختار سنی تعدیل شده باشد). مرور فراتحلیل (متا آنالیز) جامع نشان داده است که یک رابطه قطعی بین مصرف غذاهای فوق فرآورده شده و دیابت نوع ۲ وجود دارد. مطالعات

متعدد همچنین نشان داده اند که مصرف بالای غذاهای فوق فرآورده شده منجر به افزایش بسیار زیاد خطرات حمله قلبی و سکته می شود .

در راستای این دیدگاه ساختاری، این کتاب نابرابری را به عنوان فاکتور اصلی عواقب سلامتی می داند. مصرف غذاهای فوق فرآوری شده رابطه مستقیم با درآمد دارد، فقیرترین افراد بیشترین آنها را می خورند. این پدیده را تا حد زیادی می توان با اقتصاد بسیار ساده فردی توضیح داد. در انگلستان، یک بررسی به وسیله بنیاد خیریه غذائی نشان می دهد که نیمه فقیرتر جامعه برای انجام حداقل دستورالعمل های تغذیه ئی باید یک سوم درآمد قابل تصرف خود را برای غذا صرف کنند. ده درصد فقیرترین بخش جامعه باید ۷۵ درصد از درآمدها را خرج غذا کنند. در حومه های فقیرنشین انگلستان تعداد فروشگاه های فست فود دو برابر تعداد آنها در مناطق ثروتمند می باشد، و تبلیغات آنها تمرکزشان عمدتاً در مناطق فقیرنشین است.

در استرالیا، نرخ سنتنرد سنی دیابت ۲ در پائین ترین مناطق اجتماعی - اقتصادی دو برابر بالاترین مناطق است. ون تولکن استدلال می کند که رژیم غذائی و دسترسی به غذای خوب عوامل اصلی شکاف "سلامتی - ثروت"، در کنار سیگار کشیدن و دسترسی به مراقبت های بهداشتی هستند .

این کتاب همچنین جنایات کمپانی های اصلی غذائی را تقبیح می کند که با نابود کردن سلامتی میلیاردها نفر خود را ثروتمند می کنند. برای مثال، در دهه ۱۹۷۰ نسله متهم شد که مادران جنوب صحرای افریقا را طوری وابسته به نمونه های مجانی غذای کودک می کند که آنها شیردهی را متوقف می کردند. در نتیجه مادرها مجبور بودند که غذای کودک را بخرند یا کودکان با گرسنگی مواجه شوند - که در نهایت هزاران نفر از فقیرترین کودکان به گرسنگی تن دادند.

در غنا، یکی از فقیرترین کشورهای جهان، از سال ۱۹۸۹، نرخ چاقی از ۲ درصد به ۱۳.۶ درصد رسیده است، چون فروشگاه های فست فود و کمپانیهای فوق فرآوری شده قلمرو خود را توسعه داده اند. مدیرعامل سابق یام (YUM!) ، شرکت مادر کی اف سی (KFC) ، دخالتشان را اینطور توجیه کردند:

«خوردن کی اف سی در غنا مطمئن تر از خوردن تقریباً در هر جای دیگر است.»

سیستم کشاورزی که در خدمت صنایع غذائی مدرن است به همان اندازه مخرب است. جنگل های استوائی برزیل برای پرورش دانه های سویا ویران شده اند، که برای تغذیه اجباری حیوانات پرورش یافته کارخانه ئی و تولید انواع پروتئین و چربی به ارزان ترین شکل خود به کار گرفته می شود. جنگل های کود گیاهی اندونزی آتش زده شده اند تا زمین ها را برای تولید روغن نخل آماده کنند، که توام با لایه های ضخیم دود و آلودگی های ژرف می باشد. در سال ۲۰۱۵، سوزاندن این جنگل ها در عرض دوماه همانقدر کربن دی اکسید انتشار داد که کل اقتصاد المان در همان سال تولید کرد. کشاورزی مدرن یکی از بزرگترین عوامل گرمایش جهانی است، که با نیازهای صنایع غذائی تقویت می شود.

در اینجا دینامیک های مهمتری از فقط شرارت های فردی مدیران عامل مطرح هستند. همانطور که ون تولکن به آن اشاره کرد، هر کمپانی «در یک رقابت بزرگ با کمپانی دیگر است ... همگی در پی آن قطعه ملکی (فقسه ای که) که در مغازها است و فروششان را به حداکثر می رساند، هستند. اگر کلاگس (Kellogg's) تصمیم بگیرد که یک موضع مثبت بگیرد (غذایش را سالم تر و کم منفعت تر کند)، فضای خالی به وجود آمده سریعاً به وسیله محصول دیگری از یک کمپانی دیگر پر می شود». بحران تغذیه یک محصول درونی سرمایه داری مدرن است، که از ساختارهای رقابت اقتصادی آن سرچشمه می گیرد.

به این ترتیب، ون تولکن به یک دیدگاه ضد سرمایه داری نزدیک می شود. او استدلال می کند که «شرم و خشم به وضوح برای محدود کردن بقای کمپانی هائی که در این جنایات ها همدست بوده اند، کافی نیستند» و «رفتار آنها فقط وقتی عوض می شود که جریان پول منحرف شود.»

ون تولکن همچنین احمق های مفید و همدستی فعالانه دنیای سازمان های غیر دولتی بهداشت را به باد انتقاد می گیرد. او از رشد "شست و شوی سلامتی" انتقاد می کند، که به موجب آن بدترین متخلفان بحران چاقی در پژوهش هائی سرمایه گذاری می کنند که در باره همان بحرانی است که آنها عامل آن هستند. او آن را با قاطعیت مطرح می کند: "سازمان هائی که، برای مثال، از کوکاکولا پول می گیرند و مدعی هستند که علیه چاقی مبارزه می کنند بسادگی پسوندهای بخش بازاریابی کوکاکولا هستند ... منافع این کمپانی ها و آنهائی که در کمپین چاقی فعال هستند در راستای یکدیگر نیستند و نمی توانند باشند.»

اما ون تولکن سرمایه داری را آنطور که باید و شاید عامل مشکلات سیستمی نمی داند تا به طور واقعی بتواند با مشکلاتی که او به طور واضح توضیح می دهد، برخورد کند. در حالی که پیشنهاد های قهرائی را رد می کند، مثل مالیات بر شکر، به راه های حل ضعیف تکنوکراتیک (فن سالاری) روی می آورد. از پیشنهاد های او برای سیاست هائی مثل محدود کردن تبلیغات برای فست فود (غذای فوری) و پژوهش های بهتر در زمینه بهداشت عمومی تنظیم شده برای جلوگیری از نفوذ شرکت ها باید استقبال کرد، اما تأثیر چندان روی دلایل سیستمی اپیدمی چاقی نخواهد داشت . جای دیگر، ون تولکن به آرمان شهرگرائی (اتوپیانسیم) می غلتد، و "درست کردن" نظام کشاورزی را توصیه می کند، که امروز بر پایه محصولات تک محصولی، استفاده انبوه از آنتی بیوتیک ها و نابودی همه جانبه محیط زیست می باشد. اما بدون در پیش گرفتن راهی برای مبارزه علیه چنین نظامی، این پیشنهادات، همانطور که مارکس ۱۵۰ سال پیش گفت، به عنوان «دستور العمل هائی برای آشپزخانه های آینده» باقی می ماند .

در نهایت، آنچه که کتاب انسان و غذاهای فوق فراوری شده به وضوح نشان می دهد، اما در واقع به زبان نمی آورد، این است که تحت نظام سرمایه داری راه حلی برای بحران سلامتی وجود ندارد. برای بیزینس، حتی ضروری ترین محصولات هم (غذا) فقط روش دیگری برای ساختن مقادیر عظیمی از پول می باشد. سلامتی میلیاردها نفر در راه "انگیزه سود" قربانی می شود.

منبع: [مانتلی ریویو آنلاین](#)

[How capitalism killed nutrition](#)