

Szymon Majka
Wydział Nauk Ekonomicznych

Dieta idealna?

Piątek wieczór, wygodny fotel, dobry film. W ręce telefon z uruchomioną aplikacją UberEats i znów ten dylemat w głowie – co zamówić. Dostępność setek możliwych lokali gastronomicznych oferujących kuchnie ze wszystkich zakątków świata zdecydowanie nie ułatwia sprawy. Pojawia się myśl, że może coś zdrowego, mieliśmy zacząć przecież o siebie dbać. Sałatka? Nie, nie tym razem, w końcu to był cięższy tydzień i nagroda w postaci pizzy zapowiada się znacznie lepiej. Nasz problem jednak w tym miejscu się nie kończy, aplikacja prosi nas o wybór lokalu, rozmiaru dania, składników, dodatków...

Czy ten ciężki los setek tysięcy studentów kiedyś się skończy? Szybki rozwój nauki zdaje się ukazywać wizję rozwiązania na horyzoncie. Wystarczyłoby jedno, malutkie urządzenie wszczepione pod skórę. Mogłoby ono sprawdzać czynniki takie jak: poziom głodu, poprzednie posiłki, samopoczucie, zmęczenie, preferencje żywieniowe, zdolność kubków smakowych do odczytu bodźców i ich intensywności, zawartość składników odżywczych oraz witamin w organizmie, przebyte i trwające choroby. Na podstawie zebranych danych algorytm oprócz wyboru idealnego posiłku mógłby układać diety. Wiedza na temat naszego trybu życia umożliwiłaby dobór zapotrzebowania co do jednej kalorii, zapewniając przy tym optymalną ilość składników odżywczych, minerałów i witamin. Ponadto, tak duża ilość informacji na temat stanu naszego organizmu pozwoliłaby urządzeniu w przewidywaniu nadchodzących chorób i doborze diety pozwalającej na łatwiejsze leczenie. Co więcej, tak dokładnie spersonalizowana dieta znacząco ułatwiłaby osiągnięcie oraz utrzymywanie wymarzonej sylwetki. W rozwoju takiego produktu pomocna wydają się współpraca z firmami cateringowymi, dając możliwość dostarczania posiłków dokładnie w momencie pojawienia się uczucia głodu.

Rozwiązanie to niesie ze sobą pośrednio i bezpośrednio wiele korzyści, na wielu różnych płaszczyznach. Do najważniejszych z nich należą: poprawa naszego stanu zdrowia (może to wydłużyć nam życie i sprawić, że będzie wolne od chorób), oszczędność czasu na gotowaniu oraz robieniu zakupów, lepsze samopoczucie i nastrój, większa sprawność fizyczna oraz witalność, usprawnienie funkcjonowania naszego organizmu (na przykład wzrost inteligencji poprzez lepszy rozwój mózgu). Ponadto współpraca wielu firm i zaangażowanie dużej liczby osób mogłaby doprowadzić do lepszej organizacji produkcji żywności, w rezultacie znacząco zmniejszyć ilość marnowanego jedzenia i pomóc głodującym.

Jednak, ze względu na to, że chęć tak dokładnego i inwazyjnego dostępu do informacji na temat nas samych spotkałaby się zapewne ze sporym sprzeciwem społecznym oraz fakt, iż obecnie przed ludzkością stoją znacznie poważniejsze wyzwania, uważam, że wizja takiego przedmiotu musi poczekać w czasie i choć wydaje się bardzo interesująca oraz intrygująca, jest jednak odległa.