На страницах Российской Диабетической Газеты (РДГ) и на сайтах РДА: http://www.diabetes
-
ru
.
org
и
http://www.diabetes.org.ru
несколько лет обсуждался вопрос о положительном влиянии вегетарианского питания на первичную профилактику и течение сахарного диабета 2 типа (СД 2);

одновременно отмечалось влияние малобелкового питания на снижение заболеваемости отдельными формами рака. Группой авторов из Тверской ГМА, Тверь Марасановым С.Б. и соавт. были получены отличающиеся данные. В результате сбора, систематизации и обработки данных с использованием методов статистического анализа были выявлены социальные факторы риска появления онкологических заболеваний. Удельный вес факторов риска не одинаков: особенности диеты – 40-60%; табакокурение – 30%; гиперинсталяция (избыточное нахождение под прямым солнечным светом) – 8-19 %; сексуальная практика (редкие половые акты) – 7 %; профессия – 4%; алкоголь – 3%; ионизирующее излучение – 3 %; загрязнение атмосферного воздуха – 2%. Авторы рекомендуют для первичной профилактики развития рака потреблять больше животного белка в сутки: для мужчин – 65-117 грамм и для женщин 58 – 87 грамм; не находиться под прямыми солнечными лучами особенно в ранние утренние часы; чаще заниматься сексом – не менее 3х раз в неделю; избегать профессиональных факторов риска. Авторы считают задачей СМИ популяризировать необходимость употребления животного белка через социальную рекламу. РДГ примет участие в этом процессе.