

# Экологические адаптивные типы людей

**Адаптивный тип** - норма биологической реакции на комплекс условий окружающей среды. Проявляется в развитии *морфофункциональных, биохимических и иммунологических признаков*, обеспечивающих оптимальную приспособленность к данным условиям обитания.



**Арктический**  
(жители Заполярья)

**Горный**  
(жители гор)



**Тропический**  
(жители тропиков)

**Аридный**  
(жители пустынь)



**Континентальный**  
(жители умеренного пояса)

# Арктический адаптивный тип

холодный климат,  
преимущественно  
животная пища



## Признаки:

- высокая плотность сложения;
- крупная грудная клетка;
- мускульный тип телосложения;
- увеличение толщины жировых складок;
- повышенный уровень жирового и белкового обмена.

чукчи, эскимосы,  
саамы, лесные ненцы



# Континентальный адаптивный тип

Умеренный климат:  
сезонность, температура и  
влажность воздуха не  
достигают экстремальных  
величин



## Признаки:

- укороченные пропорции тела;
- уплощенная грудная клетка;
- повышенное жиротложение;
- явное увеличение массы тела;
- понижение содержания минеральных веществ в скелете

буряты



# Тропический адаптивный тип

жаркий влажный климат и  
рацион с низким  
содержанием животного  
белка

## Признаки:

- ✓ удлиненная форма тела;
- ✓ сниженная мышечная масса;
- ✓ маленькая окружности грудной клетки;
- ✓ интенсивное потоотделение;
- ✓ низкие показатели обмена и синтеза жиров;
- ✓ сниженная концентрация холестерина в крови



# Аридный адаптивный тип

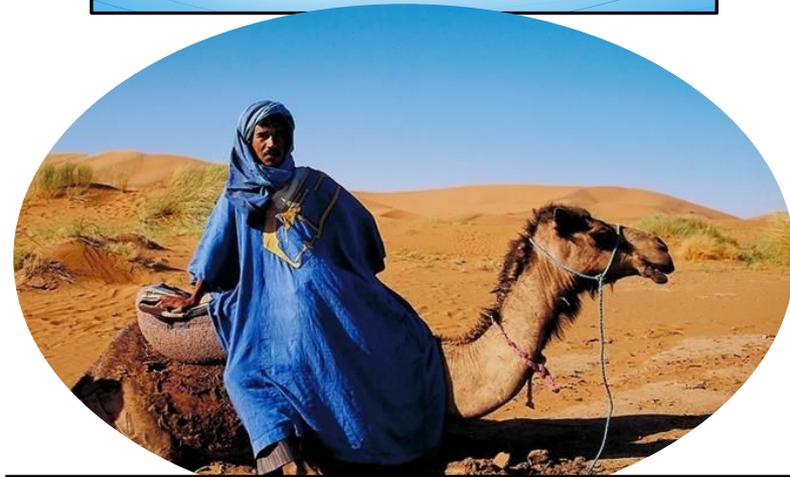
сухой климат с высокими температурами воздуха

Бушмены, арабы, австралийцы, индейцы



## Признаки:

- линейность телосложения;
- пониженное развитие мускульного и жирового компонента;
- снижены уровни основного обмена, холестерина крови, минерализации скелета;
- эффективная сосудистая регуляция потери тепла



# Горный адаптивный тип

недостаток кислорода  
(гипоксия) и понижение  
температуры среды

народы Кавказа

↓  
**Признаки:**

- массивность скелета;
- крупные размеры длинных костей;
- цилиндрическая грудная клетка с высокой ЖЕЛ;
- высокое содержание гемоглобина в крови;
- большее число и величина капилляров.



# Адаптивный тип человека городской среды



Адаптивные типы человека и  
большие расы