magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
O výživě 10. 2. 2014 | Jiří Brát

Cukr v potravinách a nápojích je třeba omezit!

URL článku: magazin/clanky/o-vyzive/Cukr-v-potravinach-a-napojich-je-treba-omezit!__s10010x8143.html

Přední světoví odborníci z oboru zdravotnictví se spojili v rámci výzvy „Akce proti cukru“ s cílem bojovat proti nárůstu obezity a diabetu.

Obezita představuje velký společenský problém nejen u nás, ale i ve Velké Británii a v řadě dalších zemí po celém světě. Globální kampaň „Akce proti cukru“ se chce **zaměřit na obrovské množství cukru přidávaného do potravin a nealkoholických nápojů**.

Boj proti soli je úspěšný

Aktivity v rámci kampaně plánují navázat na již **osvědčený model boje proti soli**, kdy **příjem soli klesl** například ve Velké Británii v letech 2001-2011 o 15% a obsah soli u většiny výrobků prodávaných v supermarketech byl snížen o 20 až 40 %. **Počet případů infarktů a mozkové mrtvice ročně se snížil o 6000** a společenská prospěšnost úsporou nákladů zdravotní péče tak byla vyčíslena na 1,5 miliardy liber.

O třetinu cukru méně

„Akce proti cukru“ počítá se snížením množství přidaného cukru v potravinářském průmyslu o 20 až 30 % v časovém horizontu 3 až 5 let. To by mělo za následek snížení kalorického příjmu ve výši přibližně 100 kcal denně. Tato hodnota je považována za významnou z hlediska možného dopadu na výskyt chronických onemocnění neinfekčního typu.

Zaměříme se na cukr v potravinách a nealkoholických nápojích

Vedoucí kampaně **profesor Graham MacGregor** zdůraznil: "Musíme teď řešit epidemii obezity jak ve Velké Británii, tak i po celém světě. Dosavadní vládní aktivity neměly žádný vliv na snížení příjmu kalorií. Musíme začít ucelený a strukturovaný plán postupného snižování celkového přijmu energie prostřednictvím pomalé redukce obsahu přidaného cukru v potravinách a nealkoholických nápojích.“

Snižování obsahu cukru je vedle snižování celkového obsahu tuku, nasycených mastných kyselin, transmastných kyselin či soli jedním z elementů širší snahy o zlepšení výživové hodnoty potravin.

Logo, které hlídá množství cukru

Obecně prospěšná společnost Vím, co jím a piju jakožto součást celosvětové iniciativy „Choices program“ sdružuje partnery, kteří se mimo jiné snaží omezovat obsah přidaného cukru ve svých produktech.

Logo „Vím, co jím“ na výrobcích upozorňuje spotřebitele, že **výrobek odpovídá kriteriím stanoveným mezinárodním vědeckým výborem pro danou skupinu potravin. Např. obsah přidaného cukru v rámci dané skupiny výrobků bývá obvykle nižší než v jiných srovnatelných výrobcích na trhu**.

zdroj: http://www.actiononsugar.org/

Copyright © 2024
Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz