



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)

[O zdraví](#) 3. 3. 2014 | Jiří Brát

# Sladidla ze stévie oživila trh s nealkoholickými nápoji

URL článku: [magazin/clanky/o-zdravi/Sladidla-ze-stevie-ozivila-trh-s-nealkoholickymi-napoji\\_\\_s10012x8194.html](http://magazin/clanky/o-zdravi/Sladidla-ze-stevie-ozivila-trh-s-nealkoholickymi-napoji__s10012x8194.html)

V posledních dvou letech uvedli výrobci nealkoholických nápojů na trh v celé Evropě asi 1200 výrobků se sladidly ze stévie. Většina výrobků se zaměřila na snížení obsahu cukru o 30 %, nicméně potenciál může být i vyšší (až 50 %).



## Sladká chuť zůstává

Používání jiných sladidel se většinou odráželo ve zhoršení chuti spojené s hořkou nebo kovovou pachutí. To ale není případ stévie. **Sladidla ze stévie jsou přírodního původu, mají podobnou chuť jako cukr, ale přibližně 300 krát vyšší sladivost a zároveň prakticky nulovou energetickou hodnotu.**

## Kde se nejvíce pijí slazené nápoje?

**Konzumace přidaného cukru v nealkoholických nápojích je spojována s nárůstem nadváhy a obezity v řadě zemí.** Podle zprávy Euromonitor International a analytičky z oblasti zdravého životního stylu Diany Cowland může mít rozšíření sortimentu o nápoje se stévií větší přínos zvláště v zemích

jako Argentina, Belgie, Velké Británie, Norsko a USA, kde je spotřeba slazených nealkoholických nápojů vysoká.

## **Snížený příjem energie snadno a rychle**

**„V případě snížení obsahu cukru o 30 % a vypití dvou plechovek nápoje denně to představuje snížení příjmu energie 6000 kilokalorií za rok, což představuje ekvivalent potenciálního zvýšení tělesné hmotnosti o 0,77 kg.“** uvedla Diana Cowland. Ke snížení příjmu energie může dojít, aniž bychom museli měnit stravovací návyky, případně se museli omezovat v chuti.

## **Logo Víím, co jím/Vím, co piju a stévie**

„Náhradní sladidlo stévie je **dobrá volba namísto cukru nebo medu**. Hlavně proto, že stévie je prakticky neenergetická. Je **vhodná i pro diabetiky**, jelikož glykosidy stévie podporují tvorbu inzulínu a napomáhají rychlejšímu poklesu krevního cukru (glykémie) po jídle,“ uvádí odborná garantka iniciativy Víím, co jím a piju PhDr. Karolína Hlavatá, Ph.D. Logo Víím, co jím/Vím, co piju nese i několik produktů, které jsou slazené stévií. Jsou to šmoulí sirupy - malina a lesní plody.



*Zdroje:*

*<http://www.euromonitor.com/stevia-adding-value-through-natural-the-resurgence-of-reduced-sugar/report>*

*[http://www.foodnavigator.com/Market-Trends/Stevia-boosts-reduced-sugar-drinks-](http://www.foodnavigator.com/Market-Trends/Stevia-boosts-reduced-sugar-drinks-category/?utm_source=newsletter_weekly&utm_medium=email&utm_campaign=Newsletter%2BWeekly&c=SPEKT1WYfLFrUeRytnjZlh0GydraHx%2BA)*

*[category/?utm\\_source=newsletter\\_weekly&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Newsletter%2BWeekly&c=SPEKT1WYfLFrUeRytnjZlh0GydraHx%2BA](http://www.foodnavigator.com/Market-Trends/Stevia-boosts-reduced-sugar-drinks-category/?utm_source=newsletter_weekly&utm_medium=email&utm_campaign=Newsletter%2BWeekly&c=SPEKT1WYfLFrUeRytnjZlh0GydraHx%2BA)*

---

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)