

CO NAPOVĚDÍ ETIKETY

Čtete obaly potravin, respektive věříte informacím, které z nich získáte? Průzkum, který uveřejnila iniciativa Víť, co jím a piju, odhalil, že tyto údaje jsou stále důležitější pro 57 % spotřebitelů. To je potěšující informace, vždyť jde o zdraví celé rodiny. *text: Regina Rothová*

Nejčastěji lidé hledají datum trvanlivosti a hned potom složení produktu. Méně často už výživové hodnoty. „Paradoxní je, že zatímco při výběru potravin se obávají nejvíce emulgátorů a dalších přídatných látek, mezi odborníky je za největší hrozbu považována právě výživová skladba. Zákazníci by proto měli více hledět na nutriční hodnoty. Nevhodně sestavený jídelníček je totiž příčinou řady onemocnění, jako jsou srdečně-cévní choroby, diabetes 2. typu, nadváha, obezita,“ upozorňuje PhDr. Karolína Hlavatá, Ph.D., odborná poradkyně iniciativy Víť, co jím a piju.

NEROZHODUJEME PODLE CENY

Nejdůležitějším kritériem pro výběr potravin je sice stále cena (za jeden z hlavních faktorů ji uvádí až 73 % Čechů), výsledky průzkumu však ukázaly, že roli hraje i jejich složení. Ovšem jen necelá polovina Čechů vnímá jako důležitý faktor výživovou hodnotu. Navíc otázkou zůstává, do jaké míry informacím o nutričním složení rozumějí. „Mám pocit, že těch, kteří začínají chápat informace na potravinách, přibývá. Už se nedívají jenom na éčka, ale začínají rozumět tomu, co jsou to bílkoviny, tuky, sacharidy. Možná někdy znají i rozdíl mezi nasycenými a nenasycenými tuky. Nejsou to však desítky procent lidí, jsou

to pouze jednotky a jejich počet stoupá pomalu,“ uvedl své zkušenosti Ing. Lumír Grussmann z Mlékárny Miltra.

VYBRAT „ZDRAVÉ“ POTRAVINY POMŮŽE DŮVĚRYHODNÉ LOGO

Průzkum rovněž odhalil, že by Češi uvítali značku potravin, jež by jim pomohla vybrat takové produkty, které odpovídají výživovým doporučením pro zdravý životní styl. Více než čtvrtina lidí považuje takový nápad za výborný. Není se čemu divit. 80 % dotázaných je totiž přesvědčeno, že kvalita potravin má přímý vliv na jejich zdravotní stav. Průzkum jednoznačně odhalil, že poslání iniciativy Víť, co jím a piju je správné. Udělování loga na základě jednoznačných kritérií a transparentnost propůjčování licence jsou totiž základem iniciativy nejen na světové úrovni, ale právě i v České republice. „Na jedné straně se snažíme lidi vzdělávat v tom, jak si správně vybrat potraviny – co pro ně výživové hodnoty na obalech znamenají a jak mohou ovlivňovat jejich zdraví. Na druhé straně usilujeme o zjednodušení výběru výživově hodnotných potravin právě prostřednictvím loga,“ vysvětluje podstatu iniciativy její ředitelka Ing. Lucie Gonzálezová. Zároveň dodává: „Naším cílem je, mimo jiné, působit na samotné výrobce, aby dodávali na trh výživově hodnotné potraviny.“ ■



NOVINKA Schauma Silver Reflex

Redukuje žluté
tóny blond a
šedivých vlasů



Stav našich vlasů ovlivňuje řada faktorů. Negativně se na něm podepisují mimo jiné vnější vlivy, jako jsou například sluneční záření či znečištěný vzduch. Tyto vlivy mohou být nejvíce patrné na šedivých a plavých vlasech, které jejich působením nepěkně žloutnou a časem ztrácejí přirozený lesk i jemnost. Značka Schauma od Schwarzkopf proto letos v lednu uvedla na trh nový šampon Schauma Silver Reflex určený pro šedivé a plavé vlasy.

Díky inovativní technologii proti nažloutlému odstínu dovede tento nový šampon rozzářit nejen šedivé vlasy, ale dodá mimořádný lesk i plavým, obzvláště barveným vlasům!

S přibývajícím věkem vlasové kořínky bohužel ztrácejí schopnost produkovat melanin – pigment, který vlasům dodává jejich přirozenou barvu. Vlasy postupně stále více blednou, vypadají zašedle a bez života. Svůj negativní podíl na tom přitom mají i vnější vlivy jako UV záření, volné radikály či znečištění vzduchu. Ty mohou způsobit nažloutlý odstín šedivých i barvených plavých vlasů.

Nový šampon Schauma Silver Reflex obnovuje zářivý odstín šedivých i plavých vlasů, viditelně omezuje nažloutlé odstíny a při mytí dodává vlasům lesk. Receptura se studenými barevnými pigmenty okamžitě neutralizuje nežádoucí žluté tóny a pečující složky posilují vlasovou strukturu.

Doporučená MOC 60,40 Kč.

inovice A13 10081377

Iniciativa Víť, co jím a piju je smluvním partnerem globální iniciativy The Choices Programme. Program Choices vznikl v roce 2007 z podnětu Světové zdravotnické organizace a Organizace OSN pro výživu a zemědělství. Ty totiž upozornily na živiny, které při nadměrné konzumaci mohou způsobovat civilizační onemocnění, jako jsou nadváha, obezita, diabetes 2. typu nebo srdečně-cévní onemocnění. Potraviny nesoucí logo „Víť, co jím“ neobsahují žádné nebo naprosto minimální množství nasycených mastných kyselin, transmastných kyselin, soli, resp. sodíku a přidaných sacharidů (jednoduchých cukrů). U některých druhů potravin navíc logo napovídá, že daný výrobek je bohatý na vlákninu a nedodá tělu přemíru energie, kterou by nebylo schopné efektivně zpracovat. V současné době je označeno 174 výrobků, mezi nimi těstoviny, směsi na pečení chleba (REJ), snídaně cereálie (BonaVita), zelenina a ovoce (Albert), přílohy (McCain) a další. Kompletní přehled najdete na seznamu označených výrobků (www.vimcojim.cz). Kritérii hodnocení je poukázat na kvalitní potraviny z hlediska jejich nutriční hodnoty. Označené výrobky odpovídají standardům ve čtyřech hlavních kategoriích: transmastné kyseliny, nasycené mastné kyseliny, sodík, cukr, v některých kategoriích je hodnocena energie a vláknina.