



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 příjmu 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 Víím, 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 kritériím 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 © 2023

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