

Kupčki sladkorja v sladkih pijačah

Pollitrška plastenka pijače Aloe vera z okusom grozdja vsebuje kar devet žličk sladkorja. Plastenka pijače Bravo multivit pa vsebuje skoraj sedem žličk sladkorja ...

STA, A. Š. / Ljubljana

17. 9. 2016, 12:58



Že velikokrat smo pisali o tem, koliko nepotrebne sladkorja vsebujejo številne priljubljene pijače na trgovskih policah. Na škodljivost tovrstnih pijač pogosto opozarjajo zdravniki in drugi strokovnjaki, pred denim letom pa je enajst podjetij iz sektorja proizvodnje brezalkoholnih pijač podpisalo listino petih zavez odgovornosti na področju zdravega življenjskega sloga.

Po podatkih Gospodarske zbornice Slovenije (GZS) je sicer prodaja brezalkoholnih pijač lani ostala na isti ravni kot leta 2014, pitje sladkanih pijač pa po ugotovitvah Nacionalnega inštituta za javno zdravje NIJZ upada.

Odgovornost



Listina samoregulative, ki so jo lani podpisala podjetja, zajema konec oglaševanja otrokom, mlajšim od 12 let, odgovorno obnašanje v šolah in označevanje energijske vrednosti na prednji strani embalaže. Vključena je tudi ponudba različnih izdelkov in spodbujanje zdravega življenjskega sloga pri zaposlenih v podjetjih in tudi v širši družbi, so zapisali na GZS

"Pred enim letom je sektor sam sebi zastavil ambiciozne cilje in verjamem, da bomo na podlagi podatkov za letošnje leto že izkazovali bistven napredek pri implementaciji zavez v primerjavi z lanskim letom," je poudarila direktorica Zbornice kmetijskih in živilskih podjetij na GZS Tatjana Zagorc. *"Tudi ostali sektorji ne mirujejo. Prepričana sem, da se bo sektorju brezalkoholnih pijač v letošnjem letu pridružil še mlečnopredelovalni, ki je v zaključku usklajevanja svojih zavez odgovornosti,"* je dodala v pisni izjavi za javnost.

Na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje te aktivnosti pozdravljajo in podpirajo. Eno od ključnih področij delovanja javnega zdravja je namreč tudi spodbujanje prehrabene industrije k preoblikovanju izdelkov v bolj zdravju naklonjene.

Po podatkih GZS je sicer prodaja brezalkoholnih pijač v letu 2015 ostala na isti ravni kot leta 2014. Poraba brezalkoholnih pijač brez vode, sokov in nektarjev je znašala 96 litrov na prebivalca, kar je 25 odstotkov manj kot leta 2010, ko je poraba znašala 127,6 litrov na prebivalca.

Pri šolarjih izboljšanje

Na podlagi podatkov, ki so jih zbrali podpisniki zavez, so ugotovili, da je bilo lani na slovenski trg danih 2,1 milijona hektolitrov brezalkoholnih pijač. Energijski iznos omenjene količine pa medtem v povprečju znaša 19,1 kilokalorij na 100 mililitrov pijače.

Na NIJZ medtem ugotavljajo, da se je delež šolarjev, ki vsak dan pijejo sladkane pijače, med letoma 2002 in 2014 znižal z 39,6 odstotka na 24,3 odstotka. Vsaj eno sladkano pijačo tako vsak dan spiže vsak četrti šolar, pogosteje pa jih uživajo starejši šolarji ter fantje, je pokazala raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju, ki so jo izvedli med letoma 2002 in 2014.



Podoben trend opazajo tudi med odraslimi prebivalci Slovenije. V obdobju 2001-2012 se je statistično značilno zmanjšal delež tistih, ki te pijače uživajo več kot enkrat do trikrat na teden. Pogosteje jih

uživajo moški, stari med 25 in 39 let, ljudje z nižjo stopnjo izobrazbe ter tisti, ki opravljajo težka fizična dela.

Leta 2012 so opazili večji delež vsakodnevnega uživanja teh pijač v vzhodni Sloveniji, še posebej v murskosoboški regiji, so pokazali rezultati raziskave Zdravje in vedenjski slog prebivalcev Slovenije, starih od 25 do 64 let.

Na inštitutu se zavzemajo za celovite in dolgotrajno vzdržne sistemske ukrepe, ki bodo ljudem dali veščine in pripomočke za preudarno odločanje o zdravih izbirah. Zagotavljati pa morajo tudi okolje, ki bo take izbire tudi omogočalo in jih spodbujalo, so navedli. Ob tem pa so izpostavili so tudi pomen telesne dejavnosti.

Koliko sladkorja vsebujejo sladke pijače

Na portalu Zveze potrošnikov Slovenije veskajjes.si smo preverili, koliko sladkorja vsebujejo nekatere priljubljene pijače. Pollitrška plastenka pijače Aloe vera z okusom grozdja vsebuje kar devet žličk sladkorja. Plastenka pijače Bravo multivit pa vsebuje skoraj sedem žličk sladkorja.

Zelo bogata s sladkorjem je denimo Fanta, ki ima v pollitrški plastenki več kot deset žličk sladkorja. Fanto pa premaga slavna Coca cola, ki ima več kot enajst žličk sladkorja. Kokta vsebuje deset žličk sladkorja, Fructalov hruškov nektar pa denimo v pol litra vsebuje skoraj devet žličk sladkorja.

Mnogi si v dobri veri, da se bodo izognili sladkorju, kupijo vodo z okusom, ki pa vsebuje veliko sladkorja. Voda Costella s okusom granatega jabolka denimo vsebuje skoraj štiri žličke sladkorja. Dana s sokom gozdne jagode pa vsebuje natanko štiri žličke sladkorja.