



## UPORABA PREHRANSKIH IN ZDRAVSTVENIH TRDITEV NA ŽIVILIH STANJE NA SLOVENSKEM IN EVROPSKEM TRŽIŠČU

Doc. dr. Igor Pravst, Dr. Anita Kušar  
INŠTITUT ZA NUTRICIONISTIKO

VELIKI SPOMLADANSKI ŽIVILSKI SEMINAR  
GZS, LJUBLJANA, 17.4.2014

## PREHRANSKE IN ZDRAVSTVENE TRDITVE NA ŽIVILIH (V7-1107)

Razpis 2011 - CRP „Zagotovimo.si hrano za jutri“

Težišče	Prehranska varnost Slovenije
Tematski sklop	Varnost živilske verige
Tema	Uporaba prehranskih in zdravstvenih trditev na živilih v Sloveniji
Izvajalci	Inštitut za nutricionistiko (nosilec projekta) Univerza v Ljubljani, Biotehniška fakulteta (UL BF) Visoka šola za storitve (VIST)

Trajanje projekta: 1.10.2011-30.9.2013\*

\*nadaljevanje v okviru raziskovanega programa MR do 2017

## PREHRANSKE IN ZDRAVSTVENE TRDITVE NA ŽIVILIH

Namen raziskave

Ugotoviti pogostost in ustreznost uporabe prehranskih in zdravstvenih trditev na tržišču ter ovrednotiti njihov vpliv na potrošnike.

Znanstveno strokovna podpora MKO na področju nadzora živil oz. uporabe trditev na živilih

Pomoč pristojnim organom pri organizaciji in izvajanju nadzora na področju živil

Pomoč nosilecem živilske dejavnosti – ugotovljene neskladnosti in pomanjkljivosti, s ciljem priprave ustreznih označb

Pomoč potrošniku, zagotavljanje pravice do varnosti, obveščenosti in izbire



## RAZŠIRJENOST UPORABE TRDITEV

## METODOLOGIJA

### Popis trditev na izdelkih na tržišču

- Popis v maloprodajnih trgovinah: hipermarket, dva supermarketa in diskont
- Popis vseh izdelkov izbranih kategorij živil, ko so bili dosegljivi v izbranih trgovinah.
- Natančen popis izdelka s trditvami in prehransko sestavo



## REZULTATI – PREHRANSKE TRDITVE

Kategorija	št. izdelkov	Delež izdelkov, označen s	
		prehransko trditvijo	zdravstveno trditvijo
Rastlinski nadomestki jogurta	32	81 %	53 %
Žita za zajtrk	308	69 %	29 %
Rastlinski nadomestki mleka	32	63 %	6 %
Jogurti in fermentirani mlečni napitki	384	59 %	50 %
Sadni sokovi, nektarji in smothiji	290	58 %	17 %
Brezalkoholne pijače in vode	512	49 %	10 %
Mleko	63	44 %	11 %
Maslo in namazi	225	42 %	17 %
Kruh in pekarski izdelki	354	35 %	7 %
Rastlinska olja	206	31 %	18 %
Žvečilni gumiji	74	26 %	23 %
Predelana morska hrana	268	21 %	3 %
Piščoti	366	19 %	4 %
Testenine in riž	461	18 %	11 %
Jajca	45	18 %	4 %
Drugi mlečni izdelki	190	18 %	3 %
Siri	555	16 %	4 %
...	...	...	...
<b>SKUPAJ</b>	<b>6348</b>	<b>27 %</b>	<b>12 %</b>



## NAJPOGOSTEJŠE PREHRANSKE TRDITVE

najpogosteje vezane na:

- **vitamine (9%)**
  - najpogosteje vitamin C (4%), tiamin, niacin, vitamin B6 in vitamin E
- **minerale (7%)**
  - najpogosteje (5%) kalcij, železo, magnezij
- **prehransko vlaknino (6%)**
- **maščobe**
- **sladkorje**
- **probiotične kulture**
- **omega-3 maščobne kisline**




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## NAJPOGOSTEJŠE PREHRANSKE TRDITVE

Kategorija PT	Kategorija hranila	
brez dodanih sladkorjev vir hranila	Sadni sokovi in smoothiji	vit C vitamini
vir hranila vir prehranske vlaknine visoka vsebn.pre.vlakn. brez dodanih sladkorjev	Žita za zajtrk	prehransko vlaknina vitamini železo kalcij
vir hranila visoka vsebnost hranila nizka energijska vrednost	Brezalkoholne pijače (brez sadnih sokov)	vitamini minerale
vir hranila	Mleko	kalcij
vir hranila lahko nizka vsebnost maščob	Jogurti in jogurtovi napitki	probiotične kulture maščobe kalcij




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## PREHRANSKE TRDITVE

- Prehranska trditve pogosto ni bila podkrepljena z vsebnostjo hranila/snovi (ca 30%)
- Prehranske trditve neupravičeno prezre – veliko možnosti označevanja izdelkov s prehranskimi trditvami.
  - vir vlaknin
  - visoka vsebnost vlaknin
  - naravni vir kalcija




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## MEDNARODNA PRIMERJAVA

Slovenija, 2011

Irska, 2007

	27%	izdelkov s PT	47%	
69%	žita za zajtrk	PT - živilo	zamrznjeno sadje in zel.	86%
59%	jogurti		žita za zajtrk	85%
58%	sadni sokovi in smoothiji		sadni sokovi in smoothiji	83%
49%	brezalkoholne pijače		mleko	62%
44%	mleko			
	prehranska vlaknina	PT - hranilo	maščobe	
	kalcij		vitamini	
	vitamini		sladkor	
	maščobe		minerali	



## REZULTATI – ZDRAVSTVENE TRDITVE

Kategorija	št. izdelkov	Določ. izdelkov, označen s	
		prehransko trditvijo	zdravstveno trditvijo
Rastlinski nadomestki jogurta	32	81 %	53 %
Jogurti in fermentirani mlečni napitki	384	59 %	50 %
Žita za zajtrk	308	69 %	29 %
Žvečilni gumiji	74	26 %	23 %
Čaji	416	11 %	19 %
Rastlinska olja	206	31 %	18 %
Maslo in namazi	225	42 %	17 %
Sadni sokovi, nektarji in smoothiji	290	58 %	17 %
Mleko	63	44 %	11 %
Testenine in riž	461	18 %	11 %
Brezalkoholne pijače in vode	512	49 %	10 %
Kruh in pekarški izdelki	354	35 %	7 %
Grah, fižol in leča	104	10 %	6 %
Rastlinski nadomestki mleka	32	63 %	6 %
...	...		
<b>SKUPAJ</b>	<b>6348</b>	<b>27 %</b>	<b>12 %</b>



## POGOSTOST POJAVLJANJA RAZLIČNIH KATEGORIJ ZDRAVSTVENIH TRDITEV

Kategorija oz. povezava z zdravjem	
Splošna trditve	45%
Uravnavanje teže/apetita	15%
Prebava	13%
Razpoloženje	8%
Antioksidant / zaščita pred radikali	7%
Imunski sistem	6%
Glikemični odziv	5%
Kosti/zobje	5%
Srce	4%
Metabolizem / biosinteza	3%
Holesterol	2%



## NAJPOGOSTEJŠE ZDRAVSTVENE TRDITVE

Kategorija ZT		Kategorija hranila
prebava uravnavanje teže	Jogurt in jogurtovi napitki	probiotične kulture maščobe izdelek
uravnavanje teže imunski sistem prebava glikemični odziv	Žita za zajtrk	izdelek prehranska vlaknina maščobe, kalcij
zobje	Žvečilni gumiji	sladkorji (brez dodanih sladkorjev)
antioksidant prebava razpoloženje	Čaji	rastlinske snovi (botanicals)
srce	Rastlinska olja	nenasičene maščobe vit E



## ZDRAVSTVENE TRDITVE

Pogosta uporaba presplošnih zdravstvenih trditvev.

- če je na živilu splošna zdravstvena trditev, jo mora spremljati tudi konkretna zdravstvena trditev

Pomanjkljivo označevanje izdelkov z ZT!

- Zdravstveno trditev mora spremljati izjava glede pomembnosti raznolike in uravnotežene prehrane ter zdravega načina življenja
- navodila za uporabo – količina živila in zahtevan vzorec uživanja, ki je potreben za zatrjevani ugodni učinek

Pogosto izražanje zdravstvene trditve s sliko, brez besedne interpretacije ZT



## MEDNARODNA PRIMERJAVA

Slovenija, 2011

Irska, 2007

	12%	Izdelkov z ZT	18%	
53%	jogurt in jogurtovi napitki	ZT - živilo	jogurt in jogurtovi napitki	50%
29%	žita za zajtrk		žita za zajtrk	42%
17%	maslo in namazi		mleko	36%
17%	sadni sokovi in smothiji		maslo in namazi	30%
	prebava uravnavanje teže imunski sistem	kategorija ZT	uravnavanje tel. teže prebava zobje/kosti holesterol	



## SESTAVA ŽIVIL OZNAČENIH S TRDITVAMI

### IZBOR ŽIVIL / SNOVI / TRDITEV

- izbrane pogoste snovi, na katere se nanašajo trditve
  - prehranske vlaknine
  - omega-3 maščobne kisline
- izbrane zanimive kategorije živil, na katerih so bile trditve za te snovi
  - prehranske vlaknine  
žita za zajtrk, testenine, piškoti
  - omega-3 maščobne kisline  
namazi, jajca
- usmerjen naključen izbor izdelkov, da bi zajeli čim več različnih proizvajalcev (poletje 2012)
- laboratorijske analize izdelkov
- ocenjevanje označb



### FUNKCIONALNI IZDELKI Z OMEGA-3 MAŠČOBNIMI KISLINAMI (N=9)

Pоловица izdelkov ni imela označene vsebnosti omega-3 maščob

- posebej pereč problem jajca z omega-3, saj podatka o vsebnosti ni bilo na nobenem vzorcu
- laboratorijske analize so potrdile, da so vzorci vsebovali omega-3 maščobne kisline

Pogosta je uporaba grafičnih znakov v obliki srca, brez dodatnih pojasnil (brez konkretne trditve)

#### PROBLEM:

- potrošnik nima vpogleda v sestavo izdelka in količino prisotnih koristnih snovi



## FUNKCIONALNI IZDELKI S PREHRANSKIMI VLAKNINAMI (N=22)

- Glede izpolnjevanja pogojev za rabo trditev problematične zlasti testenine.
- Prenizka vsebnost vlaknin za uporabo trditev
- Označena vsebnost prehranskih vlaknin se je v večini primerov (>90%) ujemala z rezultati laborator. preizkusov.
- Uporabljajo se preveč splošne in neodobrene zdravstvene trditve.
  - za hujšanje (weight-control)
  - ugoden vpliv na prebavo
  - zniževanje glikemičnega odziva




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## KAKO NAPREJ?



Izvedeni projekt je bil izjemno uspešen z vidika povezovanja raziskovalnih skupin in kandidiranja na drugih projektih.

V okviru projekta začetno delo se nadaljuje:

- **FP7/CLYMBOL (2012-2016)**
- **FP7/REDICALIM (2013-2016)**
- **Mladi raziskovalci (ARRS razpis, 2013- 2017)**




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## KAKO NAPREJ?



**FP7/CLYMBOL ('Role of health-related claims and symbols in consumer behaviour')**

- Evropski (7OP) raziskovalni projekt CLYMBOL, ki bo raziskoval razumevanje zdravstvenih trditev na živilih in vpliv le-teh na odločitve o nakupu
- 4-letni projekt (2012-2016), koordiniran iz Belgije (EUFIC)
- Vodilno vlogo pri raziskavah imamo prav raziskovalci iz Slovenije (Univerza v Ljubljani, Inštitut za nutricionistiko)
- **Cilj projekta je ugotoviti, ali lahko zdravstvene trditve na živilih prispevajo k bolj zdravemu prehranjevanju.**




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## KAKO NAPREJ?



### FP7/REDICALIM (REduction of Disease risk CLAIMs on food and drinks)

- Evropski (7OP) projekt REDICLAIM, kjer raziskujemo probleme pri znanstvenem dokazovanju in uporabi zdravstvenih trditev, ki se nanašajo na zniževanje tveganj za razvoj bolezni
- 3-letni projekt (2013-2016), koordiniran iz Velike Britanije (University of Surrey)
- Vodilno vlogo pri raziskavah imamo prav raziskovalci iz Slovenije (Inštitut za nutricionistiko, Univerza v Ljubljani)
- **Cilj projekta je ugotoviti pomen uporabe zdravstvenih trditev (industrija/država) in opredeliti s tem povezane probleme, ki jih bo potrebno v prihodnosti urediti.**



---

---

---

---

---

---

---

---