



Snižování obsahu soli v potravinách

Doc. Ing. Jiří Brát, CSc.

PK ČR a ČTTP

Tisková konference Ministerstva zdravotnictví ČR

24. února 2016

Klíčové živiny ve výživě

Dle expertní skupiny WHO/FAO 2003 mohou za stále se zhoršující zdravotní stav populace 4 klíčové živiny ve výživě

**Nasyčené
mastné kyseliny**

**Trans mastné
kyseliny**

Sodík / sůl

Cukr

KVO

Hypertenze Obezita

KVO

Holandské předsednictví EU

- Priorita předsednictví – zlepšování výživové hodnoty
- Vědecký přístup, sběr dat, výměna zkušeností, podpora inovací
- Strategický plán „Roadmap for action“
- Snížení příjmu soli, nasycených MK a přidaných cukrů
- Cíle pro sůl sdíleny s WHO – průměrné 30% snížení v populaci a méně než 5 gramů v roce 2025



PK se ráda zapojí do výzvy a osloví své členy

- Diskuse o zlepšování výživové hodnoty již probíhají
- PK začala pracovat na odstraňování používání částečně ztužených tuků z výrobků původem v ČR
- Příklad z praxe: dobrovolná dohoda předních výrobců (Hügli, Nestlé, Unilever, Vitana) o snížení obsahu v dehydratovaných výrobcích na 1,2 g sodíku na jednu porci v letech 2009–2014
- Výsledky prezentovány v březnu 2015 a byly zařazeny jako jeden z příkladů za ČR i do evropské brožury vydané v rámci veletrhu EXPO 2015 věnované tématu, co dělá průmysl pro zlepšení stravovacích návyků a životního stylu
- Další skupiny potravin mohou následovat

Členové Potravinářské komory ČR – Hügli Food, Nestlé Česko, Unilever, Vitana – se v roce 2009 zavázali snížit obsah sodíku ve značkových dehydratovaných kulinařských výrobcích nejméně na úroveň poloviny doporučeného denního množství, tj. 1,2 gramu sodíku či méně, na jednu porci. Po pěti letech, které uplynuly od oznámení tohoto závazku, můžeme konstatovat, že tyto členové byli ve své snaze úspěšní.

„Celkový denní příjem sodíku, zvláště soli, potravou by neměl převyšovat 2,4 g na dospělého. Tato doporučení tuzejským odborníkům i Evropské komise a Světové zdravotnické organizace si uvědomujeme a mnozí naši výrobci značkových kulinařských výrobků je tímto záhodným směrem“, řekl v roce 2009 prezident Potravinářské komory ČR Miroslav Toman.

Na konci roku 2014 výrobci svůj závazek vyhodnotili s tím, že mu plně dostali. Společnost Vitana v průběhu let 2009 – 2014 postupně u všech dehydratovaných značkových výrobků (více než 90 výrobků) snížila obsah soli nejméně na polovinu doporučeného denního množství, tj. 1,2 g, přičemž u 8 výrobků dále pracuje na snížení obsahu soli pod uvedenou úroveň. Od roku 2009 také začala na tm přiznávat s alternativními výrobky se sníženým obsahem soli (Natur polévky, Natur bujony a kořenící směsi).

Také společnost Hügli Food s.r.o. ohlásila úspěšné splnění závazku, a to nejen na českém trhu, kde se podřítilo snížit obsah sodíku na požadovanou úroveň. K výraznějšímu „dosazení“ došlo také u výrobků určených na zahraniční trh.

Nestlé Česko ke konci roku oznámilo, že u naprotě většiny polévek a hotových pokrmů závazek splnilo a spotřebitel se o tom může přesvědčit na obalech výrobků, kde množství sodíku na 1 porci nepřesahuje 1,2 g (tj. 3 g soli). Některé výrobní skupiny se již pohybuji pod touto hranicí a pokračují ve stávajícím trendu s úsilím snižovat. U instantních nudlí, které mají specifickou recepturu danou šetrnostními prostředky dané kategorie (kořenění a ořeš), společnost intenzivně pracuje na reformulaci receptury.

Stejně tak společnost Unilever, která ke konci roku 2014 uváděla na trh 41 produktů značky Knorr, u 37 z nich obsah snížila obsah sodíku na hodnotu 1,2 g a méně na 1 porci podle závazku z roku 2009. U 3 produktů byla hodnota sodíku snížena na 1,5 g a u jednoho na 2 g. U šesti z produktů bude společnost i nadále usilovat o doporučené snížení sodíku v rámci zlepšování výživy a výživových hodnot výrobeků. Úspěšnost jež je součástí Plánu udržitelného rozvoje, ke kterému se společnost zavázala do konce roku 2020.

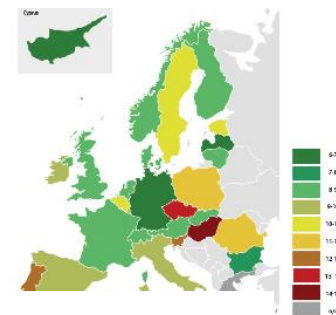
Všechny společnosti ohlásily zjevně zlepšení informování spotřebitelů a zavedení dobrovolného značení výživových údajů na 1 porci včetně uvedení % z referenční hodnoty příjmu na obalech značkových výrobků.

I přes to, že tyto členové nezačali od nuly a své individuální projekty zahájili již dříve, je tato snaha dokladem toho, že reformulační vyzývání čas a nezeje je úspěšné. „Snižování obsahu kritizovaných živin je dlouhodobou záležitostí, jak z hlediska jeho dosažení ve výrobě, tak z hlediska vlivu na chuťové preference spotřebitelů“, doplnil prezident Toman. Výrobci tak splněním závazku podpořili zdravý životní styl spotřebitelů a nadále budou pokračovat ve snahách o snižování obsahu clivě vlnímých živin ve svých výrobcích.



Snížit obsah soli lze

- Optimalizace obsahu soli – snížení o 10–15 % je možné, aniž by to spotřebitel poznal na chuti a výrazně to ovlivnilo technologické vlastnosti.
- Je nutno pamatovat na
 - bezpečnost potravin (sůl brání pomnožení nežádoucích mikroorganismů),
 - technologii výroby (textura těsta, masných výrobků, řízení fermentačních procesů),
 - chuť výrobků (snížení obsahu soli nemůže být na úkor odmítání spotřebitelem).
- Jednotný systém sběru dat v Evropě, budování databáze potravin na trhu v ČR (plán Zdraví 2020), složení potravin na trhu a možnosti sledovat vývoj spotřeby v čase) dobré zkušenosti z Francie, Holandska
 - důležitost analýz srovnávání výrobků mezi sebou, ale i srovnávání mezi jednotlivými zeměmi, jak jsme na tom s obsahem soli v jednotlivých druzích potravin
- Je nutno hledat nové cesty, jak oslovit a edukovat spotřebitele.



SE SNÍŽENÝM OBSAHEM (NÁZEV ŽIVINY)

Tvrzení, že byl obsah jedné nebo více živin snížen, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy, pokud snížení obsahu představuje alespoň 30 % ve srovnání s podobným produktem, s výjimkou mikroživin, pro něž je přijatelný 10 % rozdíl referenčních hodnot stanovených ve směrnici Rady 90/496/EHS, a sodíku nebo rovnocenné hodnoty soli, pro něž je přijatelný 25 % rozdíl.

Jak na sůl

- Nejen snižovat obsahu soli ve výrobcích, ale i rozšiřovat sortiment
 - např. arašídy solené a nesolené
 - na trhu výrazně převládají solené, někdy nesolené neseženete, bývají často i výrazně dražší, v restauraci výhradně solené – stimulace konzumace nápojů
- Využívat moderní technologická řešení
 - solicí směsi, modifikovaná mikrostruktura soli, kombinace soli, koření a bylinek, zvýraznění profilu chuti
 - lepší sdílení zkušeností (expertní systémy v rámci EU)
- Nepřisolovat, co je na talíři (odstranění slánek ze stolů v restauracích)
- Při používání polotovarů nutno sledovat výživovou hodnotu produktů a jejich přínos pozitivní či negativní pro přípravu pokrmů
 - důležité je dávkování, vhodně koncipovaný výrobek může přispět k výraznému snížení obsahu soli v konečném pokrmu
 - uvážlivé kombinace čerstvých surovin včetně zeleniny a polotovarů (např. vaření zcela bez soli)

Děkuji za pozornost