

## SPOROČILO ZA JAVNOST

Rezultati raziskave kakovosti živil v različnih Evropskih državah:  
**V Sloveniji je še veliko prostora zaboljšave sestave živil**

V zelo ugledni znanstveni reviji *European Journal of Clinical Nutrition* založbe *Nature Publishing* so bili objavljeni rezultati raziskave kakovosti živil v različnih evropskih državah. Raziskava je potekala v okviru evropskega raziskovalnega projekta CLYMBOL, ki ga sofinancira Evropska komisija, v Sloveniji pa ga izvajata *Univerza v Ljubljani* in *Inštitut za nutricionistiko*. V raziskavi smo preverjali prehransko kakovost predpakiranih živil v Sloveniji, Nemčiji, Španiji, Veliki Britaniji in na Nizozemskem, posebno pozornost pa smo posvetili živilom, ki jih proizvajalci označujejo kot bolj zdrava, ali s posebnimi ugodnimi prehranskimi lastnostmi. V omenjenih državah so bila naključno vzorčena živila, za katere smo nato ocenjevali celokupno prehransko sestavo. Razvrščanje je potekalo z uporabo profiliranja živil in pogojev, ki se v nekaterih razvitih državah že uporabljajo za omejevanje uporabe zdravstvenih trditev na živilih z manj ugodno prehransko sestavo. V raziskavi smo ugotovili, da je pogoje za razvrstitev med bolj zdrava živila najmanj vzorcev izpolnjevalo v Sloveniji, največ pa v Veliki Britaniji. Rezultati so pokazali, da imajo s prehranskimi in zdravstvenimi trditvami označena živila sicer v povprečju nekoliko bolj ugodno prehransko sestavo, se pa tovrstne trditve še vedno pogosto pojavljajo na živilih, ki bi jih težko razvrstili med zdrava živila.

Na tržišču Evropske Unije je izjemno veliko različnih živil, proizvajalci pa svojo konkurenčno prednost pogosto izpostavljajo tako, da na živila navedejo posebne prehranske lastnosti živil, ali celo ugodne vplive živil na zdravje. V okviru evropskega raziskovalnega projekta CLYMBOL smo med drugim preverjali, kakšna je prehranska kakovost predpakiranih živil v različnih evropskih državah, še posebej pa nas je zanimalo, ali imajo živila, ki navajajo posebne prehranske prednosti in vplive na zdravje, v resnici tudi bolj ugodno celokupno prehransko sestavo. V vzorčenje smo zajeli dobrih 2000 živil, ki smo jih kupili v trgovinah v Sloveniji, Nemčiji, Španiji, Veliki Britaniji in na Nizozemskem. Vzorčenje je potekalo po posebnem postopku, ki je zagotavljal primerljivost med državami, temeljil pa je na naključnem izboru živil. Vsem živilom smo glede na označeno hranilno vrednost ter upoštevajoč podatkovne baze o prehranski sestavi živil določili hranilno vrednost, ki je bila osnova za nadaljnja vrednotenja. Pri vrednotenju smo uporabili poseben sistem profiliranja živil,<sup>1</sup> ki je bil razvit za identifikacijo živil z manj ugodno prehransko sestavo. **Doc. dr. Igor Pravst**, Inštitut za nutricionistiko: »V raziskavi smo ugotovili, da je pogoje za razvrstitev med živila z ugodnejšo prehransko sestavo izpolnjevalo 43% vseh vzorčenih živil, in 61% živil, ki so bila s strani proizvajalcev označena s posebnimi prehranskimi ali zdravstvenimi lastnostmi. Čeprav raziskava ni bila izvedena na

<sup>1</sup> FSANZ NPSC (Food Standards Australia New Zealand's Nutrient Profiling Scoring Criterion) – takšen sistem profiliranja že uporabljajo v Avstraliji in Novi Zelandiji za omejevanju uporabe zdravstvenih trditev na živilih, ki imajo manj ugodno prehransko sestavo

*način, da bi lahko z gotovostjo poročali o statistično značilnih razlikah med državami, je bila zanimiva ugotovitev, da je bilo najmanj živil z ugodno prehransko sestavo vzorčenih prav v Sloveniji. Izmed vseh vzorčenih živil jih je bilo v skupino prehransko bolj ugodnih živil pri nas razvrščenih le 39% vzorcev, medtem ko je bilo v Veliki Britaniji takšnih vzorcev 53%. Podobni so tudi rezultati vrednotenja živil, ki so bila s strani proizvajalcev označena kot zdrava. Le 50% takšnih vzorcev iz Slovenije je izpolnjevalo kriterije za prehransko ugodna živila, medtem ko je bil ta delež na Nizozemskem kar 81%.«*

Tudi pogostost navajanja prehranskih in zdravstvenih trditev ter simbolov na živilih je bila med državami precej različna. Upoštevaje podatke iz vseh petih držav lahko rečemo, da je bila približno ena četrtnina vseh vzorčenih živil označena s takšnimi trditvami. Še posebej pogoste pa so bile prehranske trditve, ki smo jih v Sloveniji našli na 19% živil, medtem ko so bile zdravstvene trditve prisotne na 13% vzorčenih živil. Upoštevajoč vsebnost posameznih hranil smo ugotovili, da z zdravstvenimi trditvami označena živila v povprečju sicer vsebujejo nekoliko manj energije, sladkorja, nasičenih maščob in natrija, ter več prehranskih vlaknin, vendar pa razlike večinoma niso bile zelo velike. **Prof. dr. Mike Rayner**, Univerza v Oxfordu: *»Če bi bila naloga uporabe prehranskih in zdravstvenih trditev na živilih promocija zdravja prebivalcev Evrope, bi na osnovi rezultatov raziskav lahko zaključili, da svoje naloge ne opravljajo prav dobro. Po mojem mnenju bi bila zelo primerna uvedba posebnih prehranskih pogojev za tako označena živila. V naši raziskavi smo ugotovili, da bi uvedba takšnih meril, četudi ne preveč strogih, pomembno izboljšala hranilno sestavo živil, ki se predstavljajo kot bolj zdrava, še vedno pa ostaja odprto vprašanje, kako pomemben bi bil vpliv takšnih razlik na širše javno zdravje.«*

**Doc. dr. Anita Kušar**, Inštitut za nutricionistiko: *»Raziskava je pokazala, da je na področju sestave živil prostora za izboljšave še veliko, tudi v Sloveniji, vendar pa bo potreben tudi premik na strani potrošnikov. Če bomo potrošniki bolj posegali po živilih z ugodno prehransko sestavo, se bo na povečano povpraševanje živilska industrija hitro odzvala s povečano ponudbo. Navaditi pa se bo potrebno na nekoliko manj sladka, manj mastna in manj slana živila, pogosteje pa bomo morali posegati tudi po polnovrednih živilih. Tudi vse nas, ki izvajamo programe promocije pestre in uravnotežene prehrane, čaka še veliko dela. Na Inštitutu za nutricionistiko izvajamo program promocije zdravja, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje, v okviru katerega med drugim spodbujamo proizvajalce živil, da bi potrošnikom ponudili še več živil z ugodno prehransko sestavo. V ta namen organiziramo tudi izbor najbolj inovativnih živil – prav te dni smo objavili že naš tretji razpis, najbolj inovativna živila leta 2017 pa bomo javnosti predstavili januarja drugo leto. Ključni parameter pri ocenjevanju je prav prehranska sestava živil, ki morajo biti proizvedena v Sloveniji.«*

## **O projektu CLYMBOL**

Spodbujanje potrošnikov k nakupu bolj zdravih živil je ena od poti k izboljšanju njihove prehrane. Zdravstvene trditve in simboli na označbah živil so lahko v pomoč potrošnikom za bolj zdrave izbire, vendar njihov vpliv ni dobro raziskan. Razširjenost uporabe različnih z zdravjem povezanih trditev na živilih, prehranska sestava živil in vplivi trditev na potrošnike so predmet raziskovanj evropskega projekta CLYMBOL, sofinanciranega s strani Evropske komisije. Projekt koordinira *European Food Information Council* (EUFIC) iz Bruslja, v Sloveniji



**Inštitut za nutricionistiko, Tržaška cesta 40, 1000 Ljubljana**  
Tel: +386 (0)590 68870 Fax: +386 (0)1 3007981 E-mail: [info@nutris.org](mailto:info@nutris.org)  
[www.nutris.org](http://www.nutris.org)

pa ga izvajata Univerza v Ljubljani in Inštitut za nutricionistiko. Dr. **Sophie Hieke**, vodja raziskav za potrošnike pri EUFIC: »Na odnos potrošnika do prehranskih in zdravstvenih trditev ter njihovo razumevanje in zaupanje vanje, vpliva več dejavnikov. Potrošniki bolj zaupajo trditvam, če poznajo hranilo ali snov na katero se trditev nanaša, ter če je trditev relevantna njihovi osebni situaciji oz. zdravstvenemu stanju. Dolgih trditev z veliko podatki pogosto ne preberejo, trditev, v katerih je uporabljen „znanstveni jezik“, pa pogosto ne razumejo. Če povzamemo, imajo potrošniki raje kratke in razumljive trditve. Raziskovalci projekta CLYMBOL so do takšnega zaključka prišli z uporabo različnih kvalitativnih metodoloških pristopov, ki so omogočili poglobljeno razumevanje vedenja potrošnikov in procesa odločanja pri izboru živil.«

### **Povezava do znanstvenega članka z rezultati raziskave:**

Kaur, A.; Scarborough, P.; Hieke, S.; Kusar, A.; Pravst, I.; Raats, M.; Rayner, M. **The nutritional quality of foods carrying health-related claims in Germany, The Netherlands, Spain, Slovenia and the United Kingdom**. *European Journal of Clinical Nutrition* 2016 (doi:10.1038/ejcn.2016.114).

URL: <http://www.nature.com/ejcn/journal/vaop/ncurrent/full/ejcn2016114a.html>

Opomba: Na navedeni spletni strani je brezplačno dostopen povzetek znanstvenega članka, celoten članek pa je brezplačno dostopen iz prostorov raziskovalnih organizacij z ustreznimi licencami. Če do članka iz vašega računalnika nimate brezplačnega dostopa, vam ga lahko posredujemo tudi mi – pišite nam na e-mail [mediji@nutris.org](mailto:mediji@nutris.org).

### **Dodatni viri:**

- Izjava za javnost: [http://www.nutris.org/images/datoteke/PR2016\\_7\\_NUTRIS\\_CLYMBOL\\_results.pdf](http://www.nutris.org/images/datoteke/PR2016_7_NUTRIS_CLYMBOL_results.pdf)
- Opis projekta in drugih rezultatov raziskave: <http://www.nutris.org/novice/264>
- Spletna stran projekta CLYMBOL (v angleščini): [www.clymbol.eu](http://www.clymbol.eu)
- Izjava za javnost: Objavljen razpis za najbolj inovativna živila leta: [http://www.nutris.org/images/datoteke/PR2016\\_6\\_NUTRIS\\_razpis\\_inovativna\\_zivila.pdf](http://www.nutris.org/images/datoteke/PR2016_6_NUTRIS_razpis_inovativna_zivila.pdf)

### **Dodatne informacije:**

Doc. Dr. Anita Kušar

Inštitut za nutricionistiko, e-naslov: [mediji@nutris.org](mailto:mediji@nutris.org), 0590 68870



Inštitut za nutricionistiko, Tržaška cesta 40, 1000 Ljubljana  
Tel: +386 (0)590 68870 Fax: +386 (0)1 3007981 E-mail: [info@nutris.org](mailto:info@nutris.org)  
[www.nutris.org](http://www.nutris.org)