



Πέμπτη, 12 Σεπτεμβρίου 2019

Ανασύνθεση των τροφίμων : Ενωσιακό και Εθνικό Σχέδιο δράσης

Γιατί είναι αναγκαία μια εθνική στρατηγική μείωσης "κρίσιμων θρεπτικών συστατικών" στα τρόφιμα

Συντάκτης : Βασίλης Τσουκαλάς – Χημικός τροφίμων (δρ)

Παγκοσμίως η αύξηση των κρουσμάτων μη μεταδοτικών ασθενειών δημιουργεί τεράστια προβλήματα τόσο στον πληθυσμό όσο και στα συστήματα υγείας . Καδιαγγειακές παθήσεις και σακχαρώδης διαβήτης τύπου Β, συνδέονται με μια μη ισορροπημένη διατροφή και σωματική αδράνεια .

Στους βασικούς κινδύνους περιλαμβάνονται κυρίως το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία, η υψηλή αρτηριακή πίεση και η αυξημένη λιπιδαιμία , κίνδυνοι, οι οποίοι , πάλι , συνδέονται με υπερβολική κατανάλωση των λεγόμενων "κρίσιμων θρεπτικών συστατικών" , όπως επιβεβαιώνεται από πολυάριθμες επιστημονικές μελέτες (WHO , Ευρωπαϊκή Επιτροπή (com) (2007) - «Λευκή Βίβλος για τη διατροφή»).

Σε παγκόσμιο επίπεδο, στόχος είναι , η μείωση αυτών των παραγόντων κινδύνου με πολυτομεακές προσεγγίσεις και πρωτοβουλίες για μια πιο υγιεινή διατροφή και τρόπο ζωής.

Ως μέτρο για την καταπολέμηση του κρίσιμου για την Υγεία προβλήματος , που αποτέλεσε στην ΕΕ για μεγάλο χρονικό διάστημα θέμα έντονης συζήτησης, αναγνωρίστηκε η ανάγκη μείωσης των "κρίσιμων θρεπτικών συστατικών" των τροφίμων του λίπους (ολικά , κορεσμένα , τρανς-λιπαρά), της ζάχαρης αλλά και του αλατιού, σε συνδυασμό με τη μείωση της συνολικής πρόσληψης θερμίδων στη βάση της λεγόμενης "**ανασύνθεσης**" των τροφίμων .

Ωστόσο, η εστίαση της ανασύνθεσης σε ένα μόνο από εν λόγω "κρίσιμα θρεπτικά συστατικά" ίσως να μην οδηγεί στο ουσιαστικό αποτέλεσμα . Η "ανασύνθεση" ενός τροφίμου πρέπει να σχεδιάζεται στη βάση ενός συνδυασμού με γνώμονα οφέλους-κινδύνου.

Για την εφαρμογή μιας ενωσιακής Πολιτικής βελτίωσης της Υγείας των πολιτών απαιτήθηκε πολύς χρόνος διαβουλεύσεων. Η στρατηγική αυτή οδήγησε τελικά σε μια Ενωσιακή στρατηγική "**ανασύνθεσης των τροφίμων**", με μακροχρόνια προοπτική εφαρμογής , που προϋποθέτει μια ολιστική, συντονισμένη προσέγγιση και πολυπαραγοντική συμμετοχή, επιστημονική και τεχνολογική έρευνα στα πλαίσια εφαρμογής αναπτυξιακών προγραμμάτων. Στο μεταξύ, σε ορισμένα κράτη μέλη της ΕΕ "το πακέτο" εφαρμόζεται ήδη με επιτυχία και παρέχεται η δυνατότητα

αναζήτησης και πληροφόρησης για όλους τους άξονες Εθνικών Σχεδίων Δράσης * , όπως προβλέπεται από σχετικές αποφάσεις των αρμόδιων οργάνων της ΕΕ.

Συλλογή στοιχείων ερευνητικών μελετών, κατάρτιση βάσεων δεδομένων, πρακτική προσέγγιση στόχων με βάση των κρίσιμων διαθρεπτικών στοιχείων (ζάχαρη, λίπος, αλάτι) , δράσεις έρευνας , νομοθετικού περιεχομένου, δράσεις της βιομηχανίας τροφίμων , δράσεις ενημέρωσης αλλά και παρακολούθησης.

Ως “ **ανασύνθεση τροφίμων** ” ορίζεται η τροποποίηση / ρύθμιση της σύνθεσης μεταποιημένων τροφίμων σε κατώτερα επίπεδα “κρίσιμων θρεπτικών συστατικών” (λίπους και ζάχαρης) και ως εκ τούτου μείωσης της ενεργειακής αξίας καθώς και της περιεκτικότητας σε αλάτι.*

Στόχος είναι η μείωση του υπερβολικού βάρους και της παχυσαρκίας, της υψηλής αρτηριακής πίεσης και των λιπιδίων αίματος στον καταναλωτή. Η προσέγγιση της “ανασύνθεσης” τροφίμων θεωρείται “ισχυρό ” εργαλείο πρόληψης, όσο διαπιστώνεται ότι η διατροφική συμπεριφορά των καταναλωτών δεν οδηγεί σε εμφανή μείωση του υψηλού επιπολασμού υπέρβαρων ατόμων.

Η ανασύνθεση των τροφίμων μπορεί να συμβάλλει προληπτικά ως μέρος μιας ολιστικής προσέγγισης σε μια υγιεινή διατροφή , ιδιαίτερα για άτομα (καταναλωτές) για τα οποία λήψη μέτρων “ συμπεριφοράς” δεν μπορούν ή δύσκολα μπορούν να επιτευχθούν.

*το Ελληνικό Σχέδιο Δράσης περιλαμβάνει ,επιπρόσθετα, αύξηση της περιεκτικότητας σε διαιτητικές ίνες

Your scientific partner

Στα συμπεράσματα που εγκρίθηκαν από το Συμβούλιο για την απασχόληση, κοινωνική πολιτική, υγεία και προστασία καταναλωτών (EPSCO) (2016) συμπεριλήφθηκε το θέμα ανασύνθεση των τροφίμων, όπου μεταξύ άλλων ζητήθηκε από τα κράτη μέλη (*Συμπεράσματα του Συμβουλίου επί του θέματος „Βελτίωση προϊόντων διατροφής* “) επεξεργασία εθνικού σχεδίου για κάθε κράτος μέλος μείωσης στα τρόφιμα της περιεκτικότητας σε ζάχαρη , λίπος και αλατιού μέχρι τέλους του 2017 ή η ενσωμάτωση του θέματος σε ήδη υπάρχοντα σχέδια.

Είναι προφανές ότι Πολιτική έχει πλέον αναγνωρίσει ότι δεν είναι δυνατή καμία βελτίωση στην Υγεία χωρίς καλύτερη διατροφή. Λαμβάνοντας υπόψη το μέγεθος και την πολυπλοκότητα της προσφοράς τροφίμων διεθνώς και στην χώρα μας , ωστόσο, παραμένει ένα ανοικτό ερώτημα για διερεύνηση , κατά πόσο το αποτέλεσμα μιας στρατηγικής ανασύνθεσης των τροφίμων θα φθάσει στον καταναλωτή σε εύλογο χρονικό διάστημα , εάν δεν εφαρμοστούν άμεσα συντονισμένες και συνδυασμένες δράσεις.

Εκτός από ορισμένα οικονομικά εύρωστα κράτη μέλη , μια σειρά από οικονομικά και οργανωτικά εμπόδια δυσχεραίνουν την εφαρμογή των υιοθετηθέντων εθνικών σχεδίων δράσης , για την οποία απαιτούνται συντονισμένες δράσεις από τη βιομηχανία τροφίμων , το εμπόριο, την επιστημονική κοινότητα και βεβαίως απαιτείται πολιτική πρωτοβουλία.

Για παράδειγμα σε χώρες όπως η Γερμανία , οργανισμοί δημόσιας υγείας συμπράττουν ήδη με ερευνητικά κέντρα , τη βιομηχανία τροφίμων , τον τομέα λιανικής (αλυσίδες καταστημάτων) και της γαστρονομίας, με σκοπό τη βελτίωση της διαθρεπτικής αξίας των τροφίμων που διατίθενται στην αγορά. (βλ. *δράσεις και τεχνολογική προσέγγιση*).

Για την προώθηση της υγιεινής διατροφής ,γενικά, διακρίνονται δύο τύποι βασικών παρεμβάσεων που μπορούν να επιφέρουν , θετικά αποτελέσματα .

- ο πρώτος στοχεύει στην αύξηση της ευαισθητοποίησης των καταναλωτών σ'ότι αφορά την σχέση μεταξύ διατροφής και υγείας, μέσω εκστρατειών ενημέρωσης και εκπαίδευσης.
- ο δεύτερος τύπος παρέμβασης στοχεύει στη βελτίωση του περιβάλλοντος των τροφίμων των καταναλωτών προκειμένου να διευκολύνονται υγιεινές επιλογές.

Η ανασύνθεση των τροφίμων συνδέεται με δυναμική επίδραση στη δημόσια υγεία όπως επιβεβαιώνεται σε διάφορες πρόσφατες μελέτες και οι οποίες, ωστόσο, βασίζονται σε :

- προσομοιώσεις, σενάρια ανασύνθεσης τροφίμων που σχετίζονται :

- ο με το αλάτι
- ο τα τρανς - λίπη στα τρόφιμα
- ο στην υιοθέτηση προτύπων ποιότητας από τη βιομηχανία τροφίμων

V. Tsoukalas - (Food Chemist - PhD)

Τέτοιες μελέτες δείχνουν, όντως, ότι η τροποποίηση της διατροφικής ποιότητας των τροφίμων μπορεί να προκαλέσει σημαντικά οφέλη στην υγεία των καταναλωτών. Ωστόσο, λαμβάνοντας υπόψη τη διαθέσιμη βιβλιογραφία, αξίζει να σημειωθεί ότι τα περισσότερα άρθρα αφορούν στις επιπτώσεις " υποθετικών " μεταβολών στη ποιότητα των τροφίμων και βασίζονται σε σενάρια ανασύνθεσης και προσομοιώσεις και όχι σε " πραγματικές " αλλαγές σύνθεσης .

Σχετική υστέρηση επαρκούς πληροφόρησης σχετικά με μεταβολές στην ποιότητα και την ανασύνθεση, που υλοποιούνται από τη βιομηχανία τροφίμων , εκτιμάται ότι είναι ο βασικός λόγος μη ανεύρεσης επαρκών δεδομένων. Ωστόσο, κάτι τέτοιο είναι κατανοητό , καθώς το αποτέλεσμα της ανάπτυξης νέων καινοτόμων προϊόντων από τη βιομηχανία τροφίμων, που υλοποιείται με ίδιες μελέτες και οικονομικούς πόρους , αποτελεί προϊόν "επένδυσης" και ως εκ τούτου πνευματική ιδιοκτησία του . Είναι ευνόητο ότι ισχύει ο κανόνας της οικονομίας : "return on investment " και είναι απόλυτα κατανοητό ότι το αποτέλεσμα αποτελεί αντικείμενο επιχειρηματικής εκμετάλλευσης .Από την αναζήτηση της στάθμης της τεχνικής προκύπτουν αρκετά διπλώματα ευρεσιτεχνίας, μεταξύ των οποίων και ελληνικής επινόησης (Ο.Β.Ι , ιδιαίτερα ενθαρυντικό).

Σε αρκετές χώρες μέλη της ΕΕ έχουν συλλεγεί δεδομένα, που επιτρέπουν στους ερευνητές να αξιολογήσουν **όχι μόνο "πιθανά" σενάρια** ανασύνθεσης τροφίμων, αλλά να βασίζονται σε "πραγματικές αλλαγές", που υλοποιούνται από τη βιομηχανία τροφίμων.

Σε ορισμένες χώρες έχουν ήδη αναληφθεί και εφαρμόζονται από δεκαετίας πρωτοβουλίες ανασύνθεσης τροφίμων. Πολλά αναπτυξιακά προγράμματα διαμορφώνονται επί του παρόντος από τις σημερινές τάσεις ανάπτυξης "λίπος, ζάχαρη και μείωση του αλατιού" (βλ. τεχνολογική προσέγγιση).

Μη επικαιροποιημένος πίνακας : Αριθμός χωρών της ΕΕ , με μέτρα ανασύνθεσης τροφίμων

Αλάτι	23
trans-λιπαρά οξέα	20
Ολικό λίπος	20
Κορεσμένα λίπη	18
Προστιθέμενη ζάχαρη	20
Ολικά ζάχαρα	15
Ενέργεια	13
Μερίδες	8

V. Tsoukalas - (Food Chemist - PhD)

Your scientific partner

