



(Nie)Bezpieczna żywność – Raport

Jak i dlaczego wybierać bezpieczną żywność dla dziecka?

Warszawa, 3 grudnia 2015 r. – **Bezpieczna żywność to taka, której spożycie nie stanowi zagrożenia dla życia i zdrowia człowieka. Jest wolna od zanieczyszczeń mechanicznych, biologicznych i chemicznych. Zanieczyszczenia czy niebezpieczne substancje w żywności mają większy wpływ na najmłodszych konsumentów, których organizm jest bardziej wrażliwy. Konsekwencje spożywania produktów, które nie spełniają norm bezpieczeństwa dla niemowląt i małych dzieci mogą być dużo poważniejsze niż dla osób dorosłych. Opracowany przez grono wybitnych ekspertów Raport „Bezpieczeństwo żywności a potrzeby żywieniowe niemowląt i małych dzieci” to pierwszy dokument w Polsce, który stanowi kompendium wiedzy na temat wpływu bezpieczeństwa żywności na stan zdrowia dziecka teraz i w przyszłości. Jego odbiorcami są zarówno decydenci oraz specjaliści, jak i konsumenci, wśród których szczególną grupę stanowią rodzice i opiekunowie małych dzieci.**

Pierwsze 1000 dni życia to okres bardzo intensywnego wzrostu, w którym organizm malucha jest szczególnie wrażliwy na działanie czynników zewnętrznych. Już podczas ciąży ważna jest zdrowa i urozmaicona dieta kobiety. Od urodzenia przez pierwszych 6 miesięcy życia dziecka wyłączne karmienie piersią to najlepszy, najbezpieczniejszy i najbardziej odpowiedni dla organizmu dziecka sposób żywienia. Wyłączne karmienie piersią w tym okresie jest zalecane przez Światową Organizację Zdrowia – zmniejsza m.in. ryzyko wystąpienia nadwagi i otyłości u dziecka. Podczas ciąży i wyłącznego karmienia piersią zapewniamy zatem dziecku ochronę i wszystkie potrzebne mu składniki odżywcze. Powinniśmy kontynuować te starania również w okresie, w którym wprowadzamy do jego diety kolejne produkty, inne niż mleko mamy. **Raport „Bezpieczeństwo żywności a potrzeby żywieniowe niemowląt i małych dzieci” zawiera informacje, które pozwolą poszerzyć wiedzę na temat bezpieczeństwa żywności, by dokonywać świadomych wyborów konsumenckich.**

Układ pokarmowy dziecka w pierwszych latach życia, tak jak cały jego organizm, jest nie w pełni dojrzały. O wiele silniej reaguje na nadmiar i niedobór składników odżywczych oraz na potencjalne zanieczyszczenia zawarte w żywności. W trakcie pierwszych 1000 dni życia dziecka trwa proces tzw. programowania żywieniowego. Od samego początku możemy mieć wpływ na kształtowanie się metabolizmu dziecka, ale również wyrobić u niego prawidłowe lub nieprawidłowe nawyki żywieniowe. Mamy też wpływ na to, czy żywność, którą spożywa, jest bezpieczna. **Od decyzji rodziców i opiekunów najmłodszych w tym krytycznym okresie rozwoju dziecka w dużej mierze zależy jego przyszłe zdrowie.**

Na etapie rozszerzania diety dziecka, opiekunowie powinni zwracać szczególną uwagę na jakość i bezpieczeństwo żywności, którą mu podają. **Delikatny organizm dziecka jest bardziej wrażliwy na działanie takich substancji jak metale ciężkie, pestycydy, mikotoksyny, konserwanty czy azotany. Dla rodziców znaczenie powinien mieć skład, jakość i pochodzenie konkretnych produktów oraz surowców użytych do ich produkcji.** Dlatego warto czytać etykiety produktów, sprawdzać ich źródło pochodzenia. Bezpiecznym wyborem są **produkty specjalnego przeznaczenia żywieniowego, które powstają z myślą o potrzebach dzieci do 3. roku życia, a ich jakość regulowana jest przez przepisy prawa, obowiązujące producentów.** Spełniają one o wiele surowsze niż w przypadku żywności ogólnego spożycia normy bezpieczeństwa ustanowione przez Unię Europejską.

Żywność przeznaczona do spożycia przez najmłodszych konsumentów, tj. dzieci do 3 roku życia, podlega specjalnym regulacjom prawnym i spełnia restrykcyjne normy w zakresie zawartości zanieczyszczeń: m.in. metali ciężkich, mikotoksyn, azotanów czy pestycydów. **Dopuszczalne limity na obecność zanieczyszczeń w tych produktach są nawet kilka tysięcy razy bardziej restrykcyjne, niż w przypadku limitów dla żywności przeznaczonej do spożycia przez dorosłych.** Produkty dla najmłodszych z oznaczeniem wieku nie zawierają dodatków takich jak: barwniki, wzmacniacze smaku, konserwanty czy słodziki. Bezpieczeństwo takiej żywności potwierdzone jest licznymi testami laboratoryjnymi.

Szczegółowe informacje dotyczące obowiązujących norm pozostałości zanieczyszczeń, przedstawienie zagrożeń oraz specyficznych potrzeb najmłodszych konsumentów znaleźć można w nowym Raporcie „Bezpieczeństwo żywności a potrzeby żywieniowe niemowląt i małych dzieci”. **Dokument opracowało grono wybitnych ekspertów: dr inż. Katarzyna Stoś, prof. nadzw. Instytutu Żywności i Żywienia im. prof. dra med. Aleksandra Szczygła, dr n. farm. Hanna Mojska (Instytut Żywności i Żywienia im. prof. dra med. Aleksandra Szczygła), dr inż. Beata Przygoda (Instytut Żywności i Żywienia im. prof. dra med. Aleksandra Szczygła), prof. dr n. med. Piotr Socha (Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”).** Raport powstał pod redakcją Stowarzyszenia Promocji Zdrowego Żywienia Dzieci „Zdrowe Pokolenia” we współpracy z Fundacją NUTRICIA w ramach partnerstwa w programie edukacyjnym „1000 pierwszych dni dla zdrowia”. Publikacja została objęta Patronatem Honorowym Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego. **Pełna wersja raportu dostępna na stronie www.1000dni.pl.**

Program edukacyjny „1000 pierwszych dni dla zdrowia”

W odpowiedzi na alarmujące wyniki badań i w trosce o zdrowie najmłodszych w 2013 roku Fundacja NUTRICIA zainicjowała największy w Polsce program poświęcony edukacji żywieniowej kobiet w ciąży i opiekunów dzieci w pierwszych latach ich życia – „1000 pierwszych dni dla zdrowia”. To pierwsza taka akcja o charakterze ogólnokrajowym, która skupia szeroką koalicję partnerów i została objęta prestiżowymi patronatami. W ramach edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” realizowane są społeczne kampanie medialne oraz działania edukacyjne, skierowane do rodziców, przyszłych rodziców i opiekunów małych dzieci, m.in. we współpracy z placówkami medycznymi i instytucjami dydaktyczno-opiekuńczymi w całym kraju. Dzięki zaangażowaniu licznych partnerów w ramach programu gromadzona i udostępniana jest rodzicom i opiekunom najmłodszych cenna wiedza oraz przydatne narzędzia do popularyzacji prawidłowych nawyków żywieniowych u kobiet w ciąży oraz najmłodszych dzieci. Więcej informacji: www.1000dni.pl.

Więcej informacji udzielają:

Agata Prorok
Program
„1000 pierwszych dni dla zdrowia”
tel.: 519 726 170
biuro@fundacjanutricia.pl

Barbara Krasiłow
Biuro Prasowe Programu
„1000 pierwszych dni dla zdrowia”
tel.: 517 477 236
1000dni@alertmedia.pl