

Становище

На състоялата се в края на май Десета национална конференция по хранене в курортен комплекс "Св.Св.Константин и Елена" гр Варна, на симпозиума в първия ден от конференцията, се взе следното професионално становище от участвалите водещи специалисти по хранене, гастроентерология, биохимия, физиология:

Относно възникналата дискусия за евентуалната вреда от прилагането на глюкозо-фруктозен сироп в някои храни и напитки, категорично няма основание да се твърди, че той оказва неблагоприятно въздействие в организма. Както той, така и захарния сироп се прилагат като естествени подсладители в много страни от Европа и по света. И в двата случая в организма постъпват глюкоза и фруктоза и техният метаболизъм е равностоеен и еднопосочен. Дори от физиологична и технологична гледна точка, използването на глюкозо-фруктозен сироп е по-целесъобразно.

Нелогично и несериозно е да се твърди, че фруктозата от глюкозо-фруктозния сироп може да увреди функциите на черния дроб, докато глюкозата от захарния сироп няма такива ефекти. Фруктозата е естествена съставка основно на плодовете и пчелния мед и ние, специалистите по хранене, препоръчваме тези продукти в ежедневно хранене. В много страни фруктозата се използва като естествен подсладител вместо захароза, тъй като е почти два пъти по-сладка от нея и продуктът е с по-ниска енергийност.

За разлика от захарозата, фруктозата не е нормирана, което показва, че тя не представлява риск за здравето при оптимална консумация. В много страни от Европейския съюз като Испания, Чехия, Италия, Румъния и други се използва глюкозо-фруктозен сироп, което не дава основание да се счита, че в случая се касае за т.нар. „двоен стандарт”. Всяка страна прави своя избор какъв подсладител да използва, според националните си интереси. У нас използваме и двата естествени подсладители, като глюкозо-фруктозния сироп получаваме от наша царевица, който изнасяме и за други страни. Съставът му, както и на произвеждания в Европа, включва 45% глюкоза и 55% фруктоза.

В САЩ се използва широко глюкозо-фруктозен сироп, но той се произвежда от генно-модифицирана царевица, което обаче е тема за друга дискусия.

Проф. д-р Божидар Попов, дмн