

SPOTŘEBA CUKRU A SLADIDEL U DĚTÍ V MATEŘSKÝCH ŠKOLÁCH

Závěrečná zpráva mimořádného úkolu odboru HDM 2010

Výkon SZD byl v r. 2010 zaměřen mimo jiné i na kontrolu skutečné spotřeby cukru a sladidel obsažených ve stravě a v nápojích u dětí ve věku 3-6 let ve vybraných předškolních zařízeních, tzn. ve školních jídelnách mateřských škol.

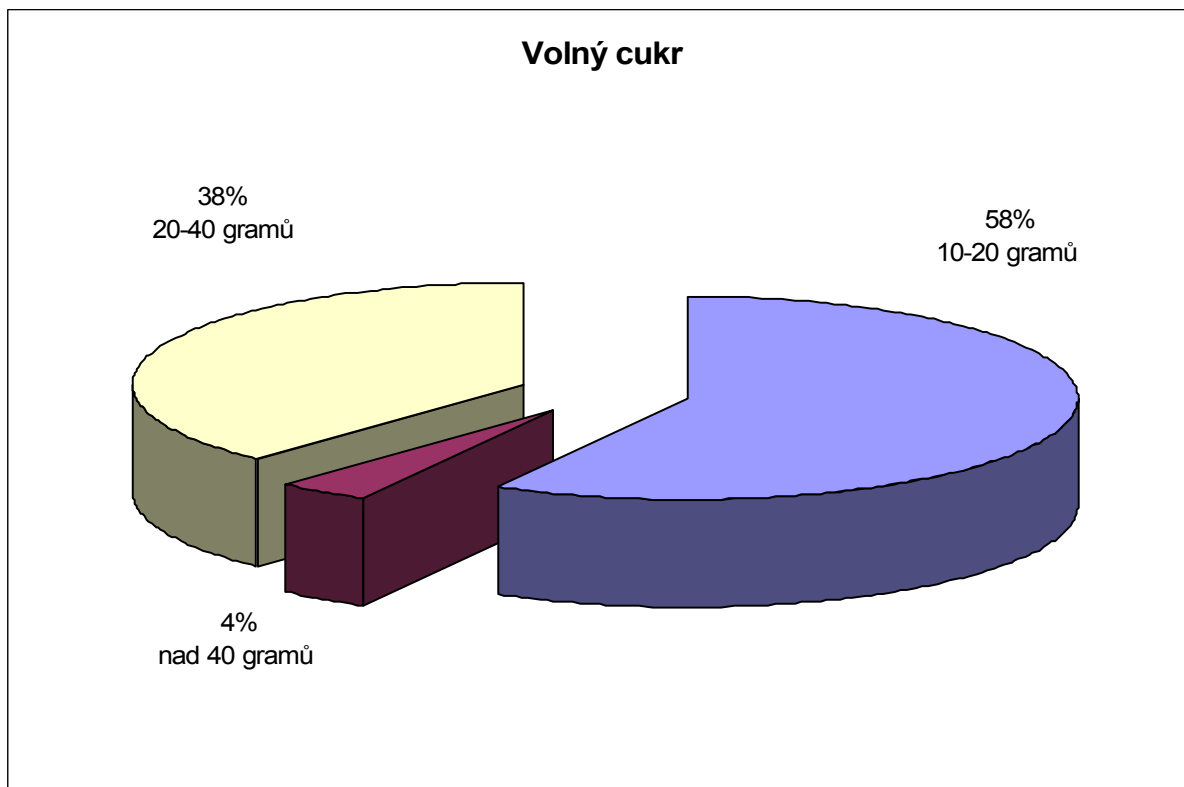
Cílem tohoto úkolu bylo ověření správnosti skutečné spotřeby volného cukru s vykazovanou spotřebou ve spotřebním koši zpracované školní jídelnou /dále ŠJ/, monitoring četnosti používání sladidel ve stravě a v nápojích podávaných ŠJ, vhodnost použití sladidel a cukru ve výživě dětí, nejčastější používané druhy sladidel, odhalení nedostatečného x nadměrného příjmu cukrů, a zjištění % podílu cukrů na celkovém (resp. 60%) denním příjmu energie.

Na každém územním pracovišti bylo vybráno 5 školních jídelen (Ostrava 6 školních jídelen) v zařízeních předškolního věku (mateřských škol). Celkem bylo provedeno cílené šetření v 31 zařízeních Moravskoslezského kraje.

Ze získaných hodnot vyplynulo následující:

Ve více jak polovině zařízení byla dodržena hodnota 20g volného cukru/den/dítě, ve 42 % případů pak tato hodnota byla vyšší (viz graf č. 1).

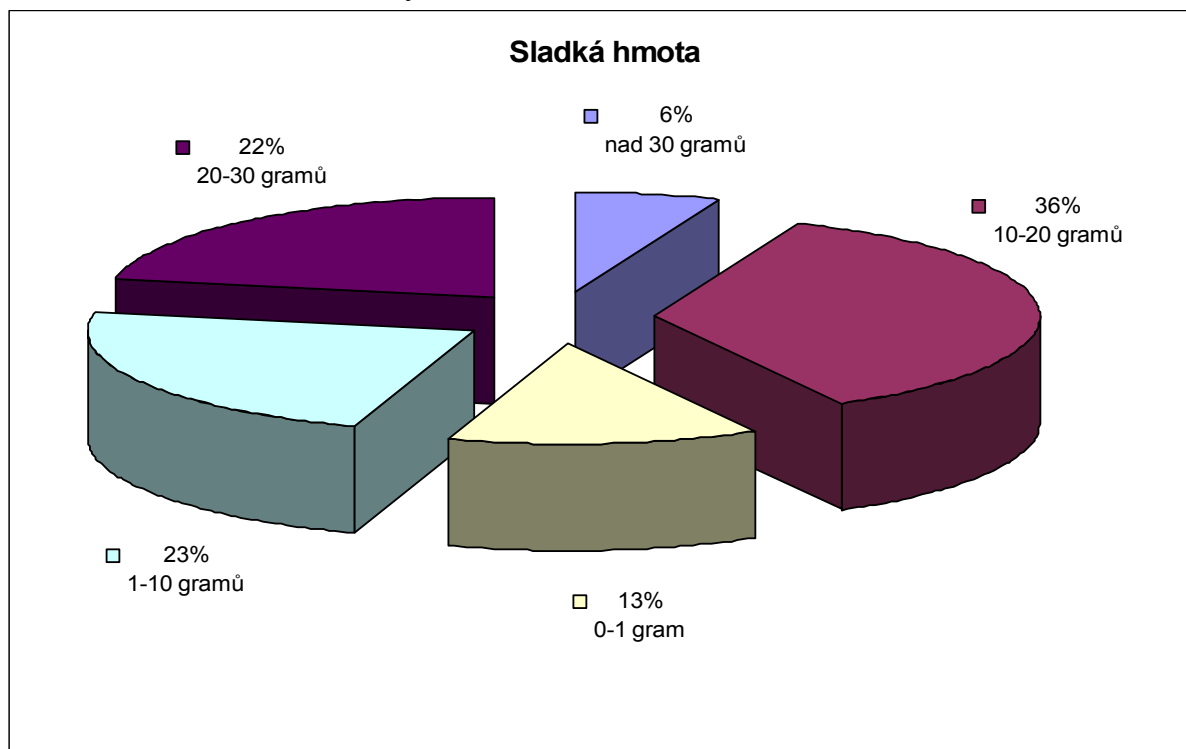
Graf č.1 Množství volného cukru (bez nápojů a kupovaných sladkých pokrmů)



Ve volném cukru ovšem není započten cukr obsažený ve sladkých pokrmech, které se ve ŠJ nepřipravují a ŠJ tyto pokrmy nakupují v obchodní síti (koláčky, koblihy, myslí tyčinky, sladké cereálie, piškoty..... tzv. sladká hmota a dále cukr obsažený v nápojích).

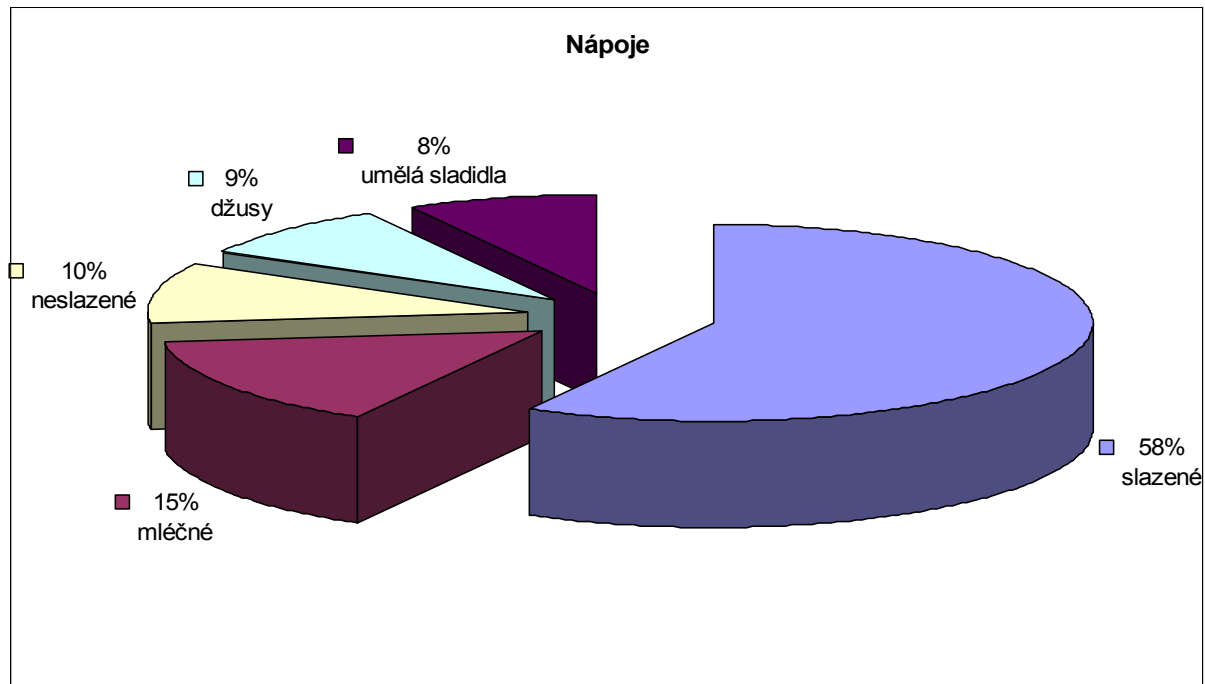
Množství podávané sladké hmoty znázorňuje graf č.2.

Graf č. 2 Množství sladké hmoty



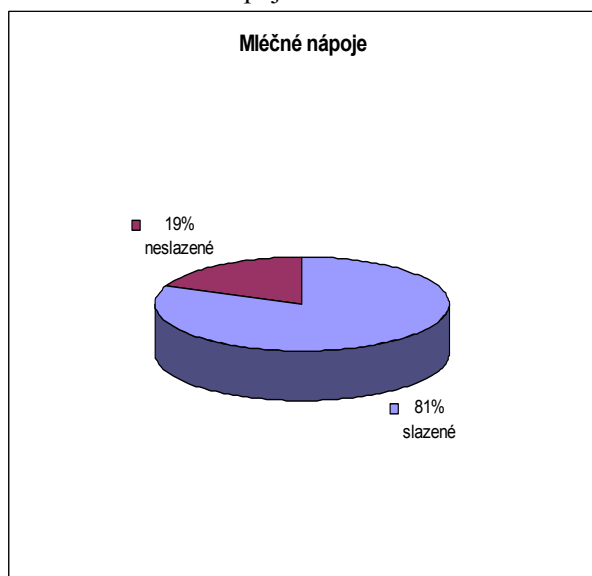
Obsah cukru obsažený ve sladké hmotě bylo nereálné spočítat, proto sladká hmota byla vyčíslena pouze v g/den/1 dítě. Lze konstatovat, že podávání sladkých pokrmů, u nichž cukr není započítáván do volného cukru (tedy do spotřebního koše), stejně jako podávání sladkých nápojů (viz graf. č.3,4,5), zvyšuje množství celkového cukru, a tak ŠJ, které sice nepřekročily 20 g hranici volného cukru (58%) mohly překročit tuto hranici při častějším podávání sladkých pokrmů a nápojů (viz. graf č. 6).

Graf. č. 3 Nápoje

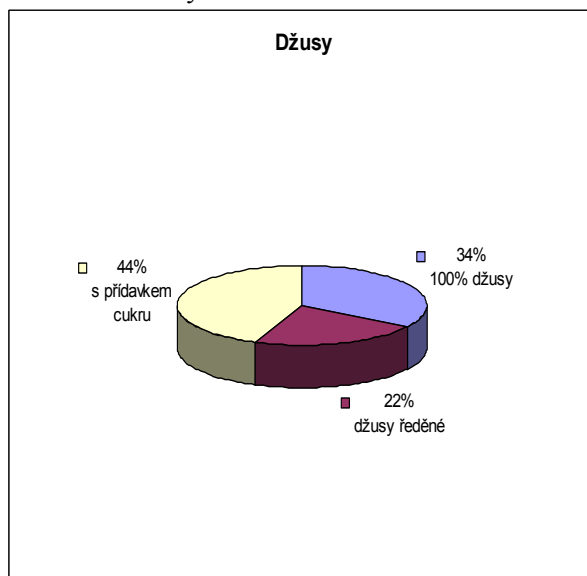


Z tohoto grafu je patrné, že pitný režim ve sledovaných zařízeních tvoří především sladké nápoje (58%). Navíc mléčné nápoje jsou z 81% slazené a džusy ve 44 % taktéž obsahují cukr (viz. grafy č.4 a 5). 8% z celkového podaného množství nápojů pak obsahují nápoje s umělým sladidlem, popř. i s cukrem. Kontrolou těchto nápojů bylo zjištěno, že nejčastějšími používanými umělými sladidly jsou: Aspartam, acesulfam K, cyklamát sodný, 1 x bylo zachyceno podávání nápojů se sacharinem, sukralózou. Dále bylo zjištěno, že ve sterilizované zelenině či ovoci je nejčastěji přidáván acesulfam K a sacharin. Všechna tato sladidla jsou uvedena v příloze č. 5 vyhlášky č. 4/2008 Sb., kterou se stanoví druhy a podmínky použití přídatných látek a extrakčních rozpouštědel při výrobě potravin a jsou tudíž v ČR povolena.

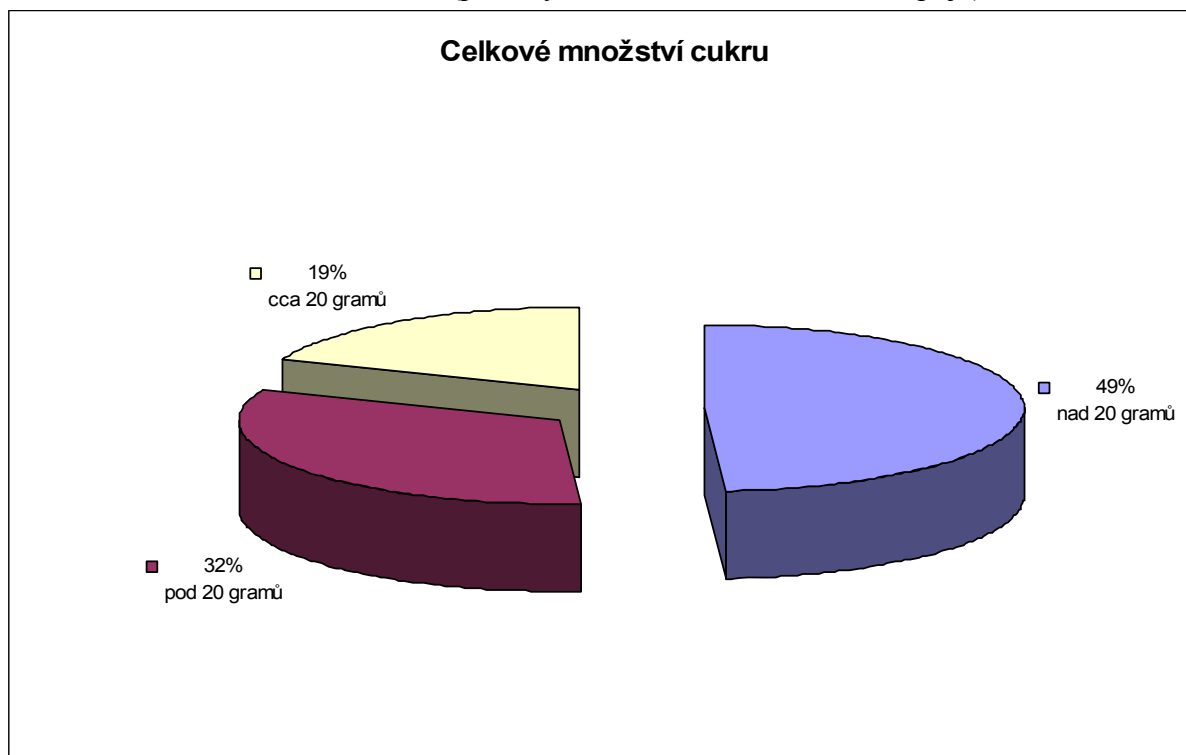
Graf. č. 4 Mléčné nápoje



Graf č. 5 Džusy



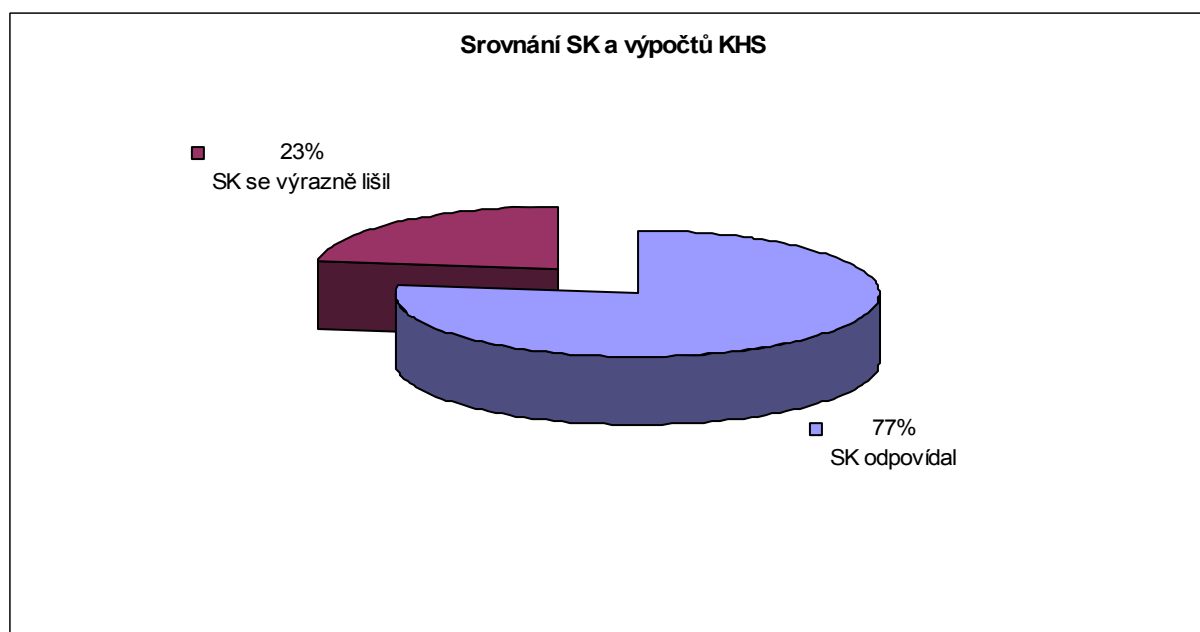
Graf. č. 6 Celkové množství cukru (pokrmů + sladká hmota + sladké nápoje)



Při odhadu celkového množství cukru, byly brány v úvahu hodnoty volného cukru, množství sladké hmoty a frekvence podávání sladkých nápojů. Ve 49% zkoumaných případů byla hodnota 20 gramů cukru (=60% doporučené denní dávky -DDD) výrazně překročena, v 19% případů se tato hodnota pohybovala na této hranici nebo mírně převyšovala a pouze ve 32 % případů (10 ŠJ z 31) lze konstatovat, že tato hodnota byla dodržena.

Dále bylo hodnoceno, zda výpočty námi zjištěné korelují s údaji ve spotřebním koši, které má za povinnost evidovat vedoucí ŠJ (viz. graf č.7).

Graf č. 7 Srovnání SK s výpočty KHS



V 77% ŠJ (ve 24 z celkem 31 ŠJ) zpracovaný spotřební koš v položce „volný cukr“ odpovídal našim výpočtům, odchylka byla +/- 10%. Ve 23% sledovaných zařízení se jídelnou zpracované spotřební koše výrazně lišily od našich výpočtů, mnohdy až o 20%.

Závěr:

Výpočty bylo prokázáno, že více jak polovina zkoumaných zařízení překročila více či méně výrazně 60% DDD cukru, což v dnešní době, kdy u dětí bojujeme s obezitou a nedostatkem pohybu není zrovna pozitivní zpráva.

Vzhledem k tomu, že se mateřské školy podílí mimo jiné i na utváření stravovacích návyků u dětí, je nutné apelovat na vedoucí ŠJ, aby při sestavování jídelníčku dodržovaly jedno z desater zdravé výživy. „Učit děti střídmosti v konzumaci cukru, sladkostí a slazených nápojů. Sacharidy by děti měly přijímat hlavně z cereálií, ovoce a zeleniny.“

Opatření KHS:

V námi kontrolovaných školních jídelnách v rámci tohoto mimořádného úkolu, kde došlo k překročení volného cukru, budou provedeny následné kontroly a při zjištění opakovaného překročení bude ze strany KHS podán podnět České školní inspekci, popřípadě bude uložena pokuta za nesplnění výživových požadavků na pokrmy podle skupiny spotřebitelů, pro které jsou určeny, ve smyslu ustanovení § 24 odst. 1 písm. e) zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

V ostatních školních jídelnách, zejména v jídelnách předškolních zařízení, bude nadále při výkonu státního zdravotního dozoru sledována spotřeba volného cukru, sladkých pokrmů a slazených nápojů (dle spotřebního koše, jídelníčků, popřípadě výdejek). A dále zejména při sestavování pitného režimu bude dán důraz na zařazování neslazených nápojů, které nebyly u většiny zkoumaných případů zařazovány do pitného režimu vůbec.

Zpracovala. MVDr. Michaela Pavelková

Dne 22.11.2010