Written by Administrator
Sunday, 14 May 2017 18:22 -

Produsele alimentare fără gluten nu ar trebui să fie considerate un înlocuitor sănătos al celor obișnuite deoarece pot conține niveluri ridicate de grăsimi și de zahăr, dar și o cantitate prea mică de proteine, avertizează un grup de experți citați de The Telegraph.

Oamenii de știință din cadrul Societății europene de gastroenterologie, hepatologie și nutriție pediatrică (European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition) au făcut un apel la reformularea modului în care sunt comercializate produsele fără gluten astfel încât acestea să aibă același conținut ca și cele pe care le înlocuiesc.

Avertizarea privind conținutul sărac din punct de vedere nutrițional al alimentelor fără gluten vine în urma unei evaluări a 654 de produse aparținând 25 de mărci, comparate cu variante similare care conțineau gluten. Potrivit rezultatelor, alimentele fără gluten aveau un conținut semnificativ mai mare de grăsimi și o compoziție mai săracă din punct de vedere nutrițional în comparație cu cele obișnuite.

De asemenea, s-a constatat că multe dintre produsele cu gluten — în special cele de panificație, paste, pizza și făină — conțineau de trei ori mai multe proteine decât variantele înlocuitoare, fără gluten.

Cercetătorii avertizează că dezechilibrul este atât de sever încât ar putea avea impact asupra dezvoltării copiilor și ar crește riscul de obezitate infantilă.

"Deoarece din ce în ce mai multe persoane urmează o dietă fără gluten pentru a gestiona în mod eficient boala celiacă, este imperativ ca alimentele comercializate drept înlocuitori să fie reformulate pentru a fi siguri că acestea au cu adevărat valori nutriționale similare", a declarat dr. Joaquim Calvo Lerma, cercetător în cadrul societății menționate. "Acest lucru este important în special pentru copii, în cadrul unei diete echilibrate esențială pentru creșterea și dezvoltarea sănătoasă", a completat acesta.

De asemenea, experții au avertizat că mulți consumatori pot să nu fie conștienți de conținutul produsele care nu conțin gluten din cauza etichetării incorecte a acestora. "Ținând cont că valorile nutriționale ale produselor fără gluten variază semnificativ în comparație cu omoloagele lor cu gluten, cum ar fi faptul că au niveluri mai mari de grăsimi saturate, etichetele trebuie să indice în mod clar acest lucru astfel încât pacienții, părinții și îngrijitorii să poată lua decizii informate", a indicat dr. Sandra Martínez—Barona, cercetător asociat în cadrul studiului.

Dr. Naveed Sattar, specialist în boli metabolice și profesor la Universitatea Glasgow, a declarat la rândul său că un produs vândut drept aliment fără gluten nu înseamnă că acesta este sănătos. "Deoarece un produs alimentar este etichetat fără gluten nu înseamnă neapărat că este mai sănătos, iar consumatorii trebuie să fie informați cu privire la conținutul de grăsimi saturate, zaharuri, proteine și fibre", a spus acesta. Medicul a menționat de asemenea că persoanele "care nu sunt obligate să mănânce produse fără gluten, pentru că nu au o boală intestinală care ar putea fi ameliorată prin consumul acestora, nu ar trebui să se orienteze către dietele fără gluten".

Eurodeputata Daciana Sârbu, vicepreședinte al Comisiei pentru mediu, sănătate publică și

siguranță alimentară din Parlamentul European a declarat că legislația europeană prevede menționarea valorii nutritive pe etichetele produselor alimentare preambalate. "Însă, produsele alimentare care nu sunt preambalate, printre care se poate număra pâinea sau pizza fără gluten, nu fac subiectul acelorași cerințe de etichetare", a spus ea. "În acest caz, consumatorii ar putea fi mai puțin conștienți de diferențele nutriționale importante cu un impact potențial semnificativ asupra sănătății", a completat eurodeputata.

Rezultatele studiului au fost prezentate în cadrul celui de-al 50-lea congres anual al Societății europene de gastroenterologie, hepatologie și nutriție pediatrică ce se desfășoară în această perioadă în Praga.

AGERPRES