



Inghetata industrială a ajuns să fie un amestec de uleiuri vegetale exotice, un produs dezechilibrat din punct de vedere nutritional prin conținutul ridicat de acizi grași saturați și zahăr adăugat, rezulta dintr-un studiu făcut de Asociația pentru Protecția Consumatorilor din România (APC România) și citat de Mediafax. APC România a achiziționat, în vederea realizării studiului privind calitatea înghețatei industriale, 55 de sortimente de înghețată, cu ingrediente și arome diferite, urmărindu-se: evaluarea nivelului de informare al consumatorului prin intermediul etichetei, identificarea ingredientelor folosite la fabricarea produsului în vederea prezentării unor puncte de vedere privind calitatea acestora, identificarea aditivilor alimentari din produsele analizate și prezentarea posibilelor efecte ale acestora asupra sănătății consumatorului de înghețată industrială și prezentarea unor sugestii de consum.

„Inghetata industrială a ajuns să fie un amestec de uleiuri vegetale exotice, despre care nu ni se spune dacă sunt hidrogenate sau nu, zer praf, amidon, zahăr adăugat și chimicale din belșug. Acest produs, dezechilibrat din punct de vedere nutritional prin conținutul ridicat de acizi grași saturați și zahăr adăugat, nu trebuie consumat de către copii și persoane cu afecțiuni cardiovasculare, diabet și boli metabolice. Totodată, trebuie consumat ocazional de către adulți, în cantități mici, de 40 - 60 de grame”, avertizează președintele APC România, conf. univ. dr. Costel Stanciu.

După evaluarea nivelului de informare al consumatorului de înghețată industrială prin intermediul etichetei, s-a constatat că la înghețata cu ciocolată, cantitatea de cacao din produsele analizate variază între 0,1 și 3,2 la sută, la înghețata de vanilie, cantitatea de vanilie din produsele analizate variază între 0,03 și 0,14 la sută, la cea cu frisca, cantitatea de frisca este de 0,2 la sută, în înghețata cu lapte, cantitatea de lapte este de 12, respectiv 15 la sută, la cea cu nuci, cantitatea efectivă este de 4 la sută, în cea cu alune - 3 la sută și în cea cu cocos - 5,5 la sută.

În ceea ce privește nutrienții conținuți de fiecare tip de înghețată analizată, s-a constatat că toate produsele prezintă cel puțin o declarație nutritională corespunzătoare pentru 100 grame produs finit. „Având în vedere faptul că în cele 55 de sortimente de înghețată există cantități mai mari sau mai mici de 100 de grame, majoritatea consumatorilor nu au deprinderea

necesara de a calcula cantitatea de nutrienti asimiliata de organism in urma consumarii cantitatii de inghetata din ambalajul respectiv.

Totusi, la un numar de 28 de sortimente de inghetata, exista, in tabelul aferent declaratiei nutritionale, valorile corespunzatoare pentru fiecare tip de nutrient din cantitatea de produs existenta in ambalaj", se arata in studiu.

In privinta principalilor nutrienti, pe baza declaratiei nutritionale, s-a constatat ca inghetatele analizate prezinta valori mari de: grasimi (in unele cazuri pana la 26 grame din 100 grame produs), acizi grasi saturati (la unele ajung pana la 19 grame din 100 grame produs, desi American Heart Association recomanda numai 16 grame de acizi grasi saturati pe zi si numai 11-13 grame pe zi la persoanele cu colesterol ridicat), carbohidrati (ating nivelul de 48 grame din 100 grame produs, in timp ce zaharul adaugat atinge nivelul de 33 grame din 100 grame produs, respectiv de trei ori mai mult decat contine 100 ml de bautura racoritoare pe baza de cola).

Cel de-al doilea criteriu analizat, care se refera la identificarea ingredientelor folosite la fabricare in vederea prezentarii unor puncte de vedere privind calitatea acestora, specialistii au constatat ca la 67 la suta dintre sortimentele de inghetata analizate, primul ingredient este reprezentat de laptele fara grasimi, iar la 13 la suta dintre acestea se precizeaza cantitatea de lapte degresat.

Diferenta pana la suta la suta in ceea ce priveste primul ingredient, la celelalte sortimente de inghetata, este reprezentata de apa (22 la suta), iar restul de 11 la suta il reprezinta zaharul si siropul de glucoza-fructoza. De asemenea, la 60 la suta dintre sortimentele de inghetata analizate, al doilea ingredient este zahar, 13 la suta apa, iar diferenta de 27 la suta este lapte degresat, uleiuri vegetale si sirop de glucoza, iar la 25 la suta dintre sortimentele de inghetata analizate, cel de-al treilea ingredient este reprezentat de catre uleiul de cocos, zahar (24 la suta), lapte degresat, apa si produse din zer (51 la suta).

Cel de-al treilea obiectiv al initiatorilor studiului a fost de a identifica aditivii alimentari din produsele analizate. Astfel, in cele 55 de sortimente de inghetata s-au identificat 23 de aditivi

alimentari. Aditivii E471 si E410 au fost identificati in 54 de sortimente de inghetata, E412 in 50 de sortimente, E322 in 41, E407 in 29, E476 in 19, E330 in 11, E442 si E150d in sapte, E460 si E440 in sase, E468 in patru, E202, E141, E401, E477 si E150a in doua, iar E171, E417, E414, E162 si E160c in cate un sortiment.

Specialistii atrag atentia ca dintre aditivii alimentari identificati in inghetata analizata, urmasorii aditivi sunt suspecti de aparitia unor probleme de sanatate: E 150a - caramel simplu, cel mai utilizat colorant artificial, poate provoca hiperactivitate si probleme gastrointestinale, E 150d - caramel sulfat de amoniu poate provoca probleme intestinale dupa ingestia unor cantitati mari, E 162 - betanina, colorant natural obtinut din sfecla rosie, poate contine cantitati mari de nitrati si produsele ce il contin trebuie evitate de copii, E 171 - dioxid de titan, colorant artificial (din studiile efectuate pe animale, s-a observat ca ar provoca diferite leziuni la nivelul aparatului cardiovascular, dar si la nivelul ficatului si s-au mai observat modificari la nivelul splinei si rinichilor, dar si al sistemului imunitar, fiind clasificat de Agentia Internationala pentru Cercetare in Domeniul Cancerului ca posibil cancerigen pentru oameni, iar in Germania a fost interzis).

Printre aditivii periculosi mai sunt: E 202 - sorbat de potasiu (irita pielea, ochii si mucoasele si poate fi genotoxic si mutagen pentru celulele sangelui uman), E 296 - acid malic (concentratiile mari nu sunt permise in alimentele pentru copii, deoarece le lipseste capacitatea de a metaboliza cantitati mari de acid malic), E 322 - lecitine, emulgatori (desi in general este sigur, unele studii arata ca poate fi descompus de bacteriile din tractul digestiv intr-un compus care poate contribui in timp la aparitia aterosclerozei si a infarctului), E 330 - acidul citric (distruge smaltul dentar, fiind nerecomandat copiilor celor care au afectiuni cardiovasculare sau renale, afectiuni ale aparatului digestiv si diaree), E 407 - caragenan, agent de ingrosare (unele studii au aratat ca poate avea un efect toxic, putand provoca ulcer si cancer), E 410 - guma de carruba, agent de ingrosare (poate provoca scaderea eficientei anumitor substante care ajuta digestia), E 412 - guma de guar (poate provoca alergii), E 414 (poate provoca alergii si se comporta ca o substanta de balast), E 417 - guma tara, stabilizator (poate provoca alergii).

Studiul privind calitatea inghetatei industriale face parte din Campania nationala de informare si educare: Hrana sanatoasa - o investitie pe termen lung in sanatatea noastra, prin intermediul careia APC Romania isi doreste sa informeze consumatorii despre importanta unui stil de viata bazat pe alimente sanatoase, precum si despre importanta etichetei aflate pe produsele din magazine.

SURSA:

HotNews.ro