

ÉDESÍTŐSZEREK A VENDÉGLÁTÁSBAN

Édesítőszer megítélése és vendéglátóipari hasznosítása a cukorbetegség változatos táplálkozásának segítésére

Mazalin Viktória Laura 1, Lugasi Andrea 2, Felkai Csaba 3

1 Budapesti Gazdasági Főiskola

2 Budapest Gazdasági Főiskola

3 Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet

A hazai egészségügyi statisztikai adatok szerint folyamatosan emelkedik azon betegek száma, akik a cukorbetegség valamely típusában szenvednek. A betegség kezdeti stádiumában történő diagnosztizálásával számos szövődmény megelőzésére nyílik lehetőség, így a beteg állapotának javulása is elérhető. Jelen munka egyik célja, hogy felhívja a figyelmet a cukorbetegségre, diagnosztizálásának fontosságára, valamint arra a tényre, hogy érdemes korai szakaszban felismerve megelőzni a szövődményeket.

E cél elérése érdekében először az édesítőszer ismertségének és elfogadottságának feltérképezése történt meg primer kutatások keretében. Az erre a célra szerkesztett kérdőívben külön rész foglalkozik az egészséges emberek és cukorbeteg édesítőszerrel kapcsolatos ismereteivel. Majd olyan vendéglátó egységek - cukrászatok, cukrászdák - vezetőivel készültek interjúk, ahol cukormentes sütemények előállításával is foglalkoznak. Külön figyelemmel kerültek vizsgálatra a műhelyekben használt édesítőszer, és az adott édesítőszer alkalmazásának oka, indoka. Néhány kiválasztott süteményben laboratóriumi vizsgálattal került meghatározásra a bennük lévő édesítőszer mennyisége, amit a fogyasztó egy szelet elfogyasztásával juttat szervezetébe. A vizsgálatok eredményei alapján igazolásra került, hogy a termékek cukorbeteg számára is fogyaszthatók. Végezetül pedig új lehetséges felhasználási módokra tettünk javaslatokat, és felhívtuk a figyelmet arra, hogy érdemes már fiatal korban odafigyelni a táplálkozásra, ezzel csökkenteni a későbbi cukorbetegség kialakulásának kockázatát.

A vizsgálatok és kutatások legfontosabb eredménye az volt, hogy a megkérdezettek jelentős százaléka tájékozott az édesítőszer tekintetében, bár ez még nem igazolja azt, hogy tesz is egészsége megóvásáért. A kutatások rámutattak arra, hogy sokan, akik még nem cukorbeteg, de több szempontból is rizikó csoportba sorolhatóak, egyáltalán nem törődnek a kialakulás lehetőségével, és életmódjuk egyenesen a betegség kialakulásához vezetheti őket. Sokan pedig, akik diagnosztizáltak betegek nemcsak diétát nem tartanak, de még a cukorfogyasztással sem hagynak fel. Bár most csupán a cukor és az édesítőszer fogyasztásának szempontjából történtek vizsgálatok, ami csak egy része a megelőzés lehetőségének, így is komoly lehetőségeket fedezhetők fel. A vendéglátó üzletek többsége már rendelkezik cukormentes kínálattal, melyek azonban kevés figyelmet kapva, nem épülnek be a vásárlók tudatába. Az édesítőszer nagy választéka várja a vásárlókat a legtöbb boltban, amelyek fogyasztása segíthetne akár napjaink cukorfogyasztásának mérséklésében. Ezzel együtt, fontos lenne azt is, hogy a cukrászdák széles körben bekapcsolódjanak a betegség elleni prevenciók küzdelembe. Ám a későbbiekre vonatkozóan érdemes lenne nemcsak a cukorral, hanem az egyéb, szénhidrát-anyagcserét befolyásoló élelmiszer alapanyagokkal is részletesebben foglalkoznánk, a globális kép kialakítása érdekében.