

Zdravotná bezpečnosť potravín

Funkčné potraviny: zdravotné a výživové tvrdenia



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Obsah

- Funkčné potraviny a zložky
- Úloha EFSA
- Zdravotné a výživové tvrdenia o potravinách: definície, legislatíva, príklady
- Doplnky stravy: legislatíva, definícia



Úvod

Chceme viac!!

- Zmena vo výžive
- Výživa (ako dodanie základných živín)
- Optimálna výživa (pridaná hodnota potravín)

PREČO???

- Intenzívny vedecký vývoj v oblasti výživy a potravín
- Pohoda
- Choroby súvisiace so životným štýlom
- Nový trhový potenciál



Zdravie mozgu

Zdravé trávenie

Vnútoraná krása

Manažment hmotnosti

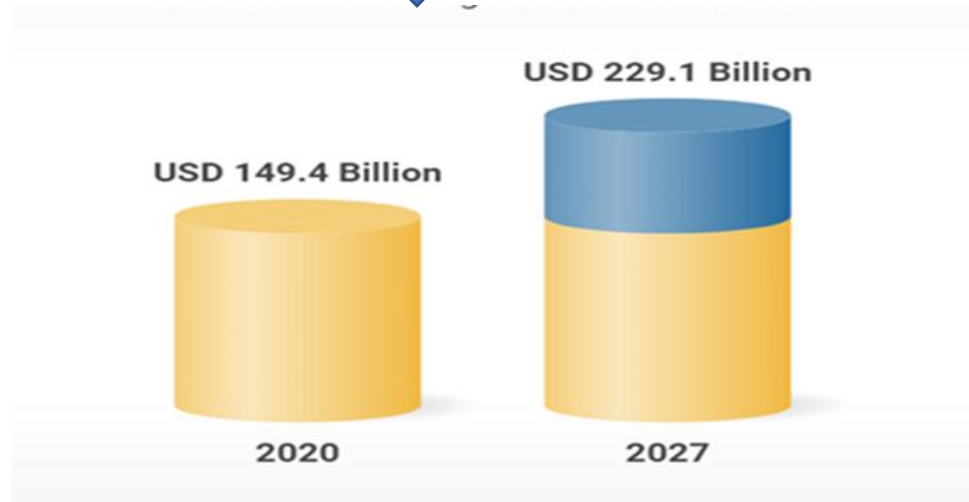
Imunita

Zdravé kosti a kĺby



Funkčné potraviny (FP) a nápoje

Svetový obchod s FP a nápojmi a
predpokladaný rast (6,3 %)



Naozaj?

Zdravý mozog

- ginkgo biloba extrakt
- extrakt zo ženšenu
- vitamíny- B12, B6
- aminokyseliny (L-tyrosine, L-tryptophan..)
- minerálne látky (Fe, Zn, I, Cu)

Zdravé srdce

- rastlinné steroly a ich estery
- vláknina (rozpustná /nerozpustná)
- vitamíny (E)
- polyfenoly





Karotenoidy pridané do potravín ako...?

- provitamín A,
- antioxidanty,
- protirakovinová aktivita,
- ochrana pred KVS ochoreniami,
- prevencia šedého zákalu,
- astma a alergie,
- ochranné účinky na rakovinu močového mechúra.....



Zdravotné a výživové tvrdenia o potravinách



Nariadenie (EC) č. 1924/2006 o výživových a zdravotných tvrdeniach

- harmonizuje ustanovenia zákonov, iných právnych predpisov alebo správnych opatrení členských štátov, ktoré sa vzťahujú na výživové a zdravotné tvrdenia, aby sa zabezpečilo efektívne fungovanie vnútorného trhu pri poskytnutí vysokej úrovne ochrany spotrebiteľa.

NARIADENIE KOMISIE (EÚ) č. 432/2012

zo 16. mája 2012

o povolení určitých zdravotných tvrdení o iných potravinách, ako sú tie, ktoré odkazujú na zníženie rizika ochorenia a na vývoj a zdravie detí





EFSA

Zdravotné a výživové tvrdenia - odsúhlasené v EFSA!!!

Úrad EFSA je zodpovedný za overenie vedeckého zdôvodnenia predložených tvrdení, z ktorých niektoré sa v súčasnosti používajú, niektoré z nich navrhujú žiadatelia - spoločnosti, ktoré chcú predložiť tvrdenia na autorizáciu v EÚ. Tieto informácie slúžia ako základ pre Európsku komisiu a členské štáty, ktoré sa potom rozhodnú, či tvrdenia povolia.

Práca úradu EFSA zahŕňa poskytovanie vedeckého poradenstva o:

- Zdravotné tvrdenia podľa článku 13.1
- Tvrdenia týkajúce sa zníženia rizika ochorenia a vývoja alebo zdravia dieťaťa podľa článku 14
- Kritériá pre nastavenie nutričných profilov

In addition to English, French, German, Italian and Spanish, content on our website is now available in Dutch, Greek, Polish, Portuguese and Swedish. To translate, please click on the button at the top of the page.

Health claims



Health claims

"weight reduction"

Is the food or ingredient defined?

Is the claimed effect defined?

What is the

CONCLUSI

Posit

Negat

This content is hosted by a third party. By showing the external content you accept the [terms and conditions](#) of youtube.com.

Remember my choice.
Your choice will be saved in a cookie managed by europa.eu until you've closed your browser.

Contents

- FAQ
- Published on this topic
- Related topic(s)

Tvrdenie: základná definícia



- je každé oznámenie alebo znázornenie, ktoré nie je povinné podľa právnych predpisov Spoločenstva ani vnútroštátnych právnych predpisov
- vrátane obrazového, grafického alebo symbolického znázornenia v akejkoľvek podobe,
- ktoré udáva, naznačuje alebo vyvoláva dojem, že daná potravina má osobitné vlastnosti;

Výživové hodnoty na 100 g / Nutritional values in 100 g	
Energetická hodnota / Energia / Energy	1685 kJ 400 kcal
Tuky / Fats	8,0 g
- z toho nasycené / nasýtené mastné kyseliny / of which saturated fatty acids	3,6 g
Sacharidy / Carbohydrates	61 g
- z toho cukry / of which sugars	2,9 g
Vláknina / Fibre	10 g
Bílkoviny / Bielkoviny / Proteins	16 g
Sól / Sol / Salt	1,5 g

Tvrdenia: základné definície

Výživové tvrdenie je každé tvrdenie, ktoré udáva, naznačuje alebo vyvoláva dojem, že potravinu má osobitné pozitívne výživové vlastnosti v dôsledku:

- a) energetickej (kalorickej) hodnoty, ktorú potravinu
- poskytuje,
 - poskytuje v zníženej alebo zvýšenej miere, alebo
 - neposkytuje, a/alebo
- b) živín alebo iných látok, ktoré potravinu
- obsahuje,
 - obsahuje v znížených alebo zvýšených pomeroch, alebo
 - neobsahuje



Výživové tvrdenia

NÍZKOENERGETICKÝ

Tvrdenie, že potravina má nízku energetickú hodnotu, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje viac ako 40 kcal (170 kJ)/100 g pri tuhých potravinách alebo viac ako 20 kcal (80 kJ)/100 ml pri tekutých potravinách. Pri stolových sladidlách sa uplatňuje hranica 4 kcal (17 kJ)/porcia so sladiacimi vlastnosťami zodpovedajúcimi 6 g sacharózy (približne 1 čajová lyžička sacharózy).

SO ZNÍŽENOU ENERGETICKOU HODNOTOU

Tvrdenie, že potravina má zníženú energetickú hodnotu, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak je energetická hodnota znížená aspoň o 30 % s uvedením vlastnosti resp. vlastností, ktoré spôsobujú zníženie celkovej energetickej hodnoty potraviny.

BEZ ENERGETICKEJ HODNOTY

Tvrdenie, že potravina je bez energetickej hodnoty, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje viac ako 4 kcal (17 kJ)/100 ml. Pri stolových sladidlách sa uplatňuje hranica 0,4 kcal (1,7 kJ)/porcia so sladiacimi vlastnosťami zodpovedajúcimi 6 g sacharózy (približne 1 čajová lyžička sacharózy).

S NÍZKYM OBSAHOM TUKU

Tvrdenie, že potravina má nízky obsah tuku, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje viac ako 3 g tuku na 100 g pri tuhých potravinách alebo 1,5 g tuku na 100 ml pri tekutých potravinách (1,8 g tuku na 100 ml pri polotučnom mlieku).

BEZ OBSAHU TUKU

Tvrdenie, že potravina neobsahuje tuk, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje viac ako 0,5 g tuku na 100 g alebo 100 ml. Tvrdenia ako „x % bez obsahu tuku“ sú však zakázané.

S NÍZKYM OBSAHOM NASÝTENÝCH TUKOV

Tvrdenie, že potravina má nízky obsah nasýtených tukov, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak súčet nasýtených mastných kyselín a transmastných kyselín vo výrobku neprevyšuje 1,5 g na 100 g pri tuhých potravinách alebo 0,75 g na 100 ml pri tekutých potravinách, pričom ani v jednom z týchto prípadov nesmie súčet nasýtených mastných kyselín a transmastných kyselín tvoriť viac ako 10 % energetickej hodnoty.

BEZ OBSAHU NASÝTENÝCH TUKOV

Tvrdenie, že potravina neobsahuje nasýtené tuky, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak súčet nasýtených tukov a transmastných kyselín neprevyšuje 0,1 g nasýtených tukov na 100 g alebo 100 ml.

S NÍZKYM OBSAHOM CUKRU

Tvrdenie, že potravina má nízky obsah cukru, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje viac ako 5 g cukru na 100 g pri tuhých potravinách alebo 2,5 g cukru na 100 ml pri tekutých potravinách.

BEZ CUKRU

Tvrdenie, že potravina neobsahuje cukor, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje viac ako 0,5 g cukru na 100 g alebo 100 ml.

BEZ PRÍDAVKU CUKRU

Tvrdenie, že do potraviny nebol pridaný cukor, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok neobsahuje žiadne pridané monosacharidy alebo disacharidy, ani žiadnu inú potravinu použitú pre jej sladiacu vlastnosť. Ak sa v potravine vyskytuje cukor prirodzene, na označení by sa malo uviesť aj toto: „OBSAHUJE PRÍRODNÉ CUKRY“.

S NÍZKYM OBSAHOM SODÍKA/SOLI



Zdravotné tvrdenia: základné definície



„zdravotné tvrdenie“ je každé tvrdenie, ktoré udáva, naznačuje alebo vyvoláva dojem, že existuje súvislosť medzi kategóriou potravín, potravinou alebo jednou z jej zložiek a zdravím;

„tvrdenie o znížení rizika ochorenia“ je každé zdravotné tvrdenie, ktoré udáva, naznačuje alebo vyvoláva dojem, že konzumácia nejakej kategórie potravín, potraviny alebo jednej z jej zložiek vo významnej miere znižuje rizikový faktor výskytu ochorenia u ľudí;

EU register o VT a ZT



má iba informačný charakter ohľadom:

- povolené výživové tvrdenia a podmienky ich používania
- povolené zdravotné tvrdenia, podmienky ich používania a prípadné obmedzenia;
- nepovolené zdravotné tvrdenia a dôvody ich neschválenia;
- právne akty EÚ pre špecifické zdravotné tvrdenia.

Komisia aktualizuje register EÚ podľa potreby, a to po prijatí rozhodnutí EÚ o žiadostiach o tvrdenia alebo o zmenách podmienok používania a obmedzeniach.

EU register o VT a ZT



Claim type	Nutrient, substance, food or food category	Claim	Conditions of use of the claim / Restrictions of use / Reasons for non-authorization	Health relationship	EFSA opinion reference	Commission regulation	Status	Entry Id
Art.13(5)	Low-fat fermented milk with a combination of fructo-oligosaccharides (FOS) and live <i>Lactobacillus rhamnosus</i> GG (ATCC 53103), <i>Streptococcus thermophilus</i> (Z57) and <i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> (LB2).	Consumption of low-fat fermented milk with a combination of fructo-oligosaccharides (FOS) and live <i>Lactobacillus rhamnosus</i> GG (ATCC 53103), <i>Streptococcus thermophilus</i> (Z57) and <i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> (LB2) helps to reduce recurrence of lip cold sores caused by Herpes simplex virus infection in healthy susceptible individuals.	Non-compliance with the Regulation because on the basis of the scientific evidence assessed, this claimed effect for this food has not been substantiated.		Q-2015-00488	http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32017R1202&from=EN > Commission Regulation (EU) 2017/1202 of 05/07/2017	Non-authorized	N/A
Art.13(5)	Wheat polar lipid extract	Contributes to improve skin hydration	Non-compliance with the Regulation because on the basis of the scientific evidence assessed, this claimed effect for this food has not been substantiated		Q-2011-01122	Commission Regulation (EU) No 1066/2013 of 30/10/2013	Non-authorized (expiry of transitional period 20/05/2014)	N/A
Art.13(5)	A combination of flaxseed oil and vitamin E	Contributes to maintain skin permeability barrier function	Non-compliance with the Regulation because on the basis of the scientific evidence assessed, this claimed effect for this food has not been substantiated		Q-2012-00337	Commission Regulation (EU) No 1066/2013 of 30/10/2013	Non-authorized (expiry of transitional period 20/05/2014)	N/A
Art.13(5)	<i>Vitis vinifera</i> L. seeds extract	Contributes to promote venous circulation in the legs	Non-compliance with the Regulation because on the basis of the scientific evidence assessed, this claimed effect for this food has not been substantiated.		Q-2012-00387	Commission Regulation (EU) No 155/2014 of 19/02/2014	Non-authorized (expiry of transitional period 12/09/2014)	N/A



Príklad schváleného ZT: Esenciálne mastné kyseliny



Tvrdenie:

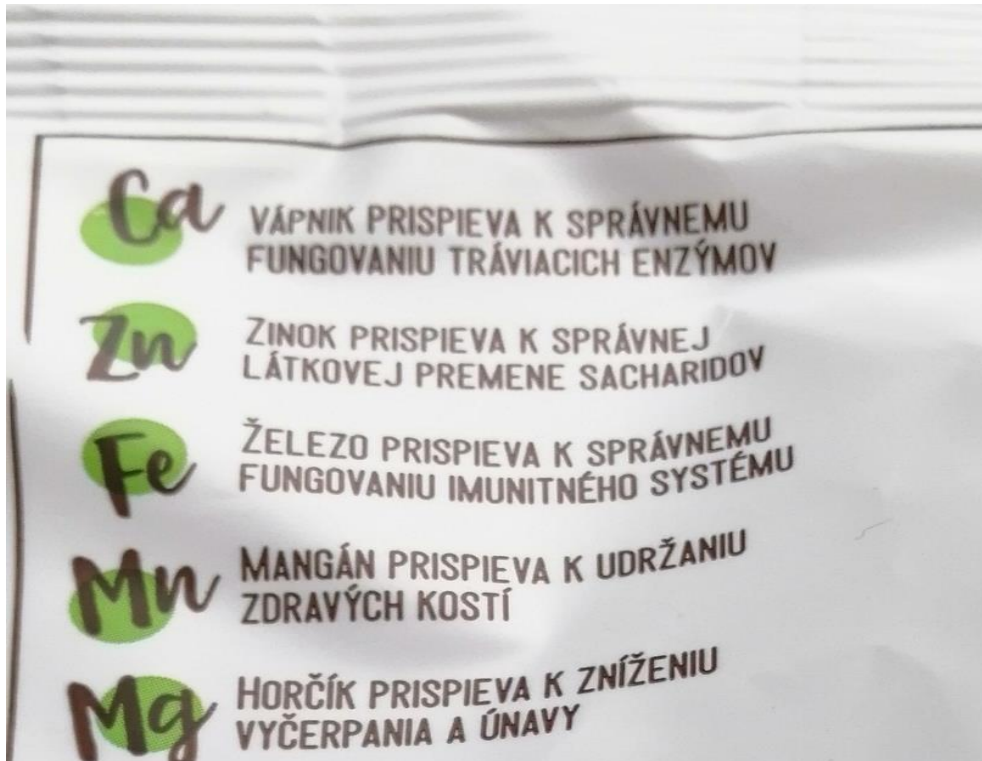
Esenciálne mastné kyseliny sú potrebné pre normálny rast a vývoj detí.

Podmienky použitia:

Informácia pre spotrebiteľa, že priaznivý účinok sa dosiahne pri dennom príjme 2 g kyseliny α -linolénovej (ALA) a pri dennom príjme 10 g kyseliny linolovej (LA).

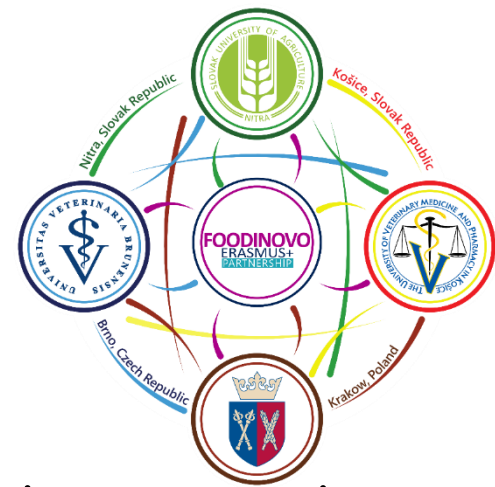


Príklad schváleného ZT: Železo



Železo prispieva k správne fungovaniu imunitného systému. Tvrdenie sa môže používať len v prípade potraviny, ktorá je aspoň zdrojom železa, ako sa uvádza v tvrdení ZDROJ [NÁZOV VITAMÍNU/VITAMÍNOV] A/ALEBO ZDROJ [NÁZOV MINERÁLU/ MINERÁLOV] uvedenom v prílohe k nariadeniu (ES) č. 1924/2006.

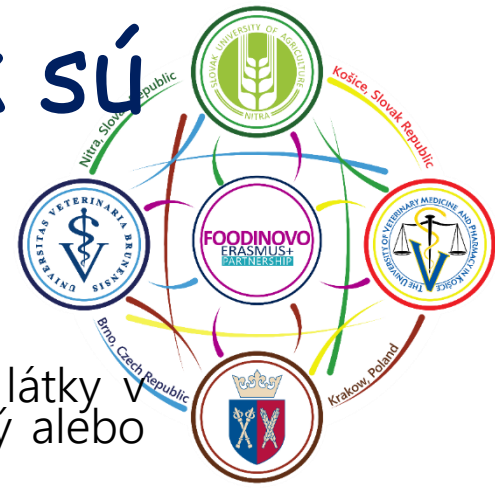
Používanie tvrdení nesmie:



- byť nepravdivé, nejednoznačné alebo klamlivé;
- viesť k pochybnostiam o bezpečnosti a/alebo výživovej primeranosti iných potravín;
- nabádať k nadmernej konzumácii potravy alebo ju ospravedlňovať;
- udávať, naznačovať alebo vyvolávať dojem, že vyvážená a pestrá strava nemôže vo všeobecnosti poskytnúť primerané množstvo živín,
- odkazovať na zmeny v telesných funkciách, ktoré by mohli u spotrebiteľa vyvolať strach alebo by jeho strach mohli zneužiť, a to ani v texte, ani prostredníctvom obrazových, grafických alebo symbolických znázornení.



Používanie tvrdení sa povoľuje, len ak sú splnené podmienky



- a) preukázalo sa, že prítomnosť, neprítomnosť alebo znížený obsah živiny alebo inej látky v potravině alebo kategórii potravín, na ktorú sa tvrdenie vzťahuje, má pozitívny výživový alebo fyziologický účinok potvrdený všeobecne uznávanými vedeckými dôkazmi;
- b) živina alebo iná látka, na ktorú sa tvrdenie vzťahuje:
 - (i) je vo významnom množstve obsiahnutá v konečnom výrobku, ako je vymedzené v právnych predpisoch Spoločenstva, alebo, ak takéto predpisy neexistujú, v množstve, ktoré vyvolá tvrdený výživový alebo fyziologický účinok potvrdený všeobecne uznávanými vedeckými dôkazmi; alebo
 - (ii) nie je prítomná alebo je prítomná v zníženom množstve, ktoré vyvolá tvrdený výživový alebo fyziologický účinok potvrdený všeobecne uznávanými vedeckými dôkazmi;
- c) ak je to uplatniteľné, živina alebo iná látka, na ktorú sa tvrdenie vzťahuje, je vo forme, ktorú môže telo spracovať;
- d) množstvo výrobku, o ktorom možno rozumne predpokladať, že sa skonzumuje, poskytuje významné množstvo živiny alebo inej látky, na ktorú sa tvrdenie vzťahuje, ako je vymedzené v právnych predpisoch Spoločenstva, alebo ak takéto predpisy neexistujú, vo významnom množstve, ktoré vyvolá tvrdený výživový alebo fyziologický účinok potvrdený všeobecne uznávanými vedeckými dôkazmi;
- e) sú dodržané osobitné podmienky podľa legislatívy



Zdravotné tvrdenia sú povolené len vtedy, ak označenie obsahuje tieto informácie pri prezentácii a v reklame



- údaj poukazujúci na dôležitosť pestrej a vyváženej stravy a zdravého životného štýlu;
- množstvo potraviny a spôsob konzumácie, ktoré sú potrebné na dosiahnutie tvrdeného pozitívneho účinku;
- v prípade potreby údaj určený osobám, ktoré by sa mali vyhnúť používaniu tejto potraviny; a
- príslušné varovanie pri výrobkoch, ktoré môžu pri nadmernej konzumácii predstavovať zdravotné riziko.



Výživové doplnky v súvislosti s použitými VT a ZT

Definícia „potravin“

Na účely tohto nariadenia „potraviny“ znamenajú akékoľvek látky alebo výrobky, či už spracované, čiastočne spracované alebo nespracované, ktoré sú určené na ľudskú spotrebu alebo o ktorých sa predpokladá, že sú na ňu určené.

„Potraviny“ znamenajú tiež nápoje, žuvačky a všetky látky vrátane vody, zámerne pridávanej do potravín počas ich výroby, prípravy alebo úpravy.

EC 178/2002

Potravinové doplnky

Sú potraviny, ktorých účelom je dopĺňovanie bežnej stravy, a ktoré sú koncentrovanými zdrojmi živín alebo iných látok s nutričným alebo fyziologickým účinkom – samostatne alebo v kombinácii – predávané vo forme dávok a to také formy ako sú kapsule, pastilky, tabletky, pilulky a iné podobné formy, vrecúška s práškom, ampulky s kvapalinou, fľaštičky na dávkovanie kvapiek a iné podobné formy kvapalín a práškov určené na príjem v meraných množstvách v malých jednotkách;

EC 2002/46



Referenčné hodnoty v potravinách

1. Vitamíny a minerálne látky, ktoré možno uvádzať, a ich referenčné výživové hodnoty (NRV)

Vitamín A (μg)	800	Chlorid (mg)	800
Vitamín D (μg)	5	Vápnik (mg)	800
Vitamín E (mg)	12	Fosfor (mg)	700
Vitamín K (μg)	75	Horčík (mg)	375
Vitamín C (mg)	80	Železo (mg)	14
Vitamín B1 (mg)	1,1	Zinok (mg)	10
Vitamín B2 (mg)	1,4	Meď (mg)	1
Niacín (mg)	16	Mangán (mg)	2
Vitamín B6 (mg)	1,4	Fluorid (mg)	3,5
Kyselina listová (μg)	200	Selén (μg)	55
Vitamín B12 (μg)	2,5	Chróm (μg)	40
Biotín (μg)	50	Molybdén (μg)	50
Kyselina pantotenová (mg)	6	Jód (μg)	150
Draslík (mg)	2 000		



Vitamínové a minerálne látky, ktoré možno použiť pri výrobe potravinových doplnkov

Smernica Európskeho parlamentu a Rady 2002/46/ES z 10. júna 2002 o aproximácii právnych predpisov členských štátov týkajúcich sa potravinových doplnkov

PRÍLOHA I
Vitamíny a minerálne látky, ktoré sa môžu používať pri výrobe potravinových doplnkov

Vitamíny

vitamín A ($\mu\text{g RE}$)
vitamín D (μg)
vitamín E ($\text{mg } \alpha\text{-TE}$)
vitamín K (μg)
vitamín B1 (mg)
vitamín B2 (mg)
niacín (mg NE)
kyselina pantoténová (mg)
vitamín B6 (mg)
kyselina listová (μg)
vitamín B12 (μg)
biotín (μg)
vitamín C (mg)





Food and Agriculture Organization of the United Nations

GUIDELINES FOR VITAMIN AND MINERAL FOOD SUPPLEMENTS

CAC/GL 55 - 2005



Minimálna úroveň každého vitamínu a / alebo minerálnej látky obsiahnutého v doplnku stravy v dennej dávke, by mal byť 15 % z odporúčaného denného príjmu, ktorý je stanovený FAO / WHO normami alebo EU legislatívou.

Maximálne množstvá vitamínov a minerálnych látok v doplnkoch stravy v rámci denného príjmu by mali byť odporúčené výrobcom, berúc do úvahy nasledovné kritériá:

- a) najvyššie bezpečné hladiny vitamínov a minerálnych látok založené na vedeckom hodnotení rizika všeobecne akceptovaných vedeckých údajov za predpokladu rôzneho stupňa senzitivity rozdielnych skupín obyvateľstva,
- b) denný príjem vitamínov a minerálnych látok z iných zdrojov stravy.

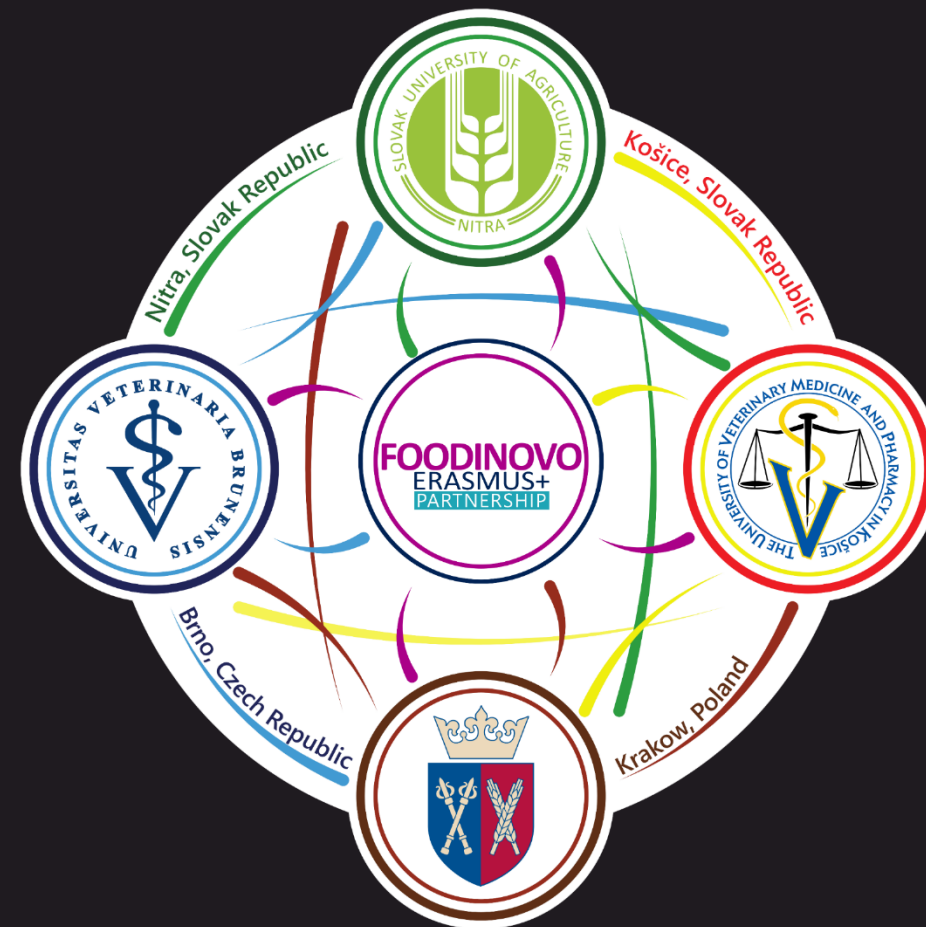
This work was co-funded by the Erasmus+ Programme
of the European Union

Innovation of the structure and content of study
programs profiling food study fields with a view to
digitizing teaching

Táto publikácia bola spolufinancovaná programom
Európskej Únie Erasmus+

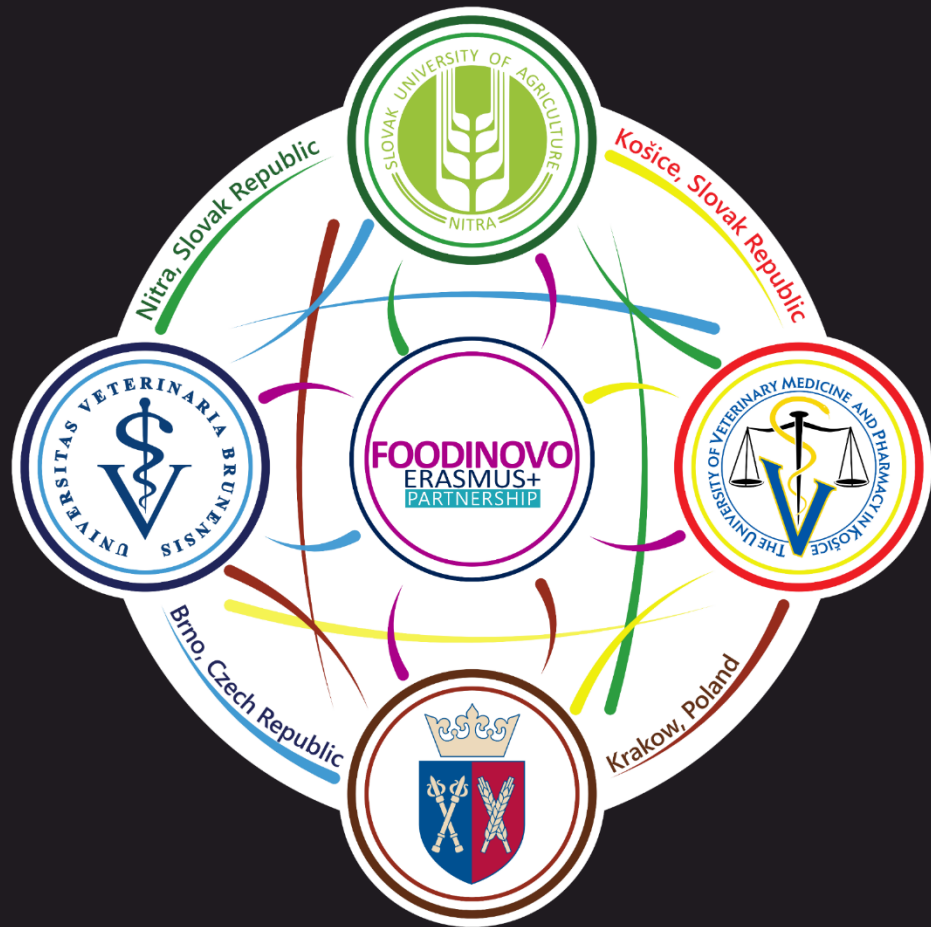
Inovácia štruktúry a obsahového zamerania študijných
programov profilujúcich potravinárske
študijné odbory s ohľadom na digitalizáciu výučby

FOODINOVO | 2020-1-SK01-KA203-078333



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



FOODINOVO | 2020-1-SK01-KA203-078333

