

8 czerwca 2016

Prof. Mariusz Piskula

Czy wiesz po co to jesz?

Wraz z postępowaniem cywilizacyjnym i statusem majątkowym pojmowanie funkcji żywności ulega zasadniczym zmianom, od niezbędnego dla biologicznego przetrwania źródła energii i budulca do czynnika mającego zapewnić oczekiwany wygląd. Zmiany te również mają związek z postępowaniem, jakie niesie nauka, który jednoznacznie pokazuje zależność pomiędzy odżywianiem się a zdrowiem, albo raczej z chorobami, między innymi układu krążenia, otyłością czy cukrzycą typu 2. Rosnąca liczba zachorowań to w znacznej mierze konsekwencja trybu życia współczesnego człowieka zwłaszcza z obszaru tzw. kultury zachodu, z jednej strony mającego niemal nieograniczony dostęp do żywności a z drugiej żyjącego w dużym tempie generującym określone potrzeby.

Dopasowanie diety do potrzeby konsumenta jest pochodną jego cech indywidualnych wynikających ze stanu zdrowia, trybu życia, wieku czy genomu, dlatego też coraz częściej mówi się o personalizacji żywności, żywności „szytej na miarę”.

Powiedzenie „niech żywność będzie twoim lekarstwem a lekarstwo twoją żywnością” jest aktualne jak nigdy przedtem. Z tego względu na rynku pojawia się coraz więcej produktów przedstawianych jako te, które mają zapewnić określone korzyści zdrowotne. Począwszy od żywności funkcjonalnej o potwierdzonym w badaniach klinicznych pozytywnym oddziaływaniu na organizm człowieka po różnego rodzaju suplementy sprzedawane jako dietetyczne środki spożywcze, a więc o skuteczności nie koniecznie potwierdzonej naukowo. Różnorodność oferty handlowej stawia potencjalnych nabywców przed koniecznością dokonywania świadomych wyborów.