



БЪЛГАРСКА АГЕНЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТ НА ХРАНИТЕ
ЦЕНТЪР ЗА ОЦЕНКА НА РИСКА

✉ гр. София, 1606, бул. "Пенчо Славейков" № 15А
☎ +359 (0) 2 915 98 20, 📠 +359 (0) 2 954 95 93, www.babh.government.bg

ИНФОРМАЦИЯ

за VII-та Национална конференция по хранене Варна, 16-18 май, 2014 г.

д-р Надя Сертова

Конференцията бе открита от проф. д-р Б. Попов, Председател на Българското дружество по хранене и диететика. На конференцията присъстваха представители на НЦОЗА, УМБАЛ "Царица Йоанна", МУ-София, РЗИ-София, ТУ-Варна, МУ-София, МУ-Пловдив, ЮЗУ-Благоевград, Селскостопанска академия и представители от БАН-Институт по органична химия с център по фитохимия. Бяха изнесени следните по важни презентации:

Видове хранителна непоносимост с най-висока честота сред българското население и съвременни методи за тяхната ранна диагностика и диетотерапия.

Видове хранителна непоносимост

- хранителна алергия на база имунологична реакция
- хранителна непоносимост на база ензимен дефицит
- хранителна непоносимост на база псевдоалергични реакции

От своя страна *хранителната непоносимост базирана на псевдоалергични реакции* бива:

- Лактозна
- Фруктозна
- Лекарствени реакции
- Алкохол, технологични добавки

Най-често срещани непоносимости в храните са глутенова и млечна. Важно е да се обърне внимание, че за да се избегне млечната непоносимост, всяка майка след 22^{-рата} седмица на бременност трябва да избягва консумацията на млечни продукти, т.е. превенцията започва от майката.

Проучване на тегло на ученици в начален курс на обучение от гр. Варна. Много важно е да се проследява теглото, повече от децата са с наднормено тегло, отколкото тези под нормата. По-висок е процентът на затлъстяване при момчетата, отколкото при момичетата. Изводът, е че учениците трябва да бъдат запознати със здравословния начин на живот, както и със здравословното хранене.

Традиционни храни – настояще и перспективи. Беше направен преглед относно храненето на населението на Балканите от славяните до днешно време. Отново акцентът пада върху здравословното хранене в миналото. Лекторът се спря на традиционните храни, които се консумират по празниците в България. Има необходимост от проучване, тъй като много храни намаляват като относителен дял в консумацията на хората. Като такава храна беше посочена пшеницата. За тази цел е необходимо да се насърчава диверсикацията в селското стопанство, което е регулирано от Регламент 509/2006/ ЕС.

Съвременни насоки на диетотерапията в клиничната генетика.

Диети в клиничната диететика

- основни рестрикционни диети
- белтъчнорестрикционни
- въглехидратнорестрикционни

Комбинирани диети

Кетогенна диета - прилага се при болни от епилепсия. Кетогенната диета, всъщност е класическата диета, където мазнини:въглехидрати са в съотношение, 4:1. Тя отскоро се прилага в България, в Университетската детска болница в София. За да се приложи тази диета е необходимо да се извърши консултация с невролог.

Нискомолекулни антиоксиданти в бирата.

Като такъв беше разгледан пролина, който всъщност е 1 от 20^{-те} аминокиселини изграждащи белтъците. В бирата съдържанието на пролин е почти еднакво с това на полифенолите. Изводът, е че пивото е източник на нискомолекулни антиоксиданти.

Транс-мастни киселини, регулаторни предизвикателства и рискове за здравето.

Транс мазнини (или транс мастни киселини) са създадени чрез промишлен процес, като се добавя водород към течни растителни масла, за да ги направи по-твърди. Другото име на транс мазнините е "частично хидрогенирани масла." Получават се при затопляне и пържене на масла при $T > 220^{\circ}\text{C}$.

Млечните продукти съдържат от 3-6% транс мастни киселини, маргаринът до 50%, агнешкото месо не повече от 6%. Както е известно те повишават риска от сърдечносъдови заболявания, докато заместването на 2% от дневния им прием с въглехидрати намалява този риск. В някои държави (без България) има база данни за прием на мастни киселини. Препоръката на Европейският Орган по Безопасност на храните (EFSA) за прием на транс-мастни киселини е - "Колкото е възможно по-ниска консумация". В Регламент 1169/2011 относно етикетирани на храни, който ще влезе в сила в края на 2014 г, изискването е транс мастните киселини да бъдат отбелязани с термина "напълно хидрогенирани" или "частично хидрогенирани". Количеството на наситените мастни киселини е задължително да се отбелязва върху етикета.

Шипкови плодове-източник на биологично-активни вещества и техните ефекти. Шипката е една от най-разпространените и широко използвани билки у нас, с изключително лечебно действие, доказано през годините. Високото съдържание на витамини я превръщат в ценна хранителна добавка. Шипките намират приложение за лечение на ставни заболявания, в хранителновкусовата промишленост за мармалади, желета, а в Швеция като деликатес се приготвя супа. За отбелязване, е че 75-80% от износът на лечебни растения са диворастващите билки.

За периода 2008-2011г. България е била на второ място в ЕС по износ на билки след Румъния, а през 2012г. на 4^{-то} място.

DASH-диетичен подход при метаболитен синдром. Диетата DASH е съкращение на "Dietary Approaches to Stop Hypertension", което означава "диетичен подход към предотвратяване на високо кръвно налягане". Режимът е създаден специално да бъде в помощ при контрол на високото кръвно налягане и широко се препоръчва от Американския Национален Институт по сърдечносъдово и белодробно здраве. *Основните компоненти на тази диета са:*

- пълнозърнести продукти
- плодове
- нискомаслени млечни продукти
- ядки

Проучване на хранителния статус при онкоболни. Бяха разгледани методите за оценка на хранителния статус. Причините за намаления хранителен режим при онкоболни са:

- болка
- депресивност-
- провеждана терапия (химио)

Биоактивни, функционални храни и новите нано- и омикс технологии. Смята се, че една храна е функционална, ако отговаря на следните характеристики: трябва да е доказано, че хранителният продукт, освен че притежава обичайната хранителна стойност, влияе добре на една или няколко функции на организма, спомагайки за подобряването на човешкото здраве и за намаляване на рисковете от заболявания; продуктът трябва да е хранителен или да е част от хранителен продукт, т.е. хапчета или лекарства не могат да бъдат функционална храна; продуктът трябва да оказва благоприятното си влияние, когато се поема в количества, които се смятат за нормални за една здравословна диета. Всяка храна придружена със здравна претенция е функционална. Важно е да се отбележи, че за да се утвърди такава претенция е много скъпо.

ОМИКС технологии (геномика, протеомика, метаболомика): съвременно понятие за едновременно изследване (интегриран подход) потенциала на живата клетка на равнище ген, белтък, метаболити, с помощта на високите модерни технологии, включително и информационните (компютърни) технологии.

Нанотехнологиите оказват влияние върху хранителната промишленост от производството и преработката на храните, до опаковането, транспортирането и консумирането им. Компаниите разработват наноматериали, които подобряват не само вкуса на храните, но и тяхната безопасност и полза за здравето. На този етап все още няма данни за наночастици в храни и затова не може да се направи оценка на риска в тази посока. В Регламент (ЕС) № 1169/2011 се предвижда, че всички хранителни съставки, които са под формата на *специално създадени наноматериали*, трябва ясно да се обозначават в списъка на хранителните съставки, за да се осигури информация за потребителите. Освен това наименованията на хранителните съставки, които са под формата на специално създадени наноматериали, трябва да се придружават от думата „нано“ в скоби.

Горепосочената информация ще бъде публикувана на електронната страница на Българска агенция по безопасност на храните (<http://www.babh.government.bg/bg/actualno-risk-evaluation.html>) и Националния фокален център на EFSA (http://focalpointbg.com/index.php?option=com_content&view=article&id=59&Itemid=78&lang=bg) към Центъра за оценка на риска.

26.05.2014г.