

# Funkční potraviny, biopotraviny, potraviny na bázi geneticky modifikovaných organismů, přídatné látky v potravinách, potravinové doplňky



## Článek byl označen za rozpracovaný,

od jeho poslední editace však již uplynulo více než 30 dní

Chcete-li jej upravit, pokuste se nejprve vyhledat autora v historii ([https://www.wikiskripta.eu/index.php?title=Funk%C4%8Dn%C3%AD\\_potraviny,\\_biopotraviny,\\_potraviny\\_na\\_b%C3%A1zi\\_geneticky\\_modifikovan%C3%BDch\\_organism%C5%AF,\\_p%C5%99%C3%ADdatn%C3%A9\\_l%C3%A1tky\\_v\\_potravin%C3%A1ch,\\_potravinov%C3%A9\\_dopl%C5%88ky&action=history](https://www.wikiskripta.eu/index.php?title=Funk%C4%8Dn%C3%AD_potraviny,_biopotraviny,_potraviny_na_b%C3%A1zi_geneticky_modifikovan%C3%BDch_organism%C5%AF,_p%C5%99%C3%ADdatn%C3%A9_l%C3%A1tky_v_potravin%C3%A1ch,_potravinov%C3%A9_dopl%C5%88ky&action=history)) a kontaktovat jej. Podívejte se také do diskuse ([https://www.wikiskripta.eu/w/Diskuse:Funk%C4%8Dn%C3%AD\\_potraviny,\\_biopotraviny,\\_potraviny\\_na\\_b%C3%A1zi\\_geneticky\\_modifikovan%C3%BDch\\_organism%C5%AF,\\_p%C5%99%C3%ADdatn%C3%A9\\_l%C3%A1tky\\_v\\_potravin%C3%A1ch,\\_potravinov%C3%A9\\_dopl%C5%88ky](https://www.wikiskripta.eu/w/Diskuse:Funk%C4%8Dn%C3%AD_potraviny,_biopotraviny,_potraviny_na_b%C3%A1zi_geneticky_modifikovan%C3%BDch_organism%C5%AF,_p%C5%99%C3%ADdatn%C3%A9_l%C3%A1tky_v_potravin%C3%A1ch,_potravinov%C3%A9_dopl%C5%88ky)).

Pokud vše nasvědčuje tomu, že původní autor nebude v editacích v nejbližší době pokračovat, odstraňte šablonu {{Pracuje se}} a stránku .

Stránka byla naposledy aktualizována v sobotu 16. března 2019 v 22:10.

## Funkční potraviny

- Funkční potraviny jsou potraviny, které mají kromě základní výživové hodnoty i prokazatelně **příznivý vliv na lidské zdraví** při dlouhodobé konzumaci. <sup>[1]</sup>

*Příklad: posílení imunity, zpomalení příznaků stárnutí, urychlení rekonvalescence, prevence onemocnění.*

- Funkční potraviny mohou být přirozené potraviny bez úprav.
  - Z konvenčních potravin získáme funkční potraviny přidáním biologicky aktivních látek nebo odstraněním nežádoucích složek (alergeny).
  - Vyšší obsah žádoucích látek může být dosažen šlechtěním.

*Příklady funkčních potravin: kysané mléčné výrobky, brokolice, citrusové plody, hroznové víno, rajčata, zelený i černý čaj s obsahem antioxidantů, výrobky se zvýšeným obsahem vlákniny, rostlinná másla a margariny s polynenasycenými mastnými kyselinami a fytosteroly...*

- Do této skupiny lze zaradit i některé potraviny pro zvláštní výživu.

 Podrobnější informace naleznete na stránce [Funkční potraviny](#).

## Biopotraviny

- Nazývané též *bioprodukty*, *ekoprodukty*.
- Jsou to potraviny vyrobené kontrolovanými postupy ze surovin na **ekologicky obhospodařované půdě** s nízkou kontaminací.
- Produkovány v menších množstvích v oblastech bez intenzivního zemědělství s nižším spadem imisí.
- Produkty mívají *vyšší hodnoty některých vitaminů, minerálních látek, vlákniny a nižší hodnoty hlavních živin* (bílkoviny, tuky, sacharidy).
- Biopotraviny jsou několikanásobně dražší než konvenční potraviny, výnosy alternativního zemědělství bývají nízké.
- Biopotraviny **podléhají zvláštním legislativním předpisům**.
- Jsou označovány speciálním logem.
- Pro obsah kontaminujících látek nejsou stanoveny normy, bývá však nižší.
- Obsah mikroorganismů a přírodních toxických látek bývá vyšší, proto je potřebná stejná kontrola zdravotní nezávadnosti jako u konvenčních potravin.

 Podrobnější informace naleznete na stránce [Biopotraviny](#).

## Potraviny na bázi geneticky modifikovaných organismů

- Zákon 153/2000 Sb. definuje **geneticky modifikovaný organismus** (GMO) je takový organismus (kromě člověka), jehož **dědičný materiál byl změněn genetickou modifikací** (cílenou změnou) způsobem, kterého se nedosáhne přirozeně (křížení, šlechtění). Definice se vztahuje na organismy schopné

rozmnožování: mikroorganismy, rostliny, živočichy, buněčné kultury, **vyjímajíce člověka.**<sup>[1]</sup>

- Vnášení, odstraňování či utlumování genů s využitím metod genetického inženýrství, nezávisle na stupni příbuznosti dárce a příjemce.

*Příklady cílů genetické modifikace: rezistence vůči škodlivému hmyzu, tolerance k herbicidům, změna spektra zásobných látek.*

- Každé jednotlivé GMO před uvedením do praxe **potřebuje povolení**, kterému předchází podrobné testování.
- Na evropském trhu jsou především produkty z GM sóje, kukuřice, řepky. První GMO se začaly komerčně pěstovat v 90. letech v USA.
- GMO pravděpodobně nepředstavují riziko pro lidské zdraví. Obavy se týkají alergií, toxicity, nutriční hodnoty, nepřímého poškození člověka prostřednictvím zvířat krmených GMO.

 Podrobnější informace naleznete na stránce *Geneticky modifikované potraviny*.

## Přídavné látky

- Nazývané též *aditiva* se užívají ke zvýšení kvality potravin při jejich výrobě, balení, přepravě nebo skladování.
  - **Konzervační látky a antioxidanty** prodlužují skladovatelnost potravin.
  - **Barviva, aromata a umělá sladidla** upravují smyslové vlastnosti (barvu, chuť).
  - **Zahušťovadla a emulgátory** upravují konzistenci výrobku.
  - **Enzymy** se používají pro úpravu a urychlení technologických procesů.
- Použití každé přídavné látky předchází *toxikologické vyšetření* vč. vyšetření potenciální kancerogenity a *schvalovací řízení*.
- Veškeré povolené přídavné látky jsou uvedeny v seznamu přídavných látek a jejich maximální obsah v potravinách je limitován směrnici ministerstva zdravotnictví.
- Přítomnost přídavných látek musí být vyznačena na výrobku uvedením názvu látky nebo ve formě **číselného kódu E**

*Příklad: E101:riboflavin, E110:žlutá oranž S, E211:Benzoan sodný, E296: kyselina jablečná, E300:kyselina askorbová, E322:sojový lecitin...*

 Podrobnější informace naleznete na stránce *Potravinářská aditiva (1. LF UK, NT)*.

## Potravinové doplňky

- Zákon 110/1997 Sb. §2 definuje potravinové doplňky jako nutriční faktory (vitaminy, minerální látky, aminokyseliny, specifické mastné kyseliny a další látky) s významným biologickým účinkem.<sup>[1]</sup>
- Jsou určeny pro příjem v malých odměrných množstvích (tobolky, tablety, dražé, kapky...)
- Slouží k doplnění živin, nekompensují nesprávnou výživu.

 Podrobnější informace naleznete na stránce *Potravní doplňky*.

## Odkazy

### Použitá literatura

- KUDLOVÁ, Eva, et al. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2009. 287 s. s. 82-85. ISBN 978-80-246-1735-0.
- PERLÍN, Ctibor. *Zvláštní výživa* [online]. [cit. 2012-03-11]. <<https://el.lf1.cuni.cz/p24462415/>>.

### References

1. KUDLOVÁ, Eva, et al. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2009. 287 s. s. 82-85. ISBN 978-80-246-1735-0.