



PEKARSKI PROIZVODI KAO ZNAČAJAN IZVOR SKRIVENE SOLI U PREHRANI DJECE ŠKOLSKE DOBI

Maja Miškulin¹, Danijela Periš², Ivan Miškulin³, Dubravka Holik¹, Želimir Orkić¹, Nika Pavlović⁴, Gabrijela Dumančić⁴

¹ Medicinski fakultet Osijek, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Osijek, Hrvatska

² Udruga Optimalnom težinom do zdravlja „Vaga“, Osijek, Hrvatska

³ Ekonomski fakultet u Osijeku, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Osijek, Hrvatska

⁴ Zavod za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije, Osijek, Hrvatska



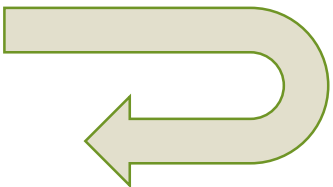
CILJ RADA



Utvrditi količinu soli koja se unosi u organizam putem različitih gotovih proizvoda poput pekarskih proizvoda



SKRIVENA SOL



ZAŠTO?

- Prehrana bogata solju



jedan od glavnih uzročnika
povišenog tlaka i bolesti
kardiovaskularnog sustava
(odrasli, djeca)



CILJANA SKUPINA OVOG
ISTRAŽIVANJA

DJECA ŠKOLSKE DOBI
KOJA KONZUMIRAJU
PEKARSKE PROIZVODE



MEĐUOBROK

Procijeniti značaj ovog
unosa



Eksperimentalni dio:

- Istraživanje 2009.
- **Posebno dizajnirani upitnik**
- Djeca 1-4.tog razreda OŠ
- Srednja starost 8,5 godina $\pm 1,5$



ANKETA:

1200 djece



1077 POPUNILO ANKETU

545
djevojčica
(50,6%)

532 dječaka
(49,4%)



MJERENJA:

- Količina soli u 42 najčešća pekarska proizvoda
- u najposjećenijim osječkim pekarnicama
- analizirana u **laboratoriju za kvalitetu** namirnica (KV) u ZZJZ osječko baranjske županije



22 najviše prodavana peciva
20 najviše prodvanih nadjevenih pekarskih proizvoda



REZULTATI

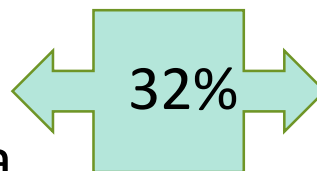
- **1077** ispitanika (djece ranije školske dobi)



345 konzumira pekarske proizvode kao međuobrok



28,3%
djevojčica
(154/545)



35,9%
dječaka
(191/532)



Srednja količina soli u analiziranim pekarskim proizvodima

2,4% (+-0,9)

2,8% (+-1) **obična peciva**

1,9% (+-0,5) **punjena peciva**

ŠTO TO ZNAČI?

Jedna slana pereca na dan (70g)

2 g soli



WHO (Svjetska zdravstvena org.) preporuke:

djeca 7-10 godina

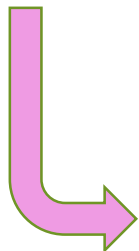
5 g soli/dan



ZAKLJUČAK



OKUS SOLI PRIMAMLJIV VEĆINI LJUDI



Konzumiranje slanih proizvoda u kasnijoj dobi povezano je s njihovim konzumiranjem u djetinjstvu



više od 1/3 djece školske dobi s područja grada Osijeka jednim međuobrokom nekog pekarskog proizvoda zadovolji **50%** dnevne potrebe za solju



NUŽNO!

pokretanje ciljanih javno zdravstvenih **akcija ZA SMANJENJEM pretjeranog unosa soli** hranom u populaciji djece školske dobi

KAKO I NA KOJI NAČIN?

JASNO DEKLARIRANJE PROIZVODA

EDUKACIJA PROIZVOĐAČA I POTROŠAČA O
POTENCIJALNIM RIZICIMA

UVOĐENJE ZDRAVIJE PREHRANE U
ŠKOLE





PITANJA?!?

HVALA NA PAŽNJI !

