

25% suplementów ma inny skład od deklarowanego

9 stycznia 2020

Polski Narodowy Instytut Leków (NIL) informuje, że aż 25% przebadanych przezeń suplementów diety ma skład inny niż deklarują producenci. Dobra wiadomość jest taka, że w żadnym z 50 popularnych suplementów nie odkryto zanieczyszczeń ani szkodliwych związków.

Jak powiedziała „Gazecie Prawnej” Anna Kowalczyk, dyrektor NIL, standardy wymagają, by zawartość składników aktywnych w produkcie była nie mniejsza niż 90%. Tymczasem okazało się, że w jednym z preparatów zawierających ostryż długi, który ma pomagać na problemy z wątrobą, środka tego jest zaledwie 3%. Niektóre suplementy z witaminami B2 i B6 zawierały ich 30% ilości zadeklarowanych na ulotce, preparaty reklamowane jako pomagające w walce z objawami menopauzy miały w sobie 18% deklarowanej ilości izoflawonów soi i 38% obiecanych izoflawonów koniczyzny czerwonej. W preparatach stwierdzono też mniej niż deklarowana ilość witaminy D. Ulotki suplementów podawały natomiast prawdziwe dane odnośnie zawartości składników mineralnych jak żelazo czy wapń.

Rynek suplementów rozwija się w Polsce bardzo dynamicznie. Do końca listopada ubiegłego roku klienci wydali na te preparaty 3,4 miliarda PLN. To o 200 milionów więcej, niż w analogicznym okresie roku poprzedniego. Szacuje się, że suplementy przyjmuje 20% Polaków. Większość z nich nie dostrzega różnicy pomiędzy lekami bez recepty a suplementami, uznaje je za środki całkowicie bezpieczne. Znaczna część sądzi też, że suplementy można przyjmować bez ograniczeń.

Suplementy od dawna budzą liczne kontrowersje. Niejednokrotnie informowaliśmy, że – w przeciwieństwie do prawidłowej diety – nie przyczyniają się one na zmniejszenie ryzyka zgonu, o

pojawiających się coraz częściej ostrzeżeniach przed suplementami czy o szkodliwych skutkach ich nadmiernego spożywania. Mogą jednak pomagać osobom chorym, a być może również przynosić korzyści zdrowym.

Autorstwo: Mariusz Błoński

Na podstawie: GazetaPrawna.pl

Źródło: KopalniaWiedzy.pl