

Naukowiec ostrzega przed wprowadzaniem owadów do diety

24 lutego 2023

Nie znamy jeszcze odpowiedzi na pytania, jak organizm Europejczyków będzie reagował na substancje zawarte w owadach jadalnych – uważa prof. Dominika Matuszek, kierownik Katedry Inżynierii Biosystemów i Procesów Chemicznych Politechniki Opolskiej.

Prof. Dominika Matuszek z Politechniki Opolskiej przypomina, że Agencja Unii Europejskiej ds. Bezpieczeństwa Żywności już w 2021 roku uznała suszone larwy mącznika młynarka za w pełni bezpieczne do spożycia. W czerwcu 2021 roku Komisja UE wydała rozporządzenie zezwalające na wprowadzenie na rynek suszonych larw mącznika młynarka, natomiast w listopadzie poszerzono listę o szarańczę wędrowną, a w lutym 2022 roku o świerszcza domowego.

„Żywność ta zaliczana jest do tzw. novel food i jest dostępna w Polsce szczególnie w sklepach internetowych. To prawda, że owady spożywane są w wielu krajach, szczególnie w Azji i Afryce od wielu lat. Ich wprowadzenie na rynek w innych krajach, w tym w Europie, było tylko kwestią czasu i podyktowane jest szczególnie poszukiwaniem alternatywnego źródła białka” – wyjaśnia prof. Matuszek.

Jak zaznacza naukowiec, wartość odżywcza jadalnych owadów jest wysoka, choć nie należy zapominać, że owady mogą produkować lub gromadzić z otoczenia substancje antyodżywcze lub szkodliwe, które mogą wpływać na ograniczenie wykorzystania składników odżywczych takie jak tiaminaza, kwas fitynowy, garbniki, szczawiany, saponiny, chinony i inne. Mogą także stanowić zagrożenie związane ze specyficzną mikroflorą obecną w owadach.

„W przeciwieństwie do innych zwierząt, owady zjadane są

najczęściej w całości. W wyniku czego pojawiają się nowe, nieznane nam dotąd zagrożenia związane z możliwością gromadzenia zanieczyszczeń, a przez ich małe rozmiary niemożność zapewnienie ich czystości do spożycia. Należy także pamiętać, że zjadając owada w całości dostarczamy do organizmu także specyficznych mikrobiom, który występuje np. w jelitach. Skutki zdrowotne takiego stanu rzeczy nie są na ten moment znane” – uważa naukowiec.

Profesor Matuszek zaznaczyła, że dla owadów dopuszczonych przez UE mikrobiom został przeanalizowany, a zachowanie GHP oraz GMP na wszystkich etapach produkcji – poczynając od hodowli – ma pozwalać na zminimalizowanie zagrożeń mikrobiologicznych, chemicznych i fizycznych związanych z ich spożyciem. Jednocześnie uważa, że odpowiedź na pytanie: czy organizm Europejczyka jest w stanie prawidłowo „przerobić” i wykorzystać wartość odżywczą płynącą z owadów jadalnych, pozostaje w strefie domysłów i badań.

„Przykładowo, nieznane są informacje o biodostępności metali śladowych (żelazo, mangan, magnez, miedź) zawartych w owadach jadalnych. Zbyt wiele pytań na obecnym etapie pozostaje bez odpowiedzi lub wymaga wykonania dodatkowych analiz. Co więcej, konsumpcja owadów jadalnych przez ludzi czy zwierzęta hodowlane w naszej szerokości geograficznej jest niewielka, co daje słaby materiał badawczy do wyciągania konkretnych wniosków” – powiedziała.

Pani profesor zgadza się co do zasady z tezą, że Europejczycy obecnie jedzą zbyt dużo mięsa, jednak odpowiedź na pytanie czy „owadzina” powinna zastąpić chociażby drób w naszej diecie, nie jest już tak oczywista.

„Gdybyśmy położyli obok siebie pierś kurczaka i miseczkę dorodnych larw chrząszcza ryjkowca palmowego – takie jedzą w programach, gdzie walczą o przetrwanie – to który posiłek będzie zdrowszy i bogatszy w składniki odżywcze? Zapewne walcząc o przetrwanie, bez innych możliwości, larwy chrząszcza

ryjkowca palmowego sprawdzą się świetnie. Uważam jednak, że na dłuższą metę lepiej sprawdzi się pierś z kurczaka, którą uzupełnimy innymi składnikami diety jak warzywa i dobre tłuszcze” – wyjaśniła naukowiec.

Zdaniem pani profesor, dobrym rozwiązaniem będzie propagowanie łagodniejszej wersji diety wegetariańskiej, która dopuszcza część produktów pochodzenia zwierzęcego. „Należy przede wszystkim pamiętać, że im więcej z diety eliminujemy, tym dokładniej musimy planować odżywianie. Zatem nieumiejętna dieta oparta wyłącznie na roślinach może być niekorzystna dla organizmu człowieka szczególnie w okresie wzmożonych potrzeb, jak okres dorastania” – wyjaśnia.

Autorstwo: Marek Szczepanik (PAP)

Źródło: NaukawPolsce.pl