

Čert aby se v tom vyznal, dejte snaživému laikovi odbornou informaci a pak se nestačíte divit!

Současné zaujetí zdravým životním stylem a správným stravováním, podporované trvalou mediální masáží různými zaručenými informacemi, si vybírá svou daň.

Všichni se cítí být znalci a minimálně rádi poradí komukoliv, jak se správně stravovat, či jaké potraviny rozhodně nakoupit a jaké naopak nejlépe vůbec nejíst. Pokud do tohoto prostředí umístíte odbornou informaci, jejíž širší kontext je srozumitelný odborníkovi, najde se zaručeně více či méně jedinců, jejichž profese jim umožní vlastní pohled na věc uvést do praxe. V daném kontextu například ovlivňovat stravování některých skupin populace.

Racionální úvaha není žádoucí a případné rozumné dotazy okolí jsou hned v zárodku odvrženy s tím, že to není v souladu s odbornými informacemi. Důsledkem pak je například totální zatracení cukru (bílý jed), bez ohledu na fyzickou aktivitu, či omezení tuku podle hlediska méně je lépe, tedy nejméně bude nejlépe.

Vesměs se přitom zcela zapomíná na skutečnost, že člověk je omnivorem (tedy všežravcem) a jeho organizmus proto potřebuje velmi pestré a komplexní stravování. Pokud všežravce dlouhodobě živíte jen rostlinnou stravou, nebo naopak, jen živočišnou, nutně se dostaví následky v podobě výživových deficitů, posléze i zdravotních problémů a onemocnění.

Jak jsme se již zmínili ve článku „Život, o kterém se nepřemýšlí, nemá cenu žít“, obracíme se pak o radu ohledně našeho zdraví ke kapacitám, které jsou odborníky na danou oblast, nebo alespoň na oblast blízkou. Co ale dělat, když si odborníci protirečí, anebo nedej Bože, dokonce i jeden odborník si protirečí (častěji se to stává u institucí než u jednotlivců).

Podívejme se na příklad do Itálie.

V srpnu se v novinách objevila zpráva, že **italský parlament** má na stole návrh zákona, jenž předpokládá až dvouleté tresty vězení pro rodiče, kteří nutí své děti k veganství. Informovala o tom agentura APA. Návrh předložila opoziční strana Vzhůru, Itálie (FI) expremiéra Silvia Berlusconiho. Návrh zákona v italském parlamentu předpokládá rok vězení pro rodiče, kteří nutí k veganství nezletilé ve věku do 16 let. V případě dětí mladších tří let navrhuje poslanci FI dvouletý trest. V posledním roce odebraly italské úřady několika rodičům dítě kvůli veganskému stravování v rodině. Například v červenci média přinesla případ vážně podvyživeného čtrnáctiměsíčního syna veganských rodičů z Milána, který vážil jen pět kilogramů, což odpovídá asi tříměsíčnímu dítěti. V červnu skončila kvůli veganství na jednotce intenzivní péče v Janově vážně podvyživená dvouletá holčička. Podle lékařů může mít veganství nepříznivé následky zejména v době růstu, těhotenství či nemoci. Pro děti a dospívající je důležitý hlavně vápník, jehož nejbohatším zdrojem je právě mléko a mléčné výrobky.

Itálie – město Turín: Podpora vegetariánství a veganství se stala klíčovým bodem pětiletého politického programu nové starostky Turína Chiary Appendino. Obyvatelé severoitalského města se mají snažit konzumovat co nejméně masa a živočišných výrobků. Město na úpatí Alp je prvním na Apeninském poloostrově, kde se prosazování stravy rostlinného původu zařadilo mezi politické cíle místní samosprávy.

Bylo by jistě zajímavé, zjistit důvody tak odlišného přístupu politických představitelů Itálie.

A podívejme se k nám – na školní stravování:

Příloha č. 1 vyhlášky o školním stravování **uvádí v tzv. spotřebním koši povolené množství volných tuků** a dále se konkretizuje: Poměr spotřeby rostlinných a živočišných tuků činí přibližně 1 : 1 s důrazem na zvyšování podílu tuků rostlinného původu. Připomeňme, že vyhlášku vydává MŠMT v dohodě s MZ.

A na druhé straně se ze stránek SZÚ (Státní zdravotní ústav je příspěvkovou organizací ministerstva zdravotnictví) (<http://www.szu.cz/tema/bezpecnost-potravin/studie-vyzivove-hodnoty-skolnich-obedu-v-cr>) dozvídáme:

„Snaha o zdravé stravování vede asi občas k přílišnému snížení obsahu tuku v pokrmech, což je v souladu s platnou vyhláškou. Tuk je ale nezastupitelný nosič řady biologicky významných látek, včetně vitaminů a jeho

obsah v obědech by proto měl odpovídat alespoň minimu výživového doporučení z hlediska podílu energie a samozřejmě i odpovídat doporučení z hlediska zastoupení skupin mastných kyselin. **To je podnět pro diskusi o znění platné vyhlášky, která teoreticky dovoluje nemít tuk v obědech vůbec.“**

Toto konstatování ze strany příspěvkové organizace MZ – spoluautora vyhlášky, je opravdu překvapivé. Všechna školní stravovací zařízení vedená v rejstříku MŠMT jsou povinna sledovat plnění spotřebního koše vždy za uplynulý měsíc. Rozpětí plnění v jednotlivých komoditách se hodnotí v % a v kategorii volných tuků je povolené rozpětí plnění 75%-100%. Jde o závazné hodnotící kritérium, které je předkládáno i všem kontrolním orgánům (tedy ČŠI a orgánu ochrany veřejného zdraví). Bylo by tedy velmi překvapivé, kdyby některá z navštívených zařízení postupovala v rozporu s povinnou legislativou a kategorii tuků plnila v rozporu s vyhláškou a pravidly pro sledování spotřebního koše.

V rámci realizovaných hodnocení jich zřejmě bylo tolik, že celkové výsledky ovlivnily tak, že byl třeba výše uvedený komentář.

Může jistě být snahou některých jedinců ovlivňujících školní stravování, realizovat spíše nízkotukové stravování, ale tomu zatím účinně brání právě platná legislativa. Ta bere v potaz výživu dítěte s ohledem na potřeby rostoucího organismu všežravce. Lze tedy z našeho pohledu konstatovat, že platná legislativa umožňuje kvalitní a plnohodnotné stravování dítěte, podle jeho vývojových potřeb a v tomto kontextu nevyžaduje žádné změny. Otázkou však je, jak s touto legislativou umí příslušní pracovníci pracovat ve vztahu k zařazování použitých potravin do příslušných skupin spotřebního koše.