



Пальмовое масло в детском питании: научные факты и мнение экспертов

В пресс-центре МИА «Россия сегодня» 18 ноября 2014 г. состоялся круглый стол на тему «Пальмовое масло в детском питании». Эксперты НИИ питания РАН и НИЦ «Здоровое питание» рассказали, зачем пальмовое масло добавляют в продукты для детей и как оно влияет на их здоровье.

Сегодня пальмовое масло вызывает у большинства российских мам исключительно негативные ассоциации: некачественный и вредный продукт, его добавляют для удешевления производства, пальмовое масло не усваивается ребенком из-за высокой температуры плавления, в Европе его давно запретили. Эти и другие мифы, по мнению экспертов, безосновательны. Более того, пальмовое масло необходимо добавлять в детские смеси, чтобы их состав приблизить к составу грудного молока.

Как отметила Наталья ШИЛИНА, д.б.н., ведущий научный сотрудник лаборатории возрастной нутрициологии ФГБНУ «НИИ питания», грудное молоко содержит большое количество жирных кислот, которые являются важным источником энергии для ребенка, влияет на развитие иммунитета, интеллекта. Причем доля пальмитиновой кислоты в жирнокислотном профиле грудного молока составляет 26%, что больше любой другой кислоты. Пальмовое масло – основной природный источник пальмитиновой кислоты, поэтому производители детского питания добавляют его в молочные смеси.

В ходе круглого стола эксперты напомнили, что пальмовое масло в детском питании – не то же самое, что в других отраслях, ведь здесь оно проходит многочисленные этапы очистки и контроля, что делает его дорогим, качественным и абсолютно безопасным для малыша продуктом. По словам Марии ГМОШИНСКОЙ, д.м.н., врача-педиатра, временно исполняющей обязанности заведующего лабораторией возрастной нутрициологии ФГБНУ «НИИ питания», пальмовое масло в детском питании используется в смеси с другими маслами, и эта смесь максимально адаптирована для ребенка: благодаря оптимальному соотношению компонентов она приближена по жирнокислотному составу к жирнокислотному составу грудного молока. Вопреки существующим мифам такие жиры легко усваиваются детским организмом и являются необходимым источником энергии и пластического материала.

Именно усвоение пальмового масла – один из самых волнующих мам вопросов. Бытует мнение, что добавление этого компонента в смесь приводит к запорам и другим проблемам с пищеварением. Однако один

компонент не может оказать такого влияния, и причину нарушений работы желудочно-кишечного тракта следует искать вместе с педиатром на основании самых различных факторов. Олег МЕДВЕДЕВ, д.м.н., глава правления АНО Национальный исследовательский центр «Здоровое питание» отметил: «Существует мнение, что пальмовое масло не усваивается ребенком из-за высокой температуры плавления. Это заблуждение. Да, она выше, чем температура внутри желудка, но это не имеет значения. Процесс пищеварения – химическая реакция, не зависящая от температуры. Пальмовое масло, как и другие продукты, попадающие в желудок, переваривается с помощью фермента липазы и прекрасно усваивается даже малышом».

Переживать за качество пальмового масла не стоит, ведь его использование в детском питании строго контролируется и регламентируется международным и российским законодательством. «Пальмовое масло признано безопасным для производства молочных смесей как в России, так и в Европе. Более того, в странах Евросоюза потребление пальмового масла на душу населения в пищевых целях выше, чем у нас. В процессе производства пальмовое масло отбирается по четырем критериям: оптимальный источник необходимых жирных кислот, высокие стандарты качества, доступность сырья и технологичность в производстве. Тщательный контроль делает производство дорогим, но в то же время гарантирует безопасность продукта», – пояснил Владимир БЕССОНОВ, д.б.н., руководитель лаборатории химии пищевых продуктов ФГБНУ «НИИ питания».

Показатели качества и безопасности пальмового масла, установленные российским законодательством, соответствуют нормативам стандарта Комиссии «Кодекс Алиментариус» FAO/WHO (CODEX STAN 210). Эксперты сошлись во мнении, что пальмовое масло – незаменимый источник жирных кислот, позволяющий максимально приблизить состав детской смеси к золотому стандарту грудного молока. Отвечая строгим требованиям качества и безопасности, пальмовое масло легко усваивается организмом ребенка и способствует его росту и развитию. *

Источник: <http://pressria.ru/pressclub/20141118/949719501.html>