

DOPLŇKY STRAVY

Doplněk stravy je definován jako „potravina, jejímž účelem je doplňovat běžnou stravu a která je koncentrovaným zdrojem vitaminů a minerálních látek nebo dalších látek s nutričním nebo fyziologickým účinkem, obsažených v potravině samostatně nebo v kombinaci, určená k přímé spotřebě v malých odměřených množstvích.“

Používají upravené do formy kapslí či tobolek, pastilek, tablet, dražé, sáčků s práškem, ampulek s tekutinou, kapek nebo jiných jednoduchých forem tekutin a prášků určených pro příjem v malých odměřených množstvích, a takto se uvádějí do oběhu.

V EU

Směrnice Evropského parlamentu a Rady č. 2002/46/ES ze dne 10. června 2002 o sblížení právních předpisů členských států týkajících se doplňků stravy.

Ve znění:

Směrnice Komise č. 2006/37/ES ze dne 30. března 2006

Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 1137/2008 ze dne 22. října 2008

Nařízení Komise (ES) č. 1170/2009 ze dne 30. listopadu 2009 L 314 36 1.12.2009

V ČR

Vyhláška č. 225/2008 Sb., kterou se stanoví požadavky na doplňky stravy a obohacování potravin

Změna: vyhláška č. 352/2009 Sb.

Zpracována směrnice č. 2002/46/ES v platném znění

Jak posoudím serióznost přípravku?

Doplňky stravy jsou obvykle prodávány ve formě kapslí, tobolek, tablet, kapek, prášku, tedy podobně jako léky. Zásadou je, že doplňky stravy **musí být prodávány výhradně balené**. S tím je spojena i skutečnost, že **musí být označeny etiketou**, příp. příbalovým letákem. V současné době platí poměrně přísná kritéria, co lze na obalu, stejně tak jako na příbalovém letáku, ale i v reklamě uvádět. Mějme na paměti, že se **jedná o potravinu**, nikoliv léčivo. To samo již **vylučuje uvádění jakýchkoli zmínek o tom, že daný přípravek je vhodný pro léčení nebo vyléčení nemoci**.

Důležitým kritériem pro posouzení serióznosti nabídky doplňku stravy jsou tzv. tvrzení o přípravku.

V současné době na nás ze všech útočí nejrůznější reklamy, kampaně a zaručené prostředky, které nás zbaví nadbytečných kilogramů. Jak se v těchto nabídkách orientovat, čemu věřit a co zavrhnout? Jak poznám klamavou nabídku, která nemá za cíl pomoci, ale pouze získat

vlastní finanční prospěch. Mnohdy stačí tzv. selský rozum. Některé nabídky na snadné a rychlé hubnutí však působí natolik věrohodně, že jim spotřebitel relativně snadno podléhá.

Rafinovanost hraničící až s drzostí některých obchodníků k získání klientů - nás, kteří bychom rádi nějaké to kilo shodili, nezná mezí.

S těmito praktikami se setkáváme zejména v nabídce, tzv. doplňků stravy (nezaměňovat s léky, i když se obojí nabízí v lékárnách zpravidla ve formě tablet, kapslí, tobolek apod.), Se zaručeným způsobem hubnutí na nás útočí i některé kosmetické přípravky, ale i nejrůznější diety a postupy, doporučované i tzv. „odborníky“, dokonce i lékaři a v neposlední řadě osobami, které právě a jenom po doporučeném přípravku zázračně zhubli. Nabídka se na nás valí z nespočetných reklam, zaručených postupů a doporučení šířených formou letáků, novin i časopisů, rozhlasu, televize a zejména z internetu. Osobně si již ani nedovedu představit časopis, určený zejména ženám, který by takovou reklamu neobsahoval.

Naše stránky Vám chtějí pomoci se v této džungli zorientovat, dát návod na oddělení zrna od plev a upozornit na ty, které z nás pouze tahají peníze. Za většinu doplňků stravy platíme v lékárně stokoruny a více. Kolik asi stojí tobolek naplněné rozemletým čajem, po kterých nejen zaručeně zhubneme, ale které jsou lékem na téměř všechny choroby, včetně rakoviny. Jistě máme tuto aféru ještě v paměti. Bohužel ne vše se podaří státním orgánům odhalit a postihnout.

Zásady

NENAKUPOVAT

DOPLŇKY STRAVY, KTERÉ SLIBUJÍ

- rychlé snížení hmotnosti**
 - deklarují léčebné účinky**
-