



Česká společnost pro výživu a vegetariánství

stavíme mosty k vegetariánství

Tisková zpráva (uveřejněno na csvg.cz)

Omyly zástupců odborné veřejnosti v pořadu Máte slovo s Michaelou Jílkovou

Brno, 20. ledna 2017. Pořad „Máte slovo s Michaelou Jílkovou“ odvysílaný ČT 1 dne 12. 1. 2017 na téma: „Jídlo škodící zdraví“ ukázal velkou zmatenost v názorech na zdravé stravování, významně ji podpořili i zástupci odborné veřejnosti. V pořadu nebylo umožněno, aby mohly zaznít objektivní informace, které diváci očekávali. Ve světě se dnes řeší již velmi aktuální otázka přežití lidstva. Jako cestu odborníci navrhuji vegetariánství. ČSVV očekává proto i v ČR obrát od „odborného“ odrazování od vegetariánské stravy k projevení zaslouženého uznání těm, kteří cítí odpovědnost za osud lidstva a jdou druhým příkladem.

Pořad věnoval velký prostor nepodstatným otázkám nevztahujícím se k výživě podporující zdraví: délka střeva, sex, kvalita brambor nebo stížnosti obézní paní na kurz, po kterém nezhubla. Divácká veřejnost přitom očekávala vysvětlení, jak a které nutriční chování přispívá ke vzniku tzv. civilizačních chorob, které dnes sužují tři čtvrtiny obyvatel ČR. Z řad zástupců odborné veřejnosti zazněly výroky, které nemají oporu ve vědě o výživě člověka.

Rádi bychom touto cestou upozornili na dva nejvýznamnější omyly z mnoha, které v pořadu zazněly.

Anorektička není vegetariánka

Zástupci odborné veřejnosti považovali za vegetariána či vegana každého, kdo se orientuje převážně na rostlinnou stravu. V pořadu zařadili tito odborníci do jedné skupiny s vegetariány a vegany i anorektičky, bulimičky, vitariány a frutariány. V případě mentální anorexie se však jedná o mylné zařazení duševně nemocných dívek mezi filosoficky a eticky zaměřenou část populace. Někteří vitariáni mohou jíst i syrové živočišné produkty, například syrové maso, nemusí se tak vždy jednat o vegetariány v pravém smyslu. Základní myšlenkou frutariánství je uznání rostlin jako plnohodnotných živých organismů, nikoli pouhých "polověcí", naproti tomu vegetariáni a vegani preferují pro výběr své stravy environmentální (vnější podmínky pro život) a etická hlediska.

Přednesené výroky zástupců odborné veřejnosti o vegetariánství znevážily ministerstvo zdravotnictví a odborné společnosti

V pořadu zazněly tyto výroky: MUDr. Tláškal: „Rozhodně nedoporučuji vegetariánství“. Prof. Ing. Jana Dostálová, CSc.: „Vyloučení mléka a masa z jídelníčku může vést až k ohrožení zdraví, zvláště pak u dětí“.

Negativní stanoviska zástupců odborné veřejnosti ke zdravotní prospěšnosti vegetariánství nebo veganství nemají oporu ve vědě o výživě a jedná se spíše o prezentaci osobního přesvědčení, a ne poznatků založených na vědeckém výzkumu. V ČR nikdy nebyl proveden výzkum, který by mohl zpochybňovat výzkumy provedené v zahraničí. Navíc tito zástupci odborné veřejnosti svými výroky o vegetariánství znevážili české odborníky na výživu, včetně ministerstva zdravotnictví (viz Prohlášení Nutriční jednoty 1989) a školství, které v roce 1993 zařadilo vegetariánství do školního stravování formou samostatného spotřebního koše.

Odborné grémium Společnosti pro výživu a České pediatričké společnosti se již v roce 2004 vyjádřilo k vegetariánství v souladu se Stanoviskem Americké dietetické asociace k vegetariánství z roku 2003, které ve zkratce zní:

„Názorem Americké dietetické asociace a Kanadských dietologů je, že správně rozvržená vegetariánská strava je zdravá, nutričně vyvážená a zdravotně přínosná v prevenci i léčbě různých onemocnění, je nutričně dostatečná a

vhodná pro výživu dětí, dospělých, těhotných i kojících žen. Vegetariáni ve srovnání s nevegetariány mají nižší nejen index tělesné hmoty (body mass index, BMI) a mortalitu na ischemickou chorobu srdeční, ale i krevní tlak a výskyt hypertenze, cukrovky II. typu, nádorů prostaty a střev. Vegetariánská strava také může uspokojit nároky vrcholových sportovců.“

V ČR jsou veřejnost a vegetariáni „odborně“ odrazováni od svého přesvědčení na rozdíl od zahraničí, zejména v USA vidí ve vegetariánství záchranu lidstva

Ještě dál než ČR jdou v oblasti doporučení kulturně vyspělé země. USDA již v roce 2010 vydalo pro USA doporučení pro vegetariány a vegany. V roce 2016 publikovala Elementa Science of the Anthropocene svoji rozsáhlou výzkumnou práci: Kapacita zemědělské půdy USA pro 10 výživových scénářů. Jako nejlépe využívající půdu byl vyhodnocen vegetariánský způsob výživy, který uživí 2,6 krát více populace než současný způsob stravování.

ČSVV očekává proto i v ČR obrat od ponižování, zesměšňování a „odborného“ odrazování od vegetariánství k projevení zaslouženého uznání, úcty a obdivu těm, kteří cítí odpovědnost za osud lidstva a jdou druhým příkladem.

Další informace:

Jaroslav Škvařil, předseda České společnosti pro výživu a vegetariánství

Mobil: 774 528 391

Email: info@csvv.cz

Web: www.csvv.cz

Facebook: www.facebook.com/CSVV.CZ/

Odkazy na citované dokumenty:

[Záznam pořadu Máte slovo s Michaelou Jílkovou ze dne 12.1. 2017](#)

[Stanovisko Americké asociace k vegetariánství](#)

[Postoj České pediatrické společnosti k alternativní výživě](#)

[Vyjádření Společnosti pro výživu ke Stanovisku k vegetariánství Americké dietetické asociace](#)

[Vegetariánský spotřební koš ve vyhláškách MŠMT ČR](#)

[Prohlášení Nutriční jednoty \(1989\)](#)

[Výživové doporučení USDA pro USA](#)

[Kapacita zemědělské půdy USA pro 10 výživových scénářů](#)

Poznámky pro editory:

ČSVV je odbornou společností, která sdružuje odborníky z oblasti výživy, gastronomie, kvality potravin a výživových směrů. ČSVV největší důraz klade na zdravotní prospěšnost vegetariánství: „Nechť tvá strava je tvým lékem, a ne tvůj lék tvojí stravou.“ *Hippokrates 5. stol. př. Kr.*

Cíle ČSVV

Osvětou dosáhnout společenského porozumění a respektu k hodnotám vegetariánství a jemu blízkým způsobům života.

Sdružovat, informovat a pomáhat aktivistům, odborníkům, zájemcům a sympatizantům vegetariánskému způsobu života.

Hlavní celospolečenské projekty ČSVV

- Kvalitní strava jako cesta ke zdraví
- Školní stravování jako vzdělávání a výchova
- Wellness gastronomie

Všechny výstupy ČSVV najdete zde: