



Riziko nádorových onemocnění a konzumace masných výrobků a "červeného masa"

IARC WHO zveřejnila dne 26.10.2015 dlouho očekávanou informaci o výsledku posuzování karcinogenity spojené s konzumací "červeného" masa a masných výrobků. Protože šlo o událost plánovanou, byla média připravena okamžitě závěr práce skupiny 22 expertů z 10 zemí rozšířit. V odpoledních hodinách 26.10. se tak většina médií vrhla na šíření, často až katastrofických informací, o potvrzení vztahu mezi konzumací červeného masa/masných výrobků a nádorovými onemocněními. Co se za vším tím skrývá, naznačujeme v našem příspěvku.

I na SZÚ jsme se samozřejmě o tyto závěry expertů zajímali. Monografie s detaily však stále není dostupná a lze tak pracovat pouze s tiskovým prohlášením IARC

(https://www.iarc.fr/en/media-centre/pr/2015/pdfs/pr240_E.pdf), doprovázený odpověďmi na často kladené otázky obecného charakteru (<http://www.iarc.fr/en/media-centre/iarcnews/pdf/Monographs-Q&A.pdf>).

Bohužel další odkazy IARC na danou problematiku jsou 27.10. stále nefunkční.

I naše média se do problému opřela náležitě barvitě, vyjádřila se celá řada odborníků i laiků, což je sice pěkné, ale veřejnost to asi spíše zmátlo, než aby jim to něco zřetelně vysvětlilo.

V této fázi diskuse nad závěry práce expertů IARC se proto bez znalosti dalších detailů popsaných v zatím nedostupné monografii nemá cenu příliš vyjadřovat.

Lze snad jen připomenout některá fakta:

Co hodnotili:

Experti hodnotili vztah mezi konzumací skupiny potravin, která je velmi heterogenní (savčí maso, v masných výrobcích mohlo být i maso drůbeže a krev či vnitřnosti), aniž by znali konkrétní příčinu (agens), které zvyšuje incidenci nádorových onemocnění. Stále není jasné, zda zvýšenou incidenci vyvolává jedna látka či směs látek (to je pravděpodobnější).

Kde brali data:

Data měli z více než 800 epidemiologických studií a experimentů na zvířatech z celého světa.

Co kulinární úprava masa:

Mimo surovinu (potravinu) byl vzat v úvahu i způsob přípravy/výroby, nicméně skupina neměla dostatek dat k rozhodnutí, zda způsob kulinární úpravy ovlivňuje riziko vzniku nádorů. Nicméně se vyjádřili známým způsobem, že vysoká teplota kulinární úpravy vede ke vzniku řady druhů látek (např. PAH, HAA), u kterých byla karcinogenita již dávno potvrzena. Experti neodpověděli na otázku, zda konzumace syrového masa je bezpečnější z hlediska rizika vzniku nádorů, protože neměli dostatek podkladů.

Jaká nádorová onemocnění:



Hovoříme-li o konzumaci červeného masa, pak byla pozorována asociace se zvýšeným rizikem nádorů tlustého střeva a konečníku, ale i slinivky a prostaty. U masných výrobků se zvýšené riziko týkalo nádorů tlustého střeva a konečníku.

Síla důkazu:

Masné výrobky zařadili do skupiny 1, kam se řadí agens s dostatečným důkazem karcinogenity pro člověka. Červené maso zařadili do skupiny 2A, kam se řadí agens pravděpodobně karcinogenní pro člověka.

Velikost rizika:

Tento bod je klíčový, protože IARC uvádí v dostupných materiálech poněkud relativní hodnoty. Konzumace 50 g masných výrobků denně (bez rozlišení druhu) zvyšuje riziko vzniku nádoru o 18%. Jak ale tento údaj kvantifikovat? Podobný formát výsledku byl publikován pro červené maso - 100 g porce denně zvyšuje riziko o 17%. To vlastně nic moc neříká bez numerické kvantifikace. V tomto směru snad více napovídají zveřejněná čísla týkající se globálního počtu úmrtí na jednotlivé typy nádorů, které lze přičítat vlivu různých agens. Je ale velmi těžké si představit nejistotu při globálním hodnocení. Nicméně IARC žádnou další záhytnou informaci neposkytl.

Takže počet úmrtí (celosvětově) na nádory tlustého střeva a konečníku v důsledku konzumace masných výrobků byl odhadnut na 34000. Není ale uvedeno, kolik osob takové masné výrobky konzumuje.

Roční počet úmrtí (celosvětově) na nádorová onemocnění v důsledku konzumace červeného masa byl odhadnut na 50000. Opět nevíme počet exponovaných osob.

Ve srovnání s tím, počet úmrtí na nádorová onemocnění v důsledku kouření se odhaduje ročně na 1000000 osob, bez znalosti počtu exponovaných osob, pro alkohol je to pak asi 600000 úmrtí ročně a pro znečištění ovzduší asi 200000 osob ročně.

Pokud neznáme počet exponovaných osob celkem, nemůžeme z těchto čísel nic odhadovat z hlediska komparace míry rizik.

Co radí konzumentům:

Výsledky neumožňují rady ve smyslu "kolik masa je bezpečné konzumovat". Konzumace masa má také známé zdravotní benefity. Obvykle národní autority v rámci svých doporučení radí kolik potravin z které skupiny konzumovat. Není také možné určit, zda je riziko pro některé skupiny populace vyšší či nižší. IARC se nevyjadřuje k riziku konzumace drůbežního a rybího masa. Nevyjadřuje se také k srovnání smíšené a vegetariánské diety. Nevyjadřuje se k rozdílům mezi druhy masa a masných výrobků (např. šunka versus párek, hovězí versus jehněčí). Nevyjadřuje se ke způsobu konzervace masných výrobků a masa (např. solení versus mražení).

Co by vlády mohly s materiálem IARC udělat:



Použít výsledky pro formulaci a podporu národních doporučení z pohledu zdravotních rizik a benefitů při konzumaci masa a masných výrobků.

Má ČR nějaká taková doporučení již formulována?

Existuje již několik doporučení založených na skupinách potravin (FBDG z MZ ČR) z různých úrovní a od různých skupin. Není zcela jasné, které lze považovat za oficiální národní doporučení a zda je to v dané situaci vlastně nutné.

J.Ruprich

CZVP Brno, 27.10.2015