



Přívod vitaminu D z diety v ČR je nízký - měla by se začít diskutovat intervence.

CZVP SZÚ, na základě odborné studie, se domnívá, že výsledky odhadu dietárního přívodu vitaminu D v ČR by měly povzbudit orgány veřejné správy k podpoře intervence, vzdělávání a možná i nových regulačních opatření pro zlepšení přívodu vitaminu D pro populaci v ČR. Obvyklá dieta není schopna pokrýt ani 25% doporučeného přívodu. Situace se trochu podobá problematice jódu a řešení jeho deficitu. Výsledky studie zveřejnil prestižní mezinárodní časopis.

"Obvyklý přívod vitaminu D ve stravě byl studován v 10 populačních skupinách české populace. Údaje o spotřebě potravin byly shromážděny opakovaným 24hodinovým recalllem v celostátní studii ("studie o individuální spotřebě potravin SISP04") a obsah vitaminu D v potravinách uváděných na trh byl kvantifikován v rámci národní studie TDS (2014-2015). Pro posouzení obvyklého přívodu byl použit výpočetní model Monte Carlo Risk Assessment (verze MCRA 8.2). Průměrný přívod vitaminu D pro českou populaci (ve věku 4-90 let, obě pohlaví) byl v rozmezí 2,5-5,1 den. Nejvyšší průměrný přívod, s výjimkou doplňků stravy, byl pozorován u mužů ve věku 18-64 let, nejnižší byl pozorován u dětí ve věku 4-6 let a dívek ve věku 11-17 let. Hlavními zdroji ve stravě byly slepičí vejce (21-28% obvyklého přívodu), jemné pekařské výrobky (11-19%), kravské mléko a mléčné výrobky (7-23%), maso a masné výrobky (4-12%), ryby (6-20%) a margaríny (7-18%). Přívod vitaminu D ve stravě pro více než 95% české populace byl nižší než doporučené referenční hodnoty stravy (DRV). Tato zjištění by měla povzbudit orgány veřejné správy, aby podporovaly intervence, vzdělávání a prováděly nová regulační opatření pro zlepšení přívodu vitaminu D pro populaci v ČR."

Plná verze publikace v časopise NUTRIENTS (EN)

Dietary Intake of Vitamin D in the Czech Population: A Comparison with Dietary Reference Values, Main Food Sources Identified by a Total Diet Study,

je volně dostupná na adrese:

<https://www.mdpi.com/2072-6643/10/10/1452>

J.Ruprich, CZVP Brno, 11.10.2018