

# ผลวิจัยสมาคม ESPGHAN ชี้ผู้บริโภคมีความเชื่อผิด ๆเกี่ยวกับอาหารปลอดกลูเตน



นักวิทยาศาสตร์หันมาให้ความสำคัญกับการปรับปรุงสูตรอาหารปลอดกลูเตน โดยการเพิ่มวัตถุดิบที่ดีต่อสุขภาพเพื่อส่งเสริมโภชนาการที่ดีในเด็ก สืบเนื่องจากอาหารปลอดกลูเตนในปัจจุบันไม่สามารถทดแทนอาหารที่ประกอบด้วยกลูเตนได้

ผลการศึกษาซึ่งนำเสนอที่ประชุมประจำปีของสมาคมยุโรปว่าด้วยการแพทย์ด้านระบบทางเดินอาหาร ดับ และสารอาหารในเด็ก (ESPGHAN) ครั้งที่ 50 แสดงให้เห็นว่า อาหารปลอดกลูเตนให้พลังงานที่สูงกว่าอาหารที่ประกอบด้วยกลูเตนอย่างมีนัยสำคัญ อีกทั้งมีสารอาหารที่แตกต่างกันอย่างมากระหว่างอาหารปลอดกลูเตนส่วนใหญ่ที่มีกลูเตนเป็นส่วนประกอบอย่างขนมปัง พาสต้า พืชช้ำ และแป้งทำอาหารนั้น มีโปรตีนในปริมาณมากกว่าผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ปลอดกลูเตนถึง 3 เท่า

(รูปภาพ: [http://mma.prnewswire.com/media/508078/Espghan\\_Infographic.jpg](http://mma.prnewswire.com/media/508078/Espghan_Infographic.jpg))

ความไม่สมดุลทางโภชนาการที่พบในงานวิจัยครั้งนี้ อาจส่งผลกระทบต่ออาการเจริญเติบโตของเด็ก อีกทั้งเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคอ้วนในเด็กอีกด้วย

จากการศึกษาวิจัยผลิตภัณฑ์อาหารปลอดกลูเตนกว่า 1,300 ตัวอย่าง พบว่า:

- ขนมปังปลอดกลูเตนมีปริมาณไขมันและกรดไขมันอิ่มตัวสูงกว่ามาก
- เส้นพาสต้าปลอดกลูเตนมีปริมาณน้ำตาลและโปรตีนต่ำกว่ามาก
- ขนมปังบิสกิตปลอดกลูเตนมีปริมาณโปรตีนต่ำกว่ามาก และมีปริมาณไขมันสูงกว่ามาก

ดร.โจอาควิม คาลโว เลอร์มา ผู้เชี่ยวชาญและหัวหน้านักวิจัยแห่งสมาคม ESPGHAN กล่าวว่า “สืบเนื่องจากผู้บริโภคหันไปรับประทานอาหารปลอดกลูเตนกันมากขึ้นเพื่อแก้ปัญหาโรคแพ้กลูเตน (coeliac disease) ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่จะต้องปรับปรุงสูตรผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่จำหน่ายตามท้องตลาด ให้มีคุณค่าทางโภชนาการในระดับใกล้เคียงกับอาหารที่มีกลูเตน ซึ่งถือเป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับเด็ก เนื่องจากเด็กต้องการสารอาหารที่จำเป็นอย่างครบถ้วน เพื่อส่งเสริมการเจริญเติบโตและการพัฒนาการ”

นอกจากนี้ บรรดาผู้เชี่ยวชาญยังเตือนด้วยว่า ผู้บริโภคอาจไม่ตระหนักถึงโทษจากการรับประทานอาหารที่ส่งผลเสีย

ต่อสุขภาพเหล่านี้ เนื่องจากไม่มีคำอธิบายในฉลากอย่างชัดเจน

ดร.มาร์ตินเนส-บาโรนา นักวิจัยแนวหน้าของ ESPGHAN กล่าวว่า “ฉลากผลิตภัณฑ์ควรระบุข้อมูลให้ชัดเจน เพราะคุณค่าทางโภชนาการระหว่างอาหารปลอดกลูเตนกับอาหารที่มีกลูเตนนั้นแตกต่างกันอย่างมาก นอกจากนี้ ผู้บริโภคควรได้รับคำแนะนำเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับสารอาหารก่อนซื้อ และเพื่อสร้างความเชื่อมั่นว่าผู้บริโภคจะรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ”

ดาเนียลา ซาร์บู สมาชิกรัฐสภายุโรป และรองประธานคณะกรรมการสิ่งแวดล้อม สาธารณสุข และความปลอดภัยด้านอาหาร (ENVI) กล่าวว่า “สินค้าอาหารปลอดกลูเตนที่ไม่มีบรรจุภัณฑ์ล่วงหน้า ไม่จัดอยู่ภายใต้เงื่อนไขการติดฉลากแบบเดียวกับผลิตภัณฑ์ที่มีบรรจุภัณฑ์ เนื่องจากผู้บริโภคอาจไม่ตระหนักถึงความแตกต่างของสารอาหารที่สำคัญและผลเสียต่อสุขภาพ ดิฉันสนับสนุนให้ติดฉลากที่ชัดเจนมาโดยตลอด เพื่อให้ผู้บริโภคเปรียบเทียบสารอาหารหลักในผลิตภัณฑ์ต่างๆไม่ว่าจะเป็นโปรตีน ไขมัน และน้ำตาลได้ง่ายขึ้น”

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมโปรดส่งอีเมลไปที่: [media@espghan.org](mailto:media@espghan.org) หรือติดต่อ James M. Butcher โทร. +44(0)1444-811-099

ที่มา: The 50th Annual Congress of the European Society for Paediatric Gastroenterology Hepatology and Nutrition (ESPGHAN)