# Cukrárenské výrobky pre diabetikov

Diabetici sú postihnutí cukrovkou (diabetes mellitus). Je to porucha premeny glukózy v ľudskom tele, vzniká následkom úplného alebo čiastočného nedostatku inzulínu (hormón pankreasu) v organizme alebo jeho nedostatočného využitia na úrovni cieľových orgánov (rezistencia na pôsobenie inzulínu). Z biochemického hľadiska zasahuje nielen do metabolizmu sacharidov, ale aj tukov a bielkovín, pričom nastáva porucha funkcie až zlyhanie niektorých orgánov (srdca, ciev, obličiek, očí a iné).

Cukrovka predstavuje narastajúci problém najmä vo vyspelých krajinách. V Európe postihuje zhruba 5 % obyvateľstva, pričom u osôb starších ako 65 rokov je to až 16 %. Obmedzovanie negatívnych účinkov cukrovky na ľudský organizmus spočíva prevažne v prísnom dodržiavaní diéty, v užívaní inzulínu a liekov. Až 50 % diabetikov možno liečiť iba diétou.

Z hľadiska cukrárskej technológie má význam dodržiavanie zásad prísnej diéty. Pri vypracúvaní receptúr na výrobu diabetických výrobkov sa vychádza zo surovín, ktoré zvyšujú podiel bielkovín, znižujú až úplne vylučujú obsah sacharózy a glukózy náhradou za iné vhodné sladidlá. V strave diabetikov sa povoľuje len určité množstvo tukov. Treba dbať na zvýšený podiel vitamínov, predovšetkým komplexu vitamínu B.

Na dosiahnutie sladkej chuti sa v receptúre cukrárskych výrobkov používajú náhradné sladidlá. Zaraďujú sa medzi prídavné látky. Sú to organické, synteticky pripravené látky s podstatne väčšou sladivosťou ako sacharóza. Vo výrobkoch nahrádzajú cukor, ktorý nie je vhodný na konzumovanie pre diabetikov. Náhradné sladidlá musia byť zdravotne neškodné. Používajú sa len v malých množstvách. Na rozdiel od prirodzených cukrov majú v koncentráciách, v akých sa používajú, zanedbateľnú energetickú hodnotu. Pri použití náhradných sladidiel v receptúrach treba brať do úvahy okrem výživového aspektu aj technologické vlastnosti (sladivosť, tvorbu farebných látok a pod.).

Medzi najpoužívanejšie náhradné sladidlá patria: polyoly, sacharín, aspartám, kyselina cyklámová, cyklamát

Pri používaní náhradných sladidiel je nevyhnutné riadiť sa Potravinovým kódexom SR, ktorý presne upravuje rozsah ich použitia v potravinárskych výrobkoch i dávkovanie.

