

# Studie o přínosech biopotravin

Mgr. Margit Slimáková, Ph.D.

Je skvělé, že biopotraviny se dostávají do popředí zájmu čím dál více odborníků. Proto vítám i právě publikovanou [studii vědců ze Standfordu](#), která se ptala, jestli jsou biopotraviny zdravější a bezpečnější, než ty konvenčně pěstované. Jde o další pokus dopátrat se pravdy ve velmi komplexní problematice a diskuzi o zdravotní prospěšnosti bio ani tato práce definitivně neuzavírá.

## Hlavní závěry studie

Celkové vyznění studie je vůči biopotravinám spíše rezervované, ale konkrétní uváděné závěry přitom zdravotní význam biopotravin potvrzují.

1. U dětí, které jedí biopotraviny je podstatně nižší množství pesticidů v moči ve srovnání s běžně se stravujícími dětmi.
2. Riziko znečištění zbytky z pesticidů je u biopotravin nižší než u konvenčně pěstovaných potravin.
3. Kontaminace choroboplodnými bakteriemi *Escherichia Coli* není u biopotravin odlišná od potravin konvenčně pěstovaných.
4. Riziko znečištění bakteriemi odolnými vůči třem a více druhům antibiotik je u kuřecího a vepřového masa z konvenčního chovu vyšší.

## Nedostatky a omezení studie

Práce je popisována jako doposud nejkompexnější meta-analýza publikovaných studií srovnávající organické a konvenční potraviny, přesto studie pomíjí hned několik zásadních souvislostí.

- **Studie je limitovaná** a nepodává komplexní pohled na problematiku biopotravin
- Studie neuvádí jaké jsou rozdíly mezi biopotravinami a konvenčními potravinami v obsahu hned několika zásadních živin, jako jsou na příklad omega 3 mastné kyseliny anebo fytochemikálie
- Studie se nezabývá obsahem [geneticky modifikovaných organismů](#) a jejich zdravotními riziky v konvenčních potravinách
- Studie nevysvětlitelně vypočítávala zatížení pesticidy neobvyklým způsobem, při běžně používané metodě by výsledky pro biopotraviny byly ještě mnohem příznivější a to namísto 30 % až **81% nižší zátěž pesticidy**
- Studie sice sleduje množství toxických látek jako pesticidů v jednotlivých druzích, ale **nedává je do souvislosti s běžnou konzumací mnoha takovýchto potravin** v průběhu běžného života anebo riskantními interakcemi mezi jednotlivými chemikáliemi navzájem

## Závěr

Studie je zajímavým pokusem o vysvětlení prospěšnosti biopotravin, a je škoda, že její design nebyl detailněji navržen, tak aby mohla odpovědět mnohem více o zdravotních přínosech biopotravin. [Detailnější hodnocení](#) studie připravil Carles Benbrook z Centra pro udržitelné zemědělství Univerzity ve Washingtonu. Jako problematické takou vidím situaci, kdy populární média zkreslila výsledky studie a vůbec se nezabývala jejími nedostatky.

---

**Mgr. Margit Slimáková, Ph.D.** je odbornice na zdravotní prevenci a výživu. Vystudovala farmacii a dietologii, využívá osvědčené poznatky moderní i alternativní medicíny. Věnuje se poradenství a osvětě, publikační i přednáškové činnosti.