Image not found or type unknown

Cukier: europejska przeszkoda we wzmacnianiu zdrowia jamy ustnej. Konferencja w PE

25 marca 2026 r. w Parlamencie Europejskim w Brukseli odbyło się tzw. wydarzenie polityczne (policy event), którego gospodarzem był poseł do PE z Włoch Dario Tamburrano z Grupy Lewicy w PE (z zawodu lekarz dentysta) a współorganizatorem była Rada Europejskich Lekarzy Dentystów (CED).

Celem spotkania było zwrócenie uwagi na luki regulacyjne w zakresie przepisów regulujących spożycie cukru w UE oraz podkreślenie roli lekarzy dentystów w promowaniu zdrowego trybu życia i unikania/ograniczania narażenia na czynniki ryzyka, takie jak nadmierne spożycie cukru.

Naczelną Izbę Lekarską reprezentowała dr Anna Lella, pełniącą jednocześnie funkcję Wiceprezes CED.

Podczas spotkania podkreślano, że cukier nie jest tylko „słodkim przysmakiem", ale stanowi jedno z głównych zagrożeń dla zdrowia publicznego w Europie. Ilość spożywanego cukru ponad trzykrotnie przekracza zalecenia WHO, zgodnie z którymi cukry wolne stanowić powinny mniej niż 10% dziennego spożycia energii. Wraz ze starzeniem się populacji w UE, niekontrolowane spożycie cukru napędza ukrytą epidemię utraty zębów, cukrzycy i chorób serca, co stanowi jednocześnie istotne obciążenie dla europejskich systemów opieki zdrowotnej.

Zaproszeni eksperci reprezentujący krajowe organizacje lekarsko-dentystyczne z Wielkiej Brytanii, Włoch, Grecji, Niemiec i Francji przedstawili m.in. przykłady skutecznych krajowych rozwiązań i kampanii promujących zdrowie jamy ustnej. Inicjatywy te pokazały przy tym wiodącą rolę, jaką krajowe organizacje stomatologiczne mogą i powinny odgrywać w ograniczaniu spożycia cukru i wspieraniu edukacji w zakresie zdrowia publicznego.

Prof. Johan Wölber z Niemiec wskazał, że obniżenie poziomu wolnych cukrów jako kluczowa strategia zapobiegania chorobom jamy ustnej i chorobom ogólnoustrojowym to kwestia z pogranicza stomatologii, zdrowia publicznego i biologii człowieka. Niemiecka Izba Lekarsko-Dentystyczna przedstawiła niedawno opracowany zestaw rekomendacji kładących nacisk na redukcję cukru jako strategii profilaktycznej (Verhältnisprävention). Rekomendacje te stawiają redukcję spożycia cukru w centrum polityki zdrowia jamy ustnej - takie podejście jest nie tylko uzasadnione, ale wręcz nieuniknione z naukowego punktu widzenia. Dowody naukowe wskazują bowiem, że cukier nie jest jedynie składnikiem diety. W swojej współczesnej, udoskonalonej formie reprezentuje on biologiczną niezgodność między ewolucyjnym rozwojem człowieka a jego współczesnym środowiskiem żywieniowym. Cukier rafinowany, spożywany w dużych ilościach i izolowany od naturalnej macierzy błonnikowej, stanowi biologiczną nowość dla człowieka.

Prof. Wölber podkreślił, że przez dziesięciolecia stomatologia koncentrowała się przede wszystkim na radzeniu sobie z konsekwencjami spożywania cukru.

Nadszedł jednak czas, aby skupić się na ograniczaniu przyczyn. Ograniczenie spożycia cukru to zatem nie tylko zalecenie stomatologiczne, lecz fundamentalna strategia profilaktyczna dla zdrowia człowieka. Stomatologia posiada zarówno dowody naukowe, jak i ponosi społeczną odpowiedzialność za wprowadzenie tej zmiany.

Przedstawicielka organizacji Safe Food Advocacy Europe (SAFE), Anouck Guillou, przedstawiła kwestię spożycia cukru i wiążącego się z tym ryzyka dla zdrowia z perspektywy konsumentów, wskazując, że Europejscy konsumenci są narażeni na agresywny marketing branżowy, co sprawia,

że dokonywanie „zdrowych wyborów” jest często bardzo utrudnione a czasem wręcz niemożliwe.
SAFE jest niezależną organizacją pozarządową z siedzibą w Brukseli, której celem jest reprezentowanie interesów europejskich konsumentów i dążenie do tego, aby zdrowie konsumentów oraz bezpieczeństwo żywności były priorytetem w unijnym prawodawstwie.
A. Guillou przekazała, że SAFE bierze udział w realizacji kilkunastu projektów finansowanych przez UE, w ramach których prowadzone są szkolenia z zakresu edukacji żywieniowej w szkołach. Wskazała m.in. projekt Preventia, którego celem jest w szczególności ograniczenie chorób niezakaźnych, w ramach którego poświęca się wiele uwagi nadmiernemu spożyciu cukru, oraz opracowaną niedawno aplikację na smartfony BiteWatch, która ma na celu zwiększenie wiedzy na temat wpływu pożywienia na zdrowie i zachęcanie do podejmowania zdrowszych decyzji żywieniowych. BiteWatch wyświetla informacje żywieniowe, takie jak poziom soli, cukru i tłuszczów nasyconych, a także szczegóły dotyczące dodatków, stopnia przetworzenia oraz tego, czy produkt jest wegański, czy wegetariański. Pomaga użytkownikom łatwo ustalić, co znajduje się w pożywieniu, i podejmować bardziej świadome decyzje żywieniowe.
Spotkanie w PE było wydarzeniem służącym promowaniu rekomendacji CED dotyczących ograniczenia nadmiernego spożycia cukru poprzez właściwą politykę unijną, ograniczania negatywnych skutków zdrowotnych wynikających z czynników ryzyka, jak również integracji zdrowia jamy ustnej z holistycznym modelem profilaktyki, który wspiera ogólny dobrostan człowieka.
CED wzywa decydentów unijnych do bezzwłocznego podjęcia takich działań, jak m.in.:
• wprowadzenie unijnych barier handlowych i ceł na importowany cukier;
• przyjęcie unijnego podatku od napojów słodzonych cukrem;
• uchwalenie kompleksowej dyrektywy w sprawie reklamy cukru, aby wyeliminować agresywny marketing, sponsoring przemysłu cukrowniczego i cyfrową reklamę produktów o wysokiej zawartości cukru skierowaną do dzieci i młodzieży;
• wprowadzenie obowiązkowego zamieszczania na etykietach ostrzeżeń zdrowotnych i wizualnych przedstawień chorób związanych z cukrem;
• wzmocnienie polityki żywieniowej UE i ustanowienie norm żywieniowych dla obiektów użyteczności publicznej, zakaz spożywania produktów o wysokiej zawartości cukru w szkołach, szpitalach i domach opieki, przy jednoczesnym rozszerzeniu edukacji na temat zdrowia jamy ustnej w szkołach i miejscach pracy;
• rozwijanie strategii promocji zdrowia jamy ustnej i wiedzy na temat cukru i jego wpływu na zdrowie.

Anna Lella, wiceprezes CED,
Okręgowa Rada Lekarska Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej