

INTRODUCERE ȘI OBIECTIVE

În ultimele decenii, utilizarea suplimentelor alimentare a cunoscut o expansiune semnificativă la nivel global. Această tendință a fost influențată de modificările survenite în structura și volumul alimentației, reflectând o deviere de la principiile fundamentale ale unei diete echilibrate. Drept consecință, s-a constatat un aport suboptimal de compuși biologic activi esențiali pentru menținerea sănătății organismului. Studiile au demonstrat că suplimentele alimentare biologic active contribuie la prevenirea unor afecțiuni majore precum diabetul, ateroscleroza, bolile cardiovasculare și cancerul — principalele cauze ale mortalității în țările dezvoltate. Experiența internațională indică faptul că utilizarea suplimentelor special formulate reprezintă cea mai rapidă și eficientă soluție economică pentru ameliorarea stării nutriționale la scară globală.

Vânzările de suplimente alimentare au crescut semnificativ la nivel global, iar industria nutraceutică este estimată să atingă 591,1 miliarde USD până în 2025, cu o creștere anuală de peste 7%. În lipsa unui consens științific privind clasificarea acestor produse, sunt utilizate criterii variate (fig. 1).

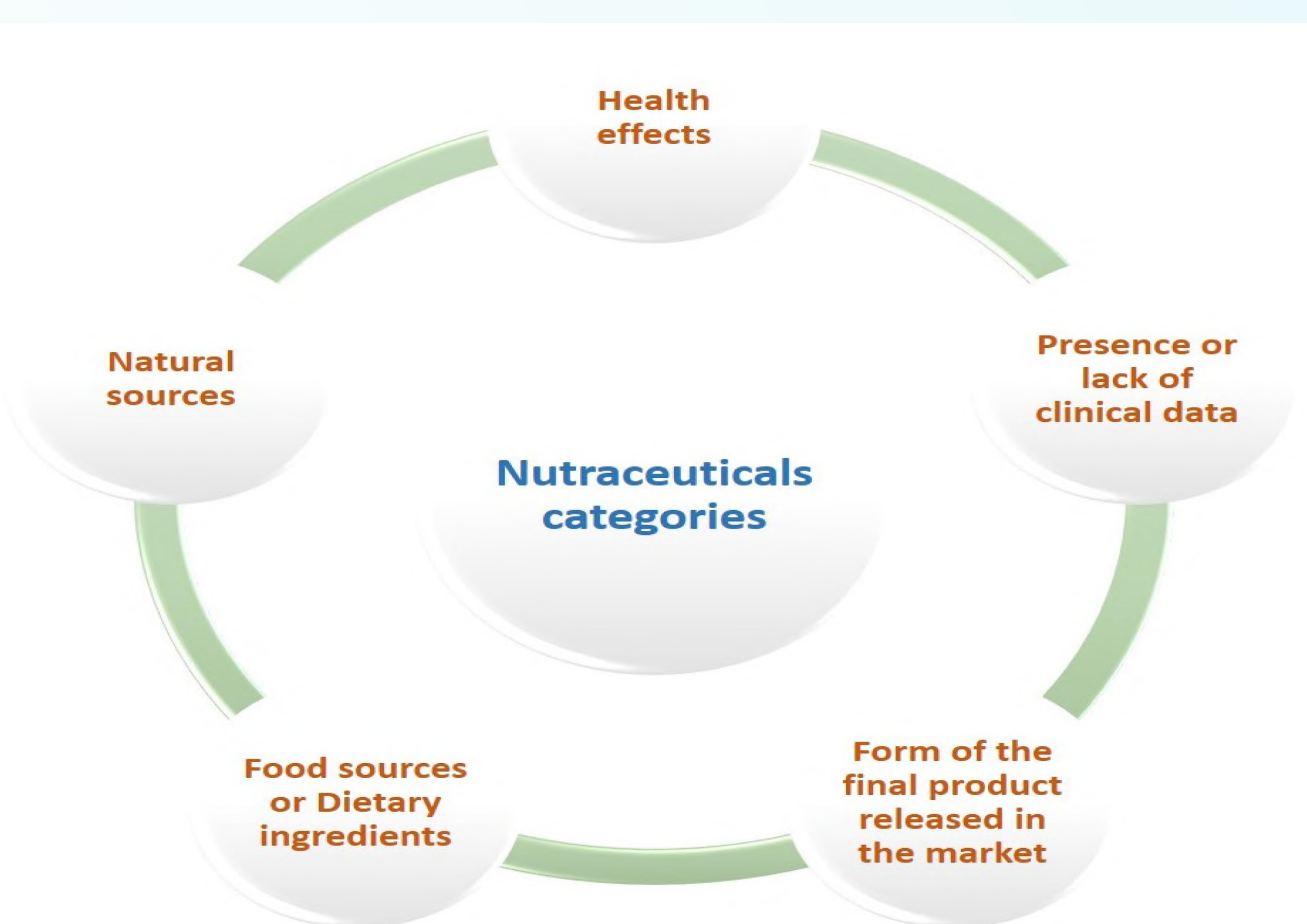


Figura 1. Criterii utilizate pentru clasificarea produselor nutraceutice în diferite

Scopul lucrării

Să evalueze datele disponibile privind principalele categorii de consumatori de suplimente alimentare din SUA, China și Uniunea Europeană.

MATERIAL ȘI METODĂ

În urma sintezei literaturii, au fost identificate peste 2000 de publicații. Revizuirea a inclus studii publicate între anii 2020-2025 care conțineau cuvântul „supliment alimentar” în titlu sau cuvinte cheie. Cele mai multe articole au fost publicate în SUA și China (26,3% și, respectiv, 13,1% din publicații), cea mai cunoscută revistă a fost Nutrients.

REZULTATE

Dintre cele mai răspândite categorii de consumatori de suplimente alimentare sunt evidențiate: femeile în timpul sarcinii și alăptării, copiii, sportivii și persoanele în vârstă. Potrivit lui S. Jun et al, aproximativ 50% dintre femeile însărcinate și 40% dintre femeile care alăptează au luat suplimente după consultarea cu un prestator de servicii medicale. În ultimii ani, se atestă și recomandarea pe scară largă a suplimentelor pentru copii. Vitaminele și suplimentele pentru restabilirea țesutului osos sunt din ce în ce mai utilizate în rândul consumatorilor în vârstă. Majoritatea dovezilor disponibile susțin efectele pozitive ale anumitor suplimente asupra anumitor activități sportive. De exemplu, creatina, beta-alanina și bicarbonatul sunt eficiente în sporturile de luptă, în timp ce cafeina, acizii grași omega-3, vitaminele C, D și B12 și polifenolii sporesc rezistența.

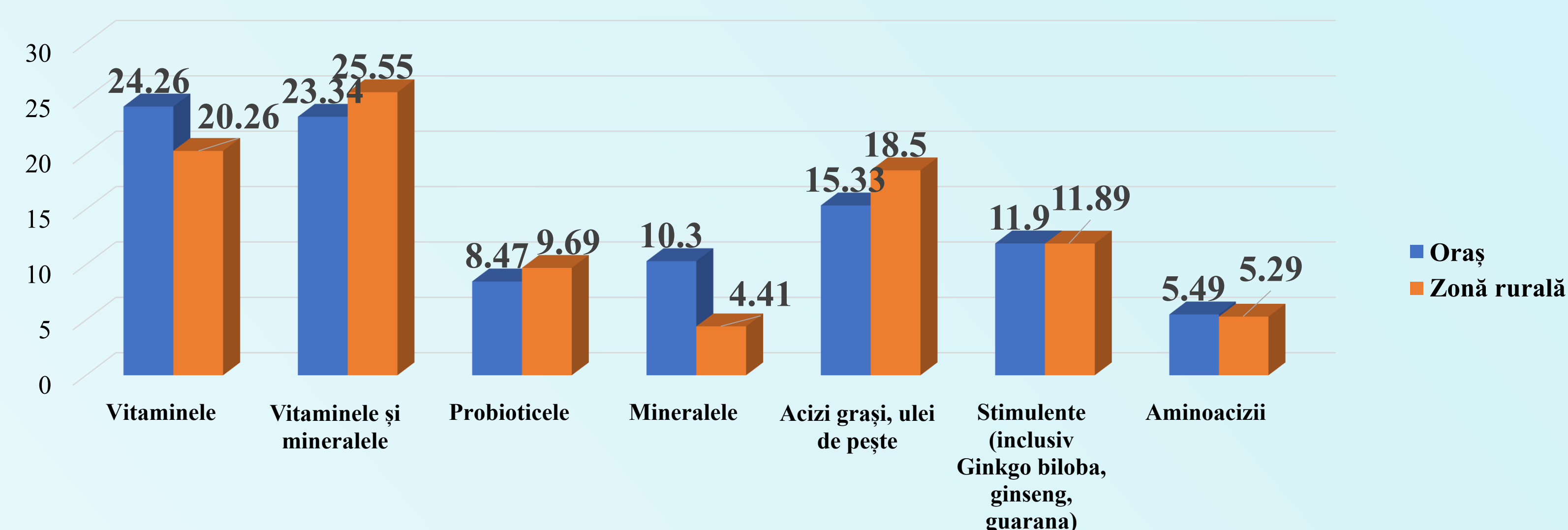


Figura 2. Tipul de suplimente alimentare consumate în funcție de origine

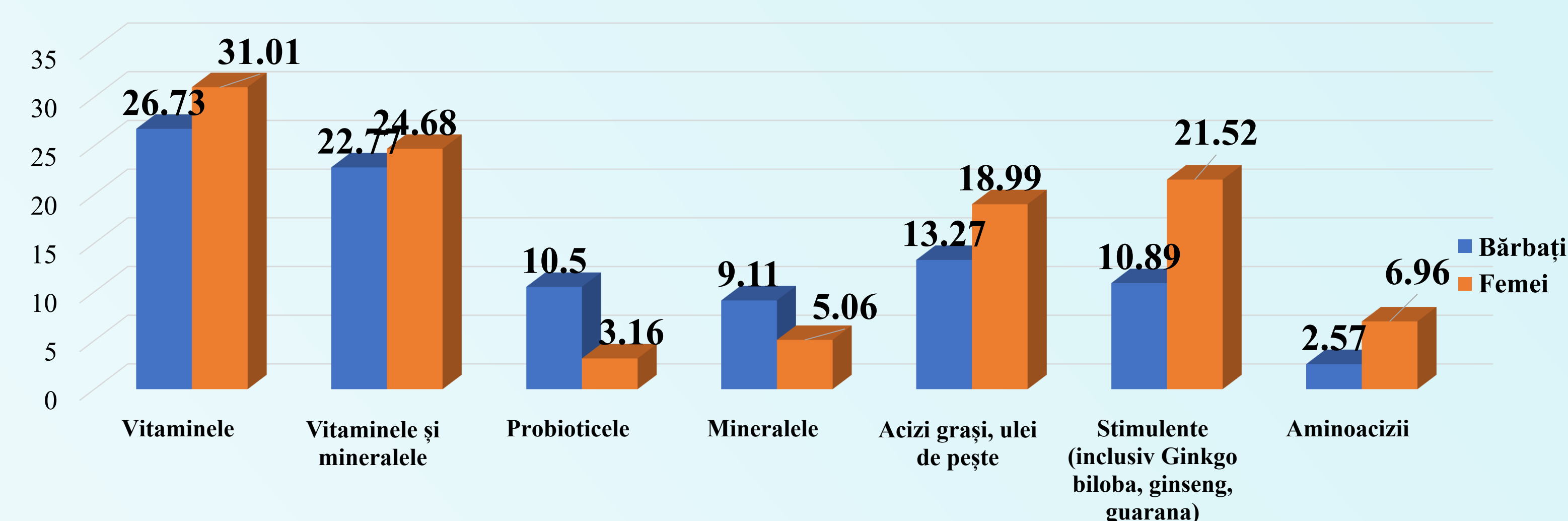


Figura 3. Tipul de suplimente alimentare consumate în funcție de sex

Rezultatele confirmă faptul că utilizarea suplimentelor crește odată cu vârsta și este mai frecventă la femei decât la bărbați. Suplimentele de vitamine sau minerale au fost utilizate de 67% dintre toți respondenții, suplimentele specializate de 35%, suplimentele botanice de 23% și suplimentele sportive de 17% (fig. 2). În rândul utilizatorilor de suplimente, multivitaminele au fost cele mai frecvent utilizate suplimente (71%), urmate de omega-3 sau ulei de pește (33%), calciu (32%), vitamina D (32%) și vitamina C (32%) (fig. 3). Motivele pentru utilizarea suplimentelor au fost cel mai adesea sănătatea și bunăstarea generală (58%) și compensarea deficiențelor nutritive din dietă (42%).

CONCLUZII

Creșterea interesului manifestat de diverse categorii de consumatori față de suplimentele alimentare evidențiază imperativul realizării unor cercetări riguroase și multidisciplinare, orientate spre evaluarea comprehensivă a eficacității, siguranței și impactului acestora asupra sănătății publice.