



نتائج تحاليل واختبارات المقارنة على مادة

رقائق الحبوب لفطور الصباح

في إطار برامجه حول تحاليل واختبارات المقارنة، نشر المعهد الوطني للإستهلاك نتائج تحاليله حول رقائق الحبوب لفطور الصباح. شمل التحليل 9 علامات تجارية، 3 منها تونسية المنشأ والباقي موردة. وقد تم إختيار هذا المنتج نظرا لدخوله بصفة تدريجية في العادات الإستهلاكية للأطفال والمراهقين خاصة في فطور الصباح حيث بين بحث أنجزه المعهد الوطني للإستهلاك شمل عينة من 330 تلميذ من الشريحة العمرية 10-12 سنة أن 13.3 منهم يتناولون رقائق الحبوب لفطور الصباح. من جهة أخرى فإن هذا المنتج يحتوي على نسب هامة من السكر تصل أقصاها حسب التحاليل 2 قطع من السكر بالنسبة لحصة من 30 غرام أي ما يعادل أكثر من 30 بالمائة من المنتج، في حين أن العادات الإستهلاكية تؤشر بلوغ معدل الحصة الواحدة إلى 50 غرام لكل وجبة.

وباعتبار تحاليل واختبارات المقارنة تعتمد أساسا على أداء المنتج وليس على مدى مطابقته للمواصفات فقد شمل التحليل و الترتيب المعايير التالية:

- التأشير (7%)
- المواد الدهنية (5%)
- المواد الدهنية المشبعة (8%)
- البروتينات (10%)
- نسبة السكر المضاف (35%)
- نسبة الملح (35%)

وما يغيب عن عديد المستهلكين فإن رقائق الحبوب لفطور الصباح تحتوي على نسبة من الملح حيث بينت التحاليل أن تحوي أقصاها على 1.9 بالمائة ملح أي ما يعادل 11.5 بالمائة من الحاجيات الأساسية اليومية المسموح بها في حصة من 30 غرام فقط

من جهة أخرى كانت نسب المواد الدهنية المشبعة مقبولة عموما.

وفي ما يخص البروتينات تراوحت الملاحظات بين مقبول ودون المتوسط، مع العلم وأن التوصيات الغذائية توشر أن فطور الصباح يوفر بين 10 و 15 غرام من البروتينات.

وتجدر الإشارة أيضا ان المعهد قام بالبحث عن مادة الأكريلاميد التي تعد مركبا كيميائيا يتكون في مجموعة كبيرة من الأطعمة عند طهيها، و التي يمكن ان تكون مسرطنة عند الإنسان، حيث سجلت التحاليل عدم تجاوز العينات الحد من الكشف عن هذه المادة (Limite de détection).

وكذلك المواد الدهنية المتحولة التي سجلت أيضا نتائج ضعيفة، فلم يتم الأخذ بالإعتبار في عملية التقييم النهائي والترتيب لهذه الخاصية.

كما يدعو المعهد المستهلكين للتثبت في الخاصيات الفردية لكل منتج، التي تعطي مؤشرات للإختيار كل حسب حاجياته الخاصة.

ودعى المعهد الوطني للإستهلاك الصناعيين، خاصة التونسيين، إلى ضرورة الإنخراط في تمشي إرادي من أجل تحسين القيمة الغذائية لمنتجاتهم من خلال التقليل من السكر والملح والترفيغ في نسبة الألياف، والعمل على تحسين التأشير الغذائي من حيث المقروئية والوضوح.

كما يدعو المستهلكين إلى ضرورة قراءة التأشير الغذائي للمنتجات واقتناء التي لا تحتوي على نسب هامة من السكر أو الملح والتي لا تكون بأشكال وألوان مختلفة أو بها مضافات عديدة، والتركيز على العلامات التي تحتوي على نسبة هامة من الألياف والبروتينات.