

Mýty obecně se zaměřením na mléko

Prof. Ing. Jana Dostálová, CSc., VŠCHT, SPV

Výživa se v současnosti stala předmětem zájmu mnoha subjektů, které dávají doporučení jak se stravovat a jaké potraviny si vybírat. Vedle doporučení, která vycházejí z výsledků výzkumu, se v poslední době ve všech typech médií, zejména na internetu, objevují o výživě a potravinách nepravdivé, klamavé a zavádějící informace, nazývané mýty. Tyto informace pocházejí z různých zdrojů a šíří je různé zájmové skupiny. Může se jednat o konkurenční boj různých potravinářských lobby, informace které šíří prodejci doplňků stravy s cílem zvýšit jejich prodej, ale i ctižádostiví novináři, kteří chtějí presentovat senzační zprávy a většinou nemají dostatečné odborné vzdělání. V současné době jsou významným zdrojem mýtů i výživoví poradci, jejichž činnost se nekontroluje a navíc je to živnost volná, takže se jím může stát v podstatě kdokoli. Mýty šíří mnohdy i lidé vzdělaní v oblasti lékařství, potravinářství a příbuzných oborech, jimž toto vzdělání dodává v očích laické veřejnosti na důvěryhodnosti. Jejich klamavé informace mají původ buď v nedostatečných znalostech, nebo patří k zastáncům alternativních směrů výživy až fanatikům. Častým terčem mýtů je mléko a mléčné výrobky.