

ZNAČAJ FUNKCIONALNE HRANE U PEDIJATRIJI

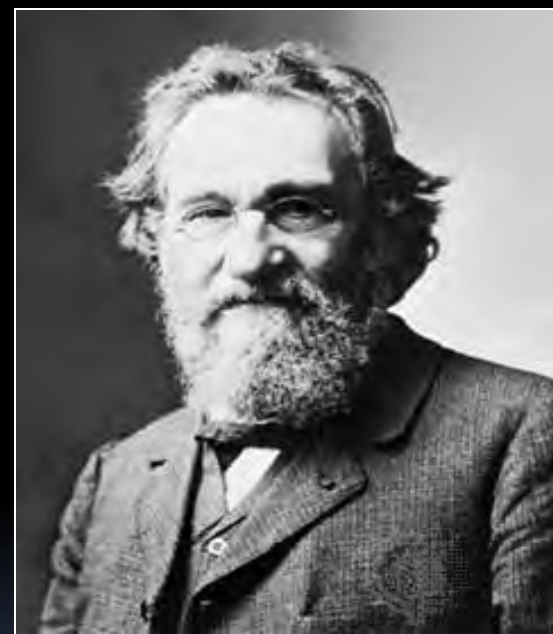
Biljana Vuletić, Zorica Rašković, Zoran Igrutinović,
Slavica Marković, Gordana Kostić,
Ana Vujić, Andjelka Stojković

PEDIJATRIJSKA KLINIKA
KRAGUJEVAC

" NEKA HRANA BUDE LEK A NEKA LEK BUDE HRANA "
Hipokrat 400 god.p.n.e.

HRANA ZADOVOLJAVA
ENERGETSKE
GRADIVNE
PROTEKTIVNE POTREBE

METCHNIKOFF 20 vek , 1908 god.



DUG ŽIVOTNI VEK BUGARA 87 god
KONZUMIRAJU MLEKO KOJE FERMENTIŠU LAKTOBAKTERIJE



KONZUMIRANJE FERMENTISANOG MLEKA



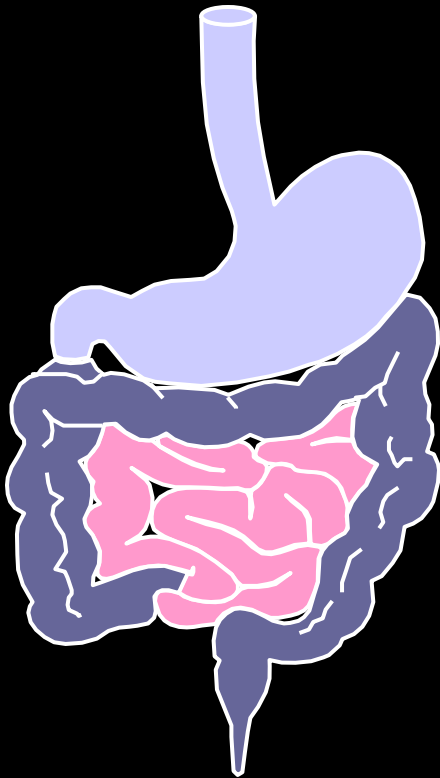
" ZASEJAVA CREVA "

NEŠKODLJIVIM ACIDOFILNIM BAKTERIJAMA
SNIŽAVA CREVNI pH



SPREČAVA RAST "LOŠIH" BAKTERIJA

" DOBRE" BAKTERIJE MLEKA
VAŽAN FAKTOR U TERAPIJI NEKIH BOLESTI



MIKROFLORA GIT UTIČE NA FUNKCIONISANJE GIT

BOLJE OPŠTE ZDRAVSTVENO STANJE

PUTEM ISHRANE OSTVARITI UTICAJ NA

- METABOLIČKU AKTIVNOST INTESTINALNE MIKROFLORE
- ONAJ DEO FLORE KOJI POZITIVNO DELUJE

" KORISNE BAKTERIJE " PROBIOTICI

ŽIVI MIKROORGANIZMI KOJI
PRIMENJENI KOD LJUDI
DELUJU POVOLJNO NA DOMAĆINA
MENJAJUĆI SVOJSTVA MIKROFLORE
INTESTINALNOG TRAKTA
TJ. UNUTRAŠNJEK EKOSISTEMA

PROBIOTICI SE DODAJU

- MLEKU I MLEČNIM PROIZVODIMA
- SIRU
- HRANI ZA ODOJČAD
- HRANI ZA BOLENIKE
- PIVU
- VINU
- NAPITCIMA ZA SPORTISTE

NAJČEŠĆE KORIŠĆENE KULTURE

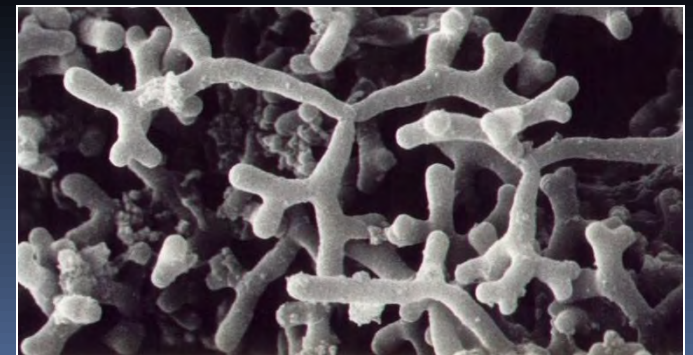
- LACTOBACILLUS
- BIFIDOBACTERIUM



KRITERIJUMI ZA SELEKCIJU DODATIH PROBIOTIKA

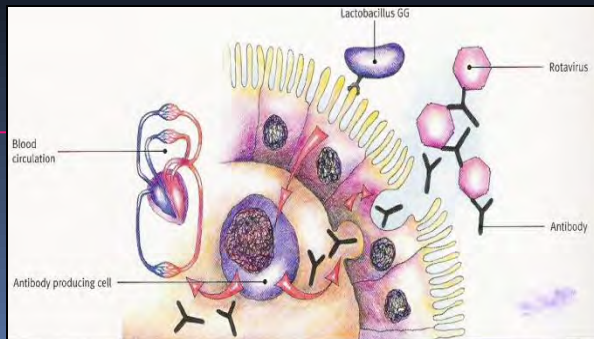
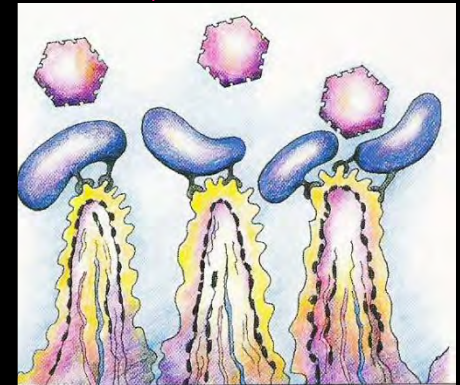
- SIGURNOST
- PREŽIVLJAVANJE U HRANI PROLASKOM KROZ GIT
- POTENCIJALNI
TERAPIJSKI
PREVENTIVNI UTICAJ NA ODREĐENE BOLESTI

HUMANO MLEKO
U CREVNOJ FLORI ODOJČETA
STIMULIŠE RAST
Bifidobacteriuma



KONZUMIRANJE PROIZVODA SA PROBIOTICIMA DELUJE PREVENTIVNO NA

NASTANAK DIJAREJE
UBLAŽAVA TEGOBE DIJAREJE
USPEŠAN TERAPIJSKI TRETMAN (Rotavirus)
SMANJUJE UČESTALOST PUTNIČKIH PROLIVA
UMANJUJE EFEKTE ZAPALJENJA
STIMULIŠE IMUNIODGOVOR
REDUKUJE POJAVU ALERGIJSKIH BOLESTI
POMAŽE APSORPCIJU VODE I MINERALA
POZITIVAN UTICAJ NA KONSTIPACIJU
NA IRITABILNI KOLON
NA NIVO HLESTEROLA



PREBIOTICI

NEDIGESTIBILNI SASTOJCI HRANE

OLIGOSAHARIDI

SELEKTIVNO STIMULIŠU RAST "KORISNIH" BAKTERIJA
NOSIOCA BROJNIH POZITIVNIH EFEKATA
NA ORGANIZAM DOMAĆINA

NISU ŽIVI MIKROORGANIZMI

SASTOJCI HRANE - **SUSPTRAT**
ODABRANIM "DOBRIM"
BAKTERIJAMA U DEBELOM CREVU
OLAKŠAVAJU PREŽIVLJAVANJE
PROBIOTIKA TOKOM PASAŽE
OMOGUĆAVAJU RAST
PROBIOTIKA
I AKTIVACIJU

POSPEŠUJU CREVNU PERISTALTIKU KRAĆE VREME PROLASKA KROZ GIT
ANAEROBNOM FERMANTACIJOM KRATKOLANČANE MK
(sirćetna, propionska i mlečna)
ONEMOGUĆEN RAST PATOGENIH BAKTERIJA
BOLJA APSORPCIJA Ca, Mg i Fe

NAJZNAČAJNIJI PREBIOTICI

OLIGOISAHARIDI IZ HUMANOG MLEKA

INULIN

FRUKTOOLIGOSAHARIDI



OLIGOSAHARIDI IZ HUMANOG MLEKA

VIŠE OD 130 RAZLIČITIH VRSTA
PODSTIČU RAST
SVIH POZITIVNIH BAKTERIJA
Bifidobacterium

MODEL ZA DODATAK MLEČNIM FORMULAMA

0,8 gr/ 100 ml
90 % gallaktosaharida i 10 % fruktooligosaharida



GALAKTOOLIGOSAHARIDI

glu + glu

humano mleko i većina mlečnih proizvoda



FRUKTOOLIGOSAHARIDI

fru + glu

mnoge biljke

PRIRODNI IZVORI

banana ,ječam, beli i crni luk, radič, špargla, artičoka, praziluk, cikorija, sveži orasi, pšenično zrno, integralno, maslačak mladi luk, crni i beli, bademi, med, jabuka, grejpfurt, citrusno voće



DODATAK TOKOM PROIZVODNJE

INULIN
FRUKTOOLOGOSAHARID
LAKTOZA



fermentisani i nefermentisani
mlečni proizvodi , sokovi,
napitci od soje



Blagi zaslađivači sa niskim sadržajem masti
Mali glikemijski indeks
Ne podstiču lučenje insulina

JOGURT

STREPTOCOCCUS TERMOPHILLUS
LACTOBACILUS BULGARICUS

DODATAK
PROBIOTIK I PREBIOTIK

SIMBIOZA

FUNKCIONALNA HRANA



FUNKCIONALNA HRANA

1000 god p.n.e.

HRANA SA BIOLOŠKI
AKTIVNIM DELOVANJEM
POMAŽE OČUVANJU ZDRAVLJA
UTIČE NA POJEDINE
TELESNE FUNKCIJE



NE DA UTOLI GLAD NI DA OSIGURA HRANLJIVE MATERIJE
VEĆ DA SPREČI BOLESTI
I POBOLJŠA FIZIČKO I PSIHOIČKO ZDRAVLJE

PROBIOTICI I PREBIOTICI

PODRŠKA ZDRAVOJ ISHRANI

DOJENJE NA MAJČINIM GRUDIMA
3-5 OBROKA VOĆA I POVRĆA DNEVNO
INTEGRALNO BRAŠNO
FERMENTISANI MLEČNI PROIZVODI

SNAŽNO ORUŽJE U
BORBI PROTIV INFEKCIJA I ZA
JAČENJE IMUNOG SISTEMA



NA ZDRAVLJE!

