

Jedlý hmyz jako potenciální zdroj vitamínu D

Ivana Laknerová, Milan Podsedníček

Abstrakt

Jedlý hmyz jako např. cvrčci, sarančata a potěmníci jsou v posledních letech představovány naší veřejnosti nejen jako zajímavé zdroje nenasycených mastných kyselin, minerálních látek a vitamínů, ale především nepostradatelných bílkovin. Světová populace neustále roste a podle demografické prognózy lze očekávat, že do roku 2030 bude mít naše planeta 8,5 miliard lidí, což by mohlo vést k nárůstu poptávky po živočišných bílkovinách. Někteří odborníci spatřují v požívání hmyzu šanci, jak zajistit stále početnějšímu lidstvu výživnou, dostupnou a udržitelnou stravu. Výhodou hmyzu je jeho četnost, velká druhová variabilita, rychlá reprodukce a nenáročnost chovu na užitnou plochu a spotřebu vody. Odhaduje se, že více než miliarda lidí na celém světě trpí nedostatkem vitamínu D, který převládá ve všech věkových kategoriích a zeměpisných oblastech. V České republice se to týká 60 – 75 % populace. Životní styl lidí se změnil, což vedlo ke snížení venkovních aktivit a tudíž ke zkrácení pobytu na slunci, nadměrnému používání opalovacích krémů a znečištění životního prostředí. Vitamin D je v současné době skloňován ve všech pádech vlivem nových poznatků o jeho nedostatku v lidské populaci a jeho roli v posílení imunitního systému, což se mohlo pozitivně projevit zejména v době globální pandemie COVID-19. Nejvýznamnějším přirozeným zdrojem vitamínu D je sluneční záření. Během měsíců s minimem slunečního svitu je tělo odkázáno na příjem vitamínu D z živočišných a rostlinných zdrojů nebo obohacených potravin a potravin nového typu. Zatímco význam vitamínu D ve fyziologii obratlovců je dobře zdokumentován, u skupiny bezobratlých je naopak poznatků velmi málo. To se týká především hmyzu, nejrozmanitější a druhově nejbohatší skupiny živočichů s velkými morfologickými a ekologickými rozdíly, s různou expozicí slunečního záření, u které byl vitamin D detekován, ale jeho metabolismus nebyl dostatečně studován. Koncentrace vitamínu D se liší mezi jednotlivými druhy hmyzu. Zvýšení obsahu vitamínu D lze, jako např. u hub, zvýšit UVB zářením.

Klíčová slova: UVB záření; potěmník moučný; fortifikace; zdroj vitamínu D

Výživa a potraviny 77 (1), 2022, 19-22

<https://www.vyzivaspol.cz/vyziva-a-potraviny-1-2022/>