

## Συγκριτική διατροφική αξιολόγηση προϊόντων κρέατος

Μπόσκου Γεώργιος <sup>1\*</sup> & Αδάμ Μαρία <sup>2</sup>

<sup>1</sup>Αναπληρωτής Καθηγητής Οργάνωσης & Διαχείρισης Μονάδων Διατροφής

<sup>2</sup>Μεπτυχιακή φοιτήτρια Εφαρμοσμένης Διαιτολογίας-Διατροφής

Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής, Σχολή Επιστημών Υγείας και Αγωγής, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο.

Στην εργασία αυτή γίνεται συγκριτική διατροφική αξιολόγηση για προϊόντα κρέατος με στοιχεία από βάσεις δεδομένων, όπως το Food Data Central του USDA και η ανοιχτή βάση συσκευασμένων τροφίμων Open Food Facts. Με τη χρήση κατάλληλων φίλτρων απομονώθηκαν στοιχεία που αφορούσαν συγκεκριμένες κατηγορίες προϊόντων κρέατος όπως σαλάμι, λουκάνικο και άλλα. Στα μακρο- και μικροθρεπτικά συστατικά έγινε περιγραφική στατιστική για τις μέσες τιμές, τυπικές αποκλίσεις, μέγιστα και ελάχιστα. Στη συνέχεια έγινε ανάλυση κυρίων παραγόντων για τον εντοπισμό τάσεων των μεταβλητών καθώς και συσταδική ανάλυση για τον εντοπισμό ομάδων με παραπλήσιο διατροφικό προφίλ. Η συγκριτική αξιολόγηση έγινε στη εκατοστιαία αναλογία των θρεπτικών συστατικών αλλά και στην ενδεικτική μερίδα κατανάλωσης. Στη συγκριτική αξιολόγηση συμπεριλήφθηκε και η ταξινόμηση με το σύστημα NutriScore όπως αυτό δηλωνόταν στη βάση δεδομένων Open Food Facts ή όπως προέκυπτε υπολογιστικά από το δεδομένα στο Food Data Central. Σκοπός της μελέτης ήταν να εξεταστεί η υπόθεση ότι υπάρχουν προϊόντα κρέατος που μπορούν να αποτελέσουν καλές διατροφικές επιλογές, είτε σε μεμονωμένα θρεπτικά στοιχεία όπως αλάτι και κορεσμένα λιπαρά είτε στο σύνολο των θρεπτικών. Στα πλαίσια πάντοτε μιας λογικής κατανάλωσης μερίδων σε καθημερινή ή εβδομαδιαία βάση.