

ŚREDNICKA-TOBER DOMINIKA, BARAŃSKI MARCIN, SEAL CHRIS J., SANDERSON ROY, BENBROOK CHARLES, STEINSHAMN HAVARD, GROMADZKA-OSTROWSKA JOANNA, REMBIAŁKOWSKA EWA, SKWARŁO-SOŃTA KRYSZYNA, EYRE MICK, ET AL.

Katedra Żywności Funkcjonalnej i Ekologicznej, Instytut Nauk o Żywieniu Człowieka, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

WYŻSZE STĘŻENIE PUFA I N-3 PUFA, SPRZĘŻONEGO KWASU LINOLOWEGO, α -TOKOFEROLU I ŻELAZA, ALE NIŻSZE STĘŻENIA JODU I SELENU W MLEKU EKOLOGICZNYM: SYSTEMATYCZNY PRZEGLĄD LITERATURY ORAZ ANALIZY META- I REDUNDANCJI

Zainteresowanie mlekiem produkowanym w sposób organiczny wynika częściowo z przekonania konsumentów, że ma ono większą wartość odżywczą. Jednak nie ma jednoznacznych dowodów, że stosowanie norm produkcji ekologicznej wpływa na jakość mleka. Przedstawiona metaanaliza opiera się na porównaniu 170 opublikowanych badań porównujących zawartość składników odżywczych w organicznym i konwencjonalnym mleku krowim. Nie stwierdzono istotnych różnic w całkowitej zawartości nasyconych (SFA) i jednonienasyconych kwasów tłuszczowych (MUFA) w mleku ekologicznym i konwencjonalnym. Jednak udział całkowitej ilości wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (PUFA) i wielonienasyconych kwasów tłuszczowych z rodziny n-3 (n-3 PUFA) były znacznie większe w mleku ekologicznym, odpowiednio o 7% (95% CI -1, 15) i 56% (95% CI 38, 74). Udział kwasu α -linolenowego (ALA), długołańcuchowych wielonienasyconych kwasów tłuszczowych z rodziny n-3 (EPA+DPA+DHA) i sprzężonego kwasu linolowego były również znacząco większe w mleku ekologicznym, odpowiednio o 69% (95% CI 53, 84), o 57% (95% CI 27, 87) i o 41% (95% CI 14, 68). Ponieważ nie stwierdzono znaczących różnic w całkowitym udziale wielonienasyconych kwasów tłuszczowych z rodziny n-6 i kwasu linolowego, proporcje PUFA n-6 : n-3 i LA : ALA były niższe w mleku ekologicznym, szacunkowo o 71% (95% CI -122, -20) i o 93% (95% CI -116, -70). Uzyskane wyniki pozwalają stwierdzić, że organiczne mleko krowie ma bardziej pożądany skład kwasów tłuszczowych niż mleko konwencjonalne. Metaanaliza wykazała również, że mleko organiczne ma znacznie większy udział α - tokoferolu i żelaza, ale niższy udział jodu i selenu. Analiza danych z badań europejskich wskazuje, że głównym powodem różnic w składzie mleka może być większe spożycie pasz stosowanych w systemach rolnictwa ekologicznego.

Słowa kluczowe:

Produkty organiczne, mleko, produkty mleczne, witaminy, antyoksydanty, n-3 PUFA, sprzężony kwas linolowy

Odnosnik do oryginalnej pracy:

<https://doi.org/10.1017/S0007114516000349>