

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Polacy nie czytają etykiet produktowych



Polacy nie czytają etykiet umieszczanych na produktach spożywczych - wynika z badań konsumenckich przeprowadzonych przez Instytut Żywności i Żywienia. Instytut prowadzi projekt Zachowaj Równowagę, który ma zwiększyć świadomość społeczeństwa w dziedzinie zdrowego odżywiania.

W ramach projektu dystrybuowane są broszury i ulotki edukacyjne, zachęcające do czytania etykiet oraz sprawdzania wartości odżywczej spożywanej żywności. Materiały można m.in. znaleźć w skrynkach pocztowych, punktach gastronomicznych i sklepach spożywczych, rozdawane są też na imprezach lokalnych. Akcja potrwa do końca sierpnia, a wykorzystanych w niej zostanie około 100 tysięcy broszur.

Dietetyk i koordynatorka projektu Magdalena Siuba-Strzelińska powiedziała PAP, że Polacy nie zwracają uwagi na etykiety, nie rozumieją ich. "Jedyną rzeczą, na którą część osób patrzy, jest skład produktu. Natomiast tak naprawdę nikt nie zwraca uwagi na tabele wartości odżywczych". Przypomniała, że złe odżywianie skraca życie i powoduje wiele chorób, w tym nowotwory. "Powinniśmy wybierać produkty z najmniejszą ilością soli, cukrów prostych, tłuszczów i substancji dodatkowych" - podkreśliła Siuba-Strzelińska.

Dodała, że Polacy najczęściej kupują produkty z ładną etykietą, przyjemną dla oka. Należałoby jednak przede wszystkim zwrócić uwagę na ich treść. Według badań IŻŻ, należy edukować ludzi, jak odnaleźć na półkach zdrowe artykuły spożywcze - powiedziała.

Program Zachowaj Równowagę ma zachęcić Polaków do bycia świadomymi konsumentami. Instytut nakłania również do wspierania lokalnych producentów. "Jakość polskich produktów jest stosunkowo dobra, zależy, które z nich będziemy wybierali" - zaznaczała w rozmowie z PAP Siuba-Strzelińska. Jak mówiła, nie do końca prawdą jest stwierdzenie, iż zdrowa żywność jest droga. "Dobre jakościowo produkty znaleźć możemy na półkach w zwykłych sklepach, nie tylko z ekologiczną i zdrową żywnością, i wcale nie muszą być one w wysokich cenach" - dodała.

Akcja rozpowszechniania materiałów edukacyjnych prowadzona jest w całej Polsce, w różnych formach. W Warszawie, Krakowie czy Gliwicach broszury można otrzymać podczas rozmaitych wydarzeń, np. na targach śniadaniowych, jarmarkach i innych imprezach lokalnych. Natomiast m.in. w Zielonej Górze, Olsztynie, Rzeszowie czy Katowicach ulotki edukacyjne trafiają bezpośrednio do

prywatnych skrzynek pocztowych. Materiały są też dostępne w wybranych punktach gastronomicznych i sklepach spożywczych. Jednak, przede wszystkim, każdy może pobrać je ze strony internetowej projektu www.zachowajrownowage.pl (zakładka „DO POBRANIA”).

Zainteresowanie akcją jest duże - ocenia Agnieszka Maślanka z biura prasowego Zachowaj Równowagę. "Zgłaszają się do nas osoby z pytaniem, gdzie można zasięgnąć więcej informacji lub skorzystać z porad dietetycznych". W związku z tym, jesienią tego roku planowane jest powtórzenie tego przedsięwzięcia.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/25917.html>



12-05-2026

[Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

[Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

[Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

[Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...](#)

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

[Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#)

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV](#)

[edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Jak rower zmienił świat](#) [Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy