

CZU 613.292+615.32

PARTICULARITĂȚILE CONSUMULUI SUPLIMENTELOR ALIMENTARE

Mădălina RUSU², Vladilena GANDACOV^{1*}, Livia UNCU^{1,2}

¹*Centrul Științific al Medicamentului*

²*Catedra de chimie farmaceutică și toxicologică*

*Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”,
Chișinău, Republica Moldova*

Autor corespondent*: vladilena.gandacov@usmf.md

Introducere. Suplimentele alimentare sunt produse alimentare, al căror scop este de a suplimenta regimul alimentar și care reprezintă surse concentrate de nutrienți sau alte substanțe cu efect nutritiv sau fiziologic, prezentate sub formă de doze unitare mici [2]. Tendințele actuale în alimentația populației sunt orientate spre utilizarea excesivă a produselor alimentare înalt procesate. Acestea sunt caracterizate printr-un grad înalt de rafinare, concentrare, cu o densitate energetică sporită și valoare nutritivă scăzută, fapt ce determină dezvoltarea dezechilibrelor nutriționale [4]. Consumatorii și autoritățile de sănătate publică sunt interesați de reducerea și prevenirea bolilor cronice, de promovarea unui stil de viață sănătos pe termen lung, fapt ce accentuează rolul suplínirii alimentației cu macro- și micronutrienți [3].

Scopul. Studiarea particularităților consumului suplimentelor alimentare.

Materiale și metode. Evaluarea a peste 93 de publicații științifice prin metode de analiză și interpretare (Google academic, MEDLINE, PubMed).

Rezultate. Conform datelor furnizate de Euromonitor International s-a confirmat, că datorită pandemiei de COVID-19, a fost accentuată importanța sănătății și imunității în rândul populației. Drept urmare, piața suplimentelor alimentare a înregistrat o creștere anuală de 5,2% în 2020, comparativ cu o creștere de 3,5% în 2019. În baza analizei bibliografice evaluate s-a constatat, că cele mai relevante motive care determină populația să administreze suplimente alimentare sunt îmbunătățirea (45%

din publicațiile evaluate) și menținerea (33% din surse) sănătății generale. Printre alte motive au fost remarcate: sănătatea oaselor (25%), suplinirea deficiențelor nutriționale (22%), creșterea imunității (15%), sănătatea inimii (15%), prevenirea artritei (11%), între 3-5% sunt pentru capacitățile cognitive, sistemul digestiv și aspectul pielii, părului și al unghiilor.[1] S-a constatat, că cu 25,59% mai multe femei utilizează zilnic suplimentele alimentare, comparativ cu bărbații [3]. Persoanele care practică sportul și duc un mod de viață sănătos sunt mai predispuse la utilizarea suplimentelor alimentare (59%), decât cei care nu practică activitatea fizică (43%) [1].

Concluzii. Rezultatele obținute în urma evaluării publicațiilor selectate demonstrează, că consumul de suplimente alimentare este în continuă creștere, principalul motiv fiind menținerea sănătății generale a organismului și suplinirea deficiențelor cu caracter individual. Utilizarea suplimentelor alimentare este influențată de nivelul socio-cultural, gradul de educație, condițiile de trai, vârstă, sex, maladiile preexistente.

Cuvinte cheie. Suplimente alimentare, consum.

Bibliografie:

1. [Annette Dickinson](#) and [Douglas MacKay](#). Health habits and other characteristics of dietary supplement users, 2014 Feb 6. doi: 10.1186/1475-2891-13-14 PMID: 24499096
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3931917/>
2. [Patrick Coppens](#). The Importance of Food Supplements for Public Health and Well-Being, Epub 2020 6 octombrie doi: 10.1159/000507524 PMID: **33502375** <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33502375/>
3. Mishra S., Stierman B., Jaim J. et al. Dietary Supplement Use Among Adults: United States. NCHS Data Brief No. 399, February 2021. Disponibil la: <https://www.cdc.gov/nchs/products/databriefs/db399.htm>
4. Graur, M. et al. Ghid pentru alimentație sănătoasă. Editura PERFORMANTICA IAȘI – 2006 ISBN: 973-730 240-4.

PARTICULARITIES OF THE CONSUMPTION OF FOOD SUPPLEMENTS

Mădălina RUSU², Vladilena GANDACOV^{1*}, Livia UNCU^{1,2}

¹*Scientific Center of Medicine*

²*Department of Pharmaceutical and Toxicological Chemistry
Nicolae Testemițanu State University of Medicine and Pharmacy,
Chisinau, Republic of Moldova*

Correspondent author*: vladilena.gandacov@usmf.md

Introduction. Food supplements are food products, intended to supplement the diet, which are concentrated sources of nutrients or other substances with a nutritional or physiological effect, presented in small unit doses[2]. Current trends in the diet of the population are towards the overuse of highly processed foods. These are characterised by a high degree of refinement, concentration, increased energy density and low nutritional value, leading to the development of nutritional imbalances[4]. Consumers and public health authorities are interested in reducing and preventing chronic diseases and promoting a long-term healthy lifestyle, which emphasises the role of dietary supplementation with macro- and micronutrients [3].

Aim of the study. Purpose. To study the particularities of dietary supplements consumption.

Materials and methods. Evaluation of more than 93 scientific publications by analysis and interpretation methods (Google academic, MEDLINE, PubMed).

Results. According to information provided by Euromonitor International it has been confirmed that due to the COVID-19 pandemic, the importance of health and immunity in the population has been emphasised. As a result, the dietary supplements market grew by 5.2% year-on-year in 2020, compared to an increase of 3.5% in 2019. Based on the literature review evaluated, it was found that the most relevant reasons for the population to take dietary supplements are to improve (45% of the publications evaluated) and maintain (33% of the sources) general health. Other reasons included:

bone health (25%), supplementing nutritional deficiencies (22%), increasing immunity (15%), heart health (15%), preventing arthritis (11%), between 3-5% are for cognitive abilities, digestive system and the appearance of skin, hair and nails [1]. It was found that 25,59% more women use dietary supplements on a daily basis, compared to men [3]. People who practice sports and lead a healthy lifestyle are more likely to use dietary supplements (59%), than those who do not practice physical activity (43%) [1].

Conclusions. The results obtained from the evaluation of the selected publications show that the consumption of dietary supplements is constantly increasing, the main reason being the maintenance of the general health of the body and the replacement of individual deficiencies. The use of dietary supplements is influenced by socio-cultural level, level of education, living conditions, age, gender, pre-existing diseases.

Key words. Dietary supplements, consumption.

Bibliography:

1. [Annette Dickinson](#) and [Douglas MacKay](#). Health habits and other characteristics of dietary supplement users, 2014 Feb 6. doi: 10.1186/1475-2891-13-14 PMID: PMC3931917
PMID: 24499096
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3931917/>
2. [Patrick Coppens](#). The Importance of Food Supplements for Public Health and Well-Being, Epub 2020 6 octombrie doi: 10.1159/000507524 PMID: 33502375 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33502375/>
3. Mishra S., Stierman B., Jaim J. et al. Dietary Supplement Use Among Adults: United States. NCHS Data Brief No. 399, February 2021. Disponibil la: <https://www.cdc.gov/nchs/products/databriefs/db399.htm>
4. Graur, M. et al. Ghid pentru alimentație sănătoasă. Editura PERFORMANTICA IAȘI – 2006 ISBN: 973-730 240-4.