



## POZVÁNKA

### TUKY nielen na vianočnom stole

Mýty o konzumácii tukov a ich negatívnom vplyve na naše zdravie pretrvávajú vo verejnosti už vyše tri desiatky rokov. Po celé tieto roky sa nám odborníci na výživu snažili dokázať, že strava s nízkym obsahom tuku je jedinou správnu cestou k zdravej životospráve a vitalite a zároveň aj prevenciou pred chorobami.

**Vo vianočnom špeciáli Vedy v CENTRE sa prof. Ing. Štefan Schmidt, PhD.,** uznávaný chemik z **Ústavu biotechnológie a potravinárstva** na Fakulte chemickej a potravinárskej technológie STU, pokúsi objasniť prečo sú tuky, naopak, dôležitým prvkom výživy pre fungovanie zdravého organizmu. Aká je teda pravda o tukoch? Čo vieme o vplyve tukov na ľudský metabolizmus? Prečo vlastne potrebujeme tuky a akú úlohu plnia v našom organizme? Ktoré druhy tukov a jedlých olejov sú zdraviu prospešné a ktoré nie? To všetko sa dozviete **v stredu 16.12.2015 o 17.00 hod.**

Tuky určite patria medzi najčastejšie diskutované zložky potravy. O výžive bolo napísané množstvo odborných i populárnych kníh a je až prekvapujúce, koľko rozporuplných informácií týkajúcich sa jedlých tukov a olejov v nich môžeme nájsť. Príčin je niekoľko. Odborníkom na výživu často chýbajú znalosti o zložení výrobkov aj výrobných technológiách. Procesy a používané suroviny sa neustále modernizujú, napriek tomu si túto skutočnosť niektorí autori nevšimli, alebo nechcú všímať. Novinkám a niekedy aj senzáciám v tejto oblasti sa venuje oveľa viac pozornosti. Ak sa časom dokáže, že išlo len o bublinu, ktorá spľasla, už o tom nepadne ani zmienka. Dôsledkom je, že bežný spotrebiteľ je úplne zmätený. Nevie, čo má konzumovať a čomu sa vyhýbať. Preto je potrebné sledovať odporúčania uznávaných odborníkov a renomovaných odborných spoločností, ktoré tieto čiastkové informácie vzájomne porovnávajú, posudzujú a závery formulujú až na základe vyššej úrovne dôkazov.

Pozývame Vás do vedeckej kaviarne pod názvom **Veda v CENTRE**, ktorú v Centre vedecko-technických informácií SR (CVTI SR) v Bratislave pravidelne, raz do mesiaca, organizuje pre širokú verejnosť Národné centrum pre popularizáciu vedy a techniky v spoločnosti pri CVTI SR. Ak sa chcete dozvedieť viac, v neformálnej a priateľskej atmosfére pri káve sa môžete do diskusie zapojiť aj vy. Vedecká kaviareň Veda v CENTRE sa koná v budove CVTI SR na Lamačskej ceste 8/A, na Patrónke. Vstup na podujatie je pre verejnosť voľný.

#### **Kontakt pre médiá – Komunikačný odbor Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR:**

Martina Slušná, mobil: 0907 910 498, [martina.slusna@minedu.sk](mailto:martina.slusna@minedu.sk)

#### **Kontakt pre médiá – Centrum vedecko-technických informácií SR:**

Eva Vašková, 02/ 69 253 113, [eva.vaskova@cvtisr.sk](mailto:eva.vaskova@cvtisr.sk)



Podujatie sa koná v rámci implementácie národného projektu PopVaT – Popularizácia vedy a techniky na Slovensku  
Podporujeme výskumné aktivity na Slovensku/Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Centrum vedecko-technických informácií SR (CVTI SR) je ako priamo riadená organizácia Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR národným informačným centrom pre vedu, techniku, inovácie a vzdelávanie. Jeho súčasťou je špecializovaná vedecká knižnica Slovenskej republiky. Koordinuje činnosť a zabezpečuje prevádzku interdisciplinárnych výskumno-vývojových centier a národných infraštruktúr pre výskum, vývoj, inovácie a vzdelávanie.