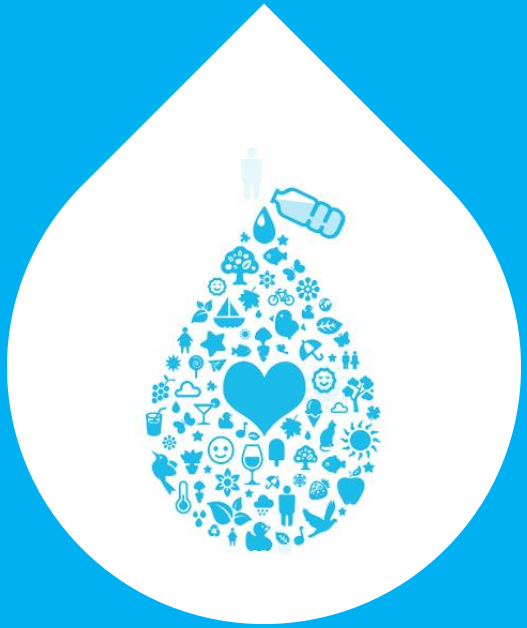


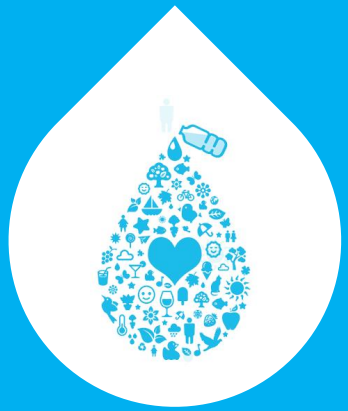
Svaz minerálních vod z. s.

Celostátní konference „Potraviny v hysterii“ – 14.10.2015

SVAZ MINERÁLNÍCH VOD

Přírodní minerální vody

- Přírodní minerální vody jsou fenoménem, který obráží mimořádnost geologických, geochemických, hydrogeologických a klimatických podmínek v kůře zemské. Z tohoto tvrzení vyplývá, že jejich výskyt v České republice, právě tak jako i jinde ve světě není nahodilý.
- Nejběžnějším typem minerálních vod jsou uhličité vody – kyselky. Prvořadou podmínkou jejich vzniku je přívod juvenilního oxidu uhličitého do geologické struktury.
- Základní odlišnost mezi kyselkami jednotlivých struktur Českého masivu je v zastoupení rozpuštěných látek, což vyplývá z vlastností prostředí vzniku a hloubek formování přírodních minerálních vod, kde teplota vody a obsah rozpuštěného oxidu uhličitého ovlivňuje rozpouštěcí schopnosti vody a umožňuje tak vznik jedinečných minerálních vod.



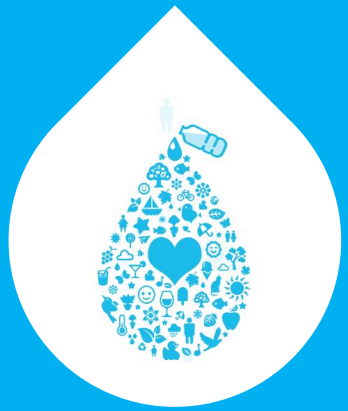
Rozdělení balených vod

Rozdělení dle vyhlášky č. 275/2004 Sb.

- **přírodní minerální vody**
- **pramenité vody**
- **kojenecké vody**
- **balená voda pitná**

Balená přírodní minerální, pramenitá a kojenecká voda

- **Pouze podzemní, chráněný zdroj** (nezasažený stopami civilizace)
- **Původní přírodní čistota**
- chemická úprava i desinfekce je zakázána zákonem
- **Stálé složení je** jednoduše **dostupné na obalu** výrobku
- **Garantovaná kvalita**
- **Potravina**
- **Žádné výjimky z limitů** předpisu pro potraviny

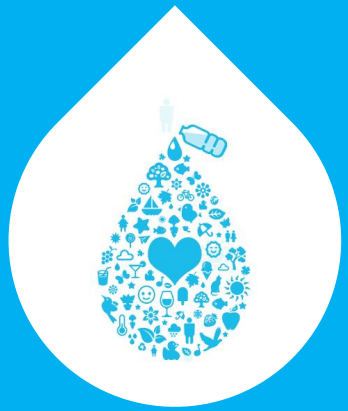


Rozdíl mezi přírodní minerální vodou a minerální vodou z léčivých zdrojů

- Přírodní minerální voda má **prokazatelné fyziologické účinky na lidský organismus**. Průkaz fyziologických účinků je jedním ze zásadních rozdílů mezi minerální vodou a pramenitou vodou, tedy nikoliv mineralizace.
- Ale pozor přírodní minerální vody mají blahodárné účinky, nikoliv léčebné.
- Jsou potravinou určenou ke každodenní spotřebě oproti zcela odlišným **přírodním léčivým zdrojům zabaleným do spotřebitelského obalu (přírodní léčivé vody),** tedy zdrojům s prokazatelnými léčivými účinky, které se používají při léčebné pitné kůře v českých lázních. Většinou jsou to zdroje silně mineralizované.
- Ty běžně v prodejní síti nekoupíme, dostupné jsou především v lékárnách a jejich konzumaci je vhodné konzultovat s lékařem, který dokáže doporučit, jaký druh nejlépe vyhovuje zdravotnímu stavu.

Minerální vody v pitném režimu

- Jako veškeré stravovací návyky, je i vypité množství minerální vody do jisté míry individuální záležitostí.
- Záleží i na fyzické a psychické zátěži jednotlivce.
- U minerálních vod se z etiket dočteme složení a obsah minerálních látek, včetně množství rozpuštěných pevných látek.
  - **Pro každodenní pití** pro lidi bez rozlišení věku a zdravotního stavu jsou vhodné pramenité vody a přírodní minerální vody s nižší mineralizací (tj. do 1 000 mg/l).
  - Nízce a středně mineralizované vody **můžeme pít bez omezení klidně každý den** jako součást našeho pravidelného pitného režimu a zdravého životního stylu.
  - Vody s vyšší mineralizací (tj. nad 1 500 mg/l rozpuštěných pevných látek) jsou vhodné při velké zátěži v letním období nebo při sportu, kdy je třeba velice rychle doplnit minerály, aby se uhasil pocit žízně, ale neměly by být jediným zdrojem tekutin.



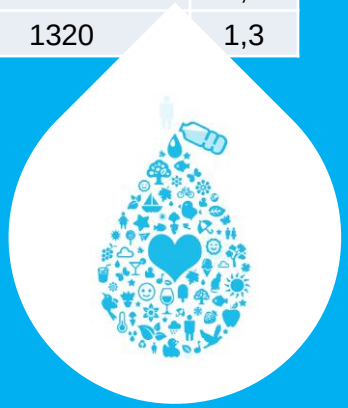
Je nutné je střídat?

- Záleží na mineralizaci.
- Nutné tedy nikoliv, ale je dobré je čas od času obměnit. Ideálně pak volbu přizpůsobit právě našim potřebám.
- Vybírat podle své chuti, věku, činnosti a zdravotních potřeb ale je vždy dobré mít kvalitní vodu po ruce a dodržovat pitný režim

Přírodní minerální vody

Základní složení v mg/l

Přírodní minerální voda	Rozpuštěné pevné látky	Sodík	Draslík	Vápník	Hořčík	chloridy	sírany	dusičnany	hydrogenuhličitany	fluoridy
Dobrá voda	104	11,3	10,7	6	8,6	1,01	2,03	<0,5	111	0,7
Hanácká kyselka	1615	250	15,5	266	69,6	170	<1	<0,5	1578	3,2
Il Sano	606	25,6	4,1	68,2	53,9	12,7	59,7	<0,5	548	0,12
Korunní	493	74,7	17,5	68,4	24,3	0,61	54,9	1,7	471	0,61
Magnesia	788	6,17	0,81	37,4	170	2,11	11,1	<0,5	970	<0,02
Mattoni	525	69,9	14,8	84,5	25	12	40	<0,5	528	0,94
Ondrášovka	730	29,5	1,6	210	24,8	6,3	12,7	<0,5	827	1,3
Poděbradka	1930	464	58,5	158	63,1	400	79,3	2,8	1320	1,3



Minerální vody v pitném režimu

- Obsah rozpuštěných látek v jednom litru přírodní minerální vody Mattoni

Porovnání základních údajů o vodách

Voda	Původ	Složení	Určení	Úprava	Potravina
kojenecká voda balená	pochází z chráněného podzemního zdroje	celkový obsah rozpuštěných pevných látek může být maximálně 500 mg/l. nižší limity i pro další ukazatele (sodík, dusičnany..) a složení je uvedeno na obale	pro přípravu kojenecké stravy a k trvalému přímému požívání všemi skupinami obyvatel	nesmí být chemicky upravovaná a desinfikována, povoleno pouze UV záření	ano
pramenitá voda balená	pochází z chráněného podzemního zdroje	vydatnost, složení, teplota a ostatní základní vlastnosti musí být ustálené	k trvalému přímému požívání dětmi i dospělými	nesmí být chemicky upravovaná a desinfikována	ano
přírodní minerální voda balená	pochází z chráněného podzemního zdroje o kterém bylo vydáno osvědčení jako o zdroji přírodní minerální vody a je uveden v Úředním věstníku Evropské unie	obsahuje charakteristický obsah minerálních látek a stopových prvků a stálé a zaručené složení, které je uvedeno na obale	má z hlediska výživy fyziologické účinky dané obsahem minerálních látek, stopových prvků nebo jiných součástí, které umožňují její použití jako potraviny	nesmí být chemicky upravovaná a desinfikována	ano
pitná voda balená	podzemní i povrchový zdroj, např. i voda z vodovodu	složení různé podle původu zdroje, původ vody ani složení nesmí být uvedeno na obale	určena k pití	povolena fyzikálně-chemická úprava	ano
pitná voda z vodovodu	voda z jakéhokoli zdroje (povrchová, podzemní nebo smíšená)	Složení různé a informace o složení a úpravě vody pouze zprůměrované za celou zásobovanou oblast umístěné na webových stránkách	určena k pití, vaření, přípravě jídel a nápojů, k péči o tělo, k čištění předmětů	fyzikálně-chemická úprava a desinfekce většinou chlorem	ne
voda ze studny	lokální zdroj, většinou mělce jímaný	nestálé složení	určení dle odpovědnosti majitele	vlastní odpovědnost majitele	ne

Svaz minerálních vod

Za pozornost děkuje

Jana Ježková

Předsedkyně Svazu minerálních vod

jana.jezkova@svaz-mv.cz

- www.pijtezdravouvodu.cz
- www.svaz.mv.cz