

## SUPLEMENTY DIETY Z WITAMINĄ D NA RYNKU POLSKIM W 2020 ROKU

Małgorzata Misztal-Szkudlińska<sup>1</sup>, Karolina Cąkała<sup>2</sup>, Gabriela Bronowska<sup>2</sup>, Piotr Szefer<sup>1</sup>,  
Małgorzata Grembecka<sup>1</sup>

<sup>1</sup>*Katedra i Zakład Bromatologii, Wydział Farmaceutyczny, Gdański Uniwersytet Medyczny*

<sup>2</sup>*Studenckie Koło Naukowe, Katedra i Zakład Bromatologii, Wydział Farmaceutyczny, Gdański Uniwersytet Medyczny*

Badania naukowe jednoznacznie wskazują, że populację polską w bardzo dużym stopniu dotyka problem niedoboru witaminy D. Występuje on we wszystkich grupach wiekowych i jednocześnie stanowi globalny problem zdrowia publicznego [1]. W związku z tym Polacy bardzo często sięgają po suplementy diety zawierające witaminę D.

Celem pracy była ocena polskiego rynku pod kątem dostępnych suplementów diety zawierających witaminę D

Badania przeprowadzono w okresie marzec – kwiecień 2020 r. Dane zostały zebrane na podstawie dostępnych informacji na stronach internetowych aptek i sklepów ([www.aptekagemini.pl](http://www.aptekagemini.pl), [www.doz.pl](http://www.doz.pl), [www.cefarm24.pl](http://www.cefarm24.pl), [www.sklepdietyczny.pl](http://www.sklepdietyczny.pl), [www.ekodlaciebie.pl](http://www.ekodlaciebie.pl)). Analizą objęto 708 suplementów diety dostępnych w sprzedaży oraz posiadających pełne informacje o produkcie. Informacje gromadzone były w arkuszu kalkulacyjnym, w którym charakteryzowano je pod względem: nazwy handlowej, ilości składników i ich rodzaju, nazwy producenta i kraju pochodzenia, postaci w jakiej występuje, zawartości witaminy D w zalecanej dawce, formy witaminy D oraz wskazania do stosowania. Do opracowania wyników wykorzystano program MS Office Excel 2010.

Z badań wynika, że na polskim rynku pojawia się coraz więcej suplementów diety z witaminą D, dzięki którym możliwe jest uzupełnienie niedoborów tej witaminy. Większość z nich są to suplementy wieloskładnikowe (około 70%). Dostępne są suplementy produkowane głównie w Polsce, występujące w postaci tabletek (34%) w przypadku preparatów wieloskładnikowych oraz kapsułek (47%) w przypadku jednoskładnikowych. W analizowanych produktach witamina D występowała najczęściej w dawce 2000 j.m. (40%). Stwierdzono również, że na rynku polskim można wyodrębnić suplementy zarówno ze względu na konkretne wskazanie, np. utrzymanie układu kostnego w dobrej kondycji, jak i na wiek czy płeć, dla których jest przeznaczony, np. dla dzieci, kobiet w ciąży czy seniorów. Na uwagę zasługują również pojawiające się coraz częściej na rynku formy wegańskie, przeznaczone specjalnie dla wegetarian i wegan.

### PIŚMIENNICTWO:

[1] Płudowski, P., Misiorowski, W., Konstantynowicz, J., Łukaszkiwicz, J., Marcinowska-Suchowierska, E. (2016). Profilaktyka i leczenie niedoboru witaminy D – wybór właściwych rekomendacji. Postępy Nauk Medycznych.

kontakt: [malgorzata.misztal-szkudlinska@gumed.edu.pl](mailto:malgorzata.misztal-szkudlinska@gumed.edu.pl)