

## Lewoskrętna witamina C wymyślona jako marketingowy produkt



Ostatnio głośno jest o „starej, poczciwej” witaminie C, z tym, że lewoskrętnej. Ma wzmacniać odporność. Czym jest tajemnicza „lewoskrętność”?

### Kupujemy coraz więcej suplementów diety

Ponad 70 procent Polaków sięga po suplementy diety. Rokrocznie wydajemy na nie około 4 mln złotych i plasujemy się pod tym względem w europejskiej czołówce - wynika z najnowszego raportu Instytutu Ochrony Zdrowia. Przebijają nas tylko Francuzi. Regularnie na rynku pojawia się nowe remedium na różne dolegliwości, którego zażycie ma sprawić cud, np. zielony jęczmień, czystek, koenzym Q 10, srebro koloidalne. Warto pamiętać jednak, że mimo iż czasami substancje te mają lecznicze właściwości, ich producentom chodzi przede wszystkim o podtrzymanie dynamiki sprzedaży i zainteresowania klientów.

### Lewoskrętna witamina

Ostatnio głośno jest o „poczciwej” witaminie C, z tym, że lewoskrętnej. Ma wzmacniać odporność. Można ją kupić w sklepach internetowych ze zdrową żywnością i zielarsko-medycznych, przeważnie pod postacią proszku. Kosztuje od 40 do nawet 300 złotych za kilogram. I chociaż specjaliści tłumaczą, że każda witamina C czyli kwas askorbinowy, występująca w owocach, warzywach, lekach i suplementach jest prawoskrętna (kwas odchyła płaszczyznę polaryzacji światła w prawo) to wielu pacjentów chce wierzyć w chwytliwe reklamy, obiecujące im natychmiastową poprawę zdrowia.

„Oczywiście przeciętny konsument nie ma obowiązku znać się na chemii” - mówi Małgorzata Łukaszewicz z Centrum Dietetyki Stosowanej z Białegostoku.- „Prawo lub lewoskrętność

związków chemicznych jest dyktowana odmienną budową przestrzenną cząsteczki, właściwościami chemicznymi i fizycznymi. Związki chemiczne mające ten sam skład ilościowy i jakościowy, wzór sumaryczny i masę molową, ale odmienne właściwości chemiczne, fizyczne i budowę cząsteczki nazywane są izomerami. Lewoskrętny izomer kwasu askorbinowego, czyli kwas D – (-) – izoaskorbinowy, służy do konserwowania żywności, jego aktywność biologiczna wynosi tylko 5% i nie jest on dopuszczalny do produkcji leków ani suplementów”.

### **Nie istnieje, ale dobrze się sprzedaje**

W ujęciu stricte chemicznym lewoskrętnej witaminy C po prostu nie ma... Ale się sprzedaje! Na opakowaniach przeważnie brak informacji czy jest to jeszcze suplement czy już lek. Z rzadka też podaje się, że specyfik ten zazwyczaj importowany jest z Chin. Tylko niektórzy sprzedawcy zamieszczają adnotację typu: „produkt nieprzebadany mikrobiologicznie”. Za to na niemal każdym pudełku pojawia się zalecane dawkowanie: 1 – 2 łyżeczki dziennie.

„Zakładając, że płaska łyżeczka to 3g, to wedle tych wskazówek należałoby dziennie spożyć 6000 mg medykamentu. Biorąc pod uwagę 5% przyswajalność lewoskrętnego izomeru kwasu askorbinowego, tak naprawdę organizm przyjmie tylko 300 mg witaminy C, czyli tyle ile znajdziemy w jednym dużym owocu kiwi, dwóch pomidorach, trzech małych młodych ziemniakach, 10 rzodkiewkach, szklance czarnych porzeczek albo małej miseczce surówki z kapusty włoskiej” - wyjaśnia Radosław Majewski z Centrum Dietetyki Stosowanej. - „Oprócz właściwości charakterystycznych dla witaminy C, preparaty te nie posiadają żadnych dodatkowych wartości. Natomiast w warzywach i owocach znajdziemy jeszcze np. błonnik i polifenole, zdecydowanie działające na organizm prozdrowotne”.

Lewoskrętna witamina C została więc wymyślona jako marketingowy produkt. Jego sprzedawcy bazują na łatwowierności i dezorientacji pacjentów, po to, by wydrenować ich kieszeń. Któż bowiem w sytuacji krytycznej nie wyda 50 złotych na cudowny specyfik? Jaki rodzic nie chce zadbać o odporność swego dziecka? Na dodatek sugerują, że coś z tą zwykłą witaminą C - przebadaną i dostępną w każdej aptece za kilka złotych - jest nie tak. Zanim jednak zdecydujemy się na zakup odmładzającego, odchudzającego, uzdrawiającego suplementu zapoznajmy się z opiniami specjalistów.



źródło: mat.prasowe