Informacja prasowa Warszawa, 14.01.2021

Już co drugi Polak deklaruje stosowanie suplementacji

Trendy zdrowotne na 2021 rok

Jak wynika z raportu “Personalizacja kluczem do sukcesu. Sundose 2020”, co drugi Polak deklaruje, że stosuje suplementację. Nie dziwi więc, że rynek suplementów szybko się rozwija, a jednym z silniej widocznych trendów jest poszukiwanie indywidualnego podejścia do potrzeb konsumenta, czyli personalizacja. Indywidualne podejście - personalne treningi, spersonalizowane programy żywieniowe dopasowane do naszych oczekiwań i celów, a nawet spersonalizowane platformy do słuchania muzyki czy oglądania seriali. Personalizacja coraz mocniej wkracza w naszą codzienność stając się integralnym elementem życia.

*- “Obecnie personalizacja to już nie tylko moda. Świat medycyny przekonał się o tym na początku XXI wieku, kiedy zaczęto poznawać mapę ludzkiego DNA. Porównanie ze sobą DNA pierwszych osób, którym taką mapę sporządzono, wykazało, że nie istnieje na ziemi dwoje ludzi o takim samym DNA. Rozpoczęto stosowanie terapii, które brały pod uwagę cechy pacjenta oraz informacje zapisane w DNA i dostrzeżono, że ich skuteczność jest bardzo duża. Dzisiaj personalizacja to już znacząca część medycyny. Można sobie zatem zadać pytanie - dlaczego nie jest jeszcze powszechnie stosowana w suplementacji?”* - **pyta Adam Kuzdraliński, biotechnolog, naukowiec i dyrektor działu naukowego marki Sundose.**

**Personalizacja w suplementacji**

Przyjmowanie suplementów diety stanowi nierozłączną i niezwykle ważną część nowoczesnego stylu życia. Na niedobory w organizmie jest narażony każdy z nas. Często wynika to z naszego stylu życia, diety jaką obecnie stosujemy, małej ilości snu lub dostępu do promieni słonecznych, które w okresie jesienno-zimowym w Polsce są znacznie ograniczone. Wiele osób sięga wtedy po suplementy, a najczęściej wybierane substancje to magnez, witamina C i witamina D\*. Często jednak kupujemy je na oko, bez konsultacji ze specjalistą, bez personalizacji. Taka suplementacja jest zwykle nieskuteczna, a czasami może być wręcz szkodliwa. Należy pamiętać, że niektóre minerały i witaminy mogą wchodzić w interakcje z lekami, żywnością lub innymi suplementami. Dlatego personalizacja jest ważnym elementem suplementacji, a w połączeniu z systematycznością może dawać bardzo pozytywne efekty.

*- “Zapotrzebowanie na związki mineralne, witaminy i inne substancje zależy od wielu czynników i pogląd, w którym uważa się, że suplement o stałym składzie będzie dobry dla każdego, można dziś wyrzucić do kosza.* ***Trendem w suplementacji, który będzie coraz bardziej widoczny w 2021 roku stanie się personalizacja.*** *Z czysto biologicznego punktu widzenia takie podejście ma głęboki sens i rodzi nadzieję na poprawienie skuteczności stosowania dodatkowych witamin czy związków mineralnych. Tym bardziej, że część osób deklaruje zniechęcenie suplementacją ponieważ nie widzą żadnych efektów jej stosowania lub po prostu są zmęczone agresywnym marketingiem podmiotów produkujących suplementy, które celem zwiększenia sprzedaży sugerują nam choroby nieznane medycynie.” -***mówi ekspert.**

**Skład szyty na miarę**

Personalizacja staje się coraz bardziej zauważalnym zjawiskiem na rynku suplementów diety. Skład produktu może i powinien być dobierany do konkretnej osoby, na podstawie wywiadu medycznego lub badań krwi. Wówczas możemy znacząco podnieść prawdopodobieństwo, że dostarczamy naszemu organizmowi wszystkie niezbędne minerały i witaminy, których mu obecnie brakuje.

*- “Najwyższy czas żeby suplementy stały się produktami bliżej związanymi ze światem nauki i aktualną wiedzą medyczną. Stanie się to możliwe jeśli suplement będzie dobierany na podstawie zaawansowanych algorytmów, które wezmą pod uwagą jak najwięcej czynników, w tym realne niedobory wynikające z badań laboratoryjnych, stan zdrowia, nawyki, jak również leki przyjmowane na co dzień. W mojej ocenie indywidualne dopasowanie suplementacji stanie się tak powszechne jak personalizowane diety, treningi, czy nowoczesne terapie.” -* **podsumowuje Adam Kuzdraliński.**

Marka Sundose wie, że wiele osób stosuje suplementację w konkretnym celu, a taki może być uzyskany wyłącznie dzięki spełnieniu dwóch warunków – odpowiedniemu dobraniu substancji oraz zachowaniu regularności. Skupienie się na indywidualnym doborze składników suplementu pozwala dostarczać konsumentom najlepszą i możliwie najbardziej skuteczną recepturę, która odpowie na realne potrzeby organizmu. Dlatego rozwiązaniem przyszłości jest dopasowanie substancji do potrzeb klienta i skumulowanie wiedzy eksperckiej w algorytmach, które w sposób automatyczny dobiorą skład.

\* Raport “Polska innowacja w suplementacji - Personalizacja kluczem do sukcesu” prezentujący wyniki badania zrealizowanego na zlecenie Sundose wrzesień 2020 metodą CAWI na grupie 1004 respondentów przez instytut badawczy ARC Rynek i Opinia.