**Informacja prasowa**

**Opole, 27.11.2023 r.**

**Proteiny i wysoka jakość odżywcza. Specyfika suplementów diety**

**Dwie trzecie młodych Polaków uznaje swoje nawyki żywieniowe za zdrowe, a jednocześnie tylko co czwarty Polak odżywia się zgodnie z przyjętymi normami. Składniki, których organizm nie otrzymuje w wystarczającej ilości, można uzupełnić poprzez suplementy diety. Zawierają one proteiny, witaminy i minerały, których organizm potrzebuje do wzmocnienia odporności, poprawienia wyglądu skóry, zwiększenia poziomu energii czy osiągnięcia lepszych wyników w sporcie. W połączeniu ze zbilansowaną dietą, zapewniają wszystkie niezbędne składniki odżywcze i są sposobem na poprawę zdrowia oraz dobrego samopoczucia.**

Z badania przeprowadzonego przez Stowarzyszenie KUPS wynika, że większość młodych ludzi ma dobrą wiedzę na temat zdrowego odżywiania, a 66% uznaje swoje nawyki żywieniowe za zdrowe. Świadomość ta nie do końca pokrywa się jednak z rzeczywistymi zachowaniami konsumentów. Z raportu „Sytuacja zdrowotna ludności Polski i jej uwarunkowania, 2022 r.” Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego - Państwowego Zakładu Higieny, można dowiedzieć się, że w 2022 roku tylko 24% Polaków odżywiało się zgodnie z przyjętymi, zdrowymi normami. Jak przekonują naukowcy, wpływ na to miała pandemia COVID-19 oraz rosnąca inflacja, które przyczyniły się do większego spożycia tłuszczu, cukru czy alkoholu zarówno przez osoby młodsze, jak i starsze. Zdaniem ekspertów, sytuacja ta może skutkować w niedalekiej przyszłości negatywnymi konsekwencjami. Jak prognozują badacze, w 2025 roku otyłych wśród mężczyzn będzie 30%, a w przypadku kobiet niewiele mniej, bo 26%.

Zdrowe odżywianie nie powinno zatem podlegać tylko aktualnym modom, ale stałemu trendowi, polegającemu na dostarczaniu organizmowi produktów bogatych w wartościowe składniki odżywcze. W związku z tym, że nie zawsze można zadbać o ich odpowiedni poziom, np. podczas intensywnego treningu w siłowni czy jazdy na rowerze – warto regularnie uzupełniać dietę za pomocą zdrowych suplementów i odżywek. Tego typu produkty spożywcze cieszą się coraz większą popularnością oraz zaufaniem wśród konsumentów. Świadczą o tym wyniki badania przeprowadzonego przez PMR. Na ich podstawie okazuje się, że w 2022 roku konsumenci w Polsce wydali na suplementy diety 7,7 mld zł, a dynamika wzrostu osiągnęła już poziom 14%.

Suplementy diety mają wiele zalet prozdrowotnych. Mogą uzupełnić niedobory składników odżywczych, które występują w wyniku nieprawidłowego odżywiania, nietolerancji pokarmowych, chorób przewlekłych lub innych czynników. Przykładowo, suplementy zawierające duże ilości wapnia wzmacniają kości oraz pozwalają uniknąć ich złamań. Z kolei produkty bogate w żelazo mogą pomóc konsumentom z anemią.

Ponadto, suplementy i odżywki poprawiają stan zdrowia i ogólne samopoczucie na co dzień. Na przykład suplementy zawierające duże ilości witaminy D mogą pomóc konsumentom wzmocnić układ odpornościowy, a suplementy probiotyczne stwarzają realną szansę na lepsze trawienie. – *Niezwykle ważne jest to, żeby suplementy diety i odżywki były smaczne, zdrowe i bezpieczne. Nasze produkty wyróżniają się odpowiednią ilością niezbędnych dla organizmu protein oraz składników odżywczych. Dietetyczne słodycze, kremy czy białkowe chipsy SFD poprawiają wydolność, wspomagają regenerację organizmu po intensywnym wysiłku, a także przyczyniają się do szybszego spalania tłuszczu. Co ważne, nie zawierają cukru, więc mogą być z powodzeniem stosowane na co dzień jako element pełnowartościowej i zbilansowanej diety –* komentuje **Rafał Zakrzewski, wiceprezes zarządu i Chief Revenue Officer w SFD, liderze e-commerce w branży suplementów diety**.

Suplementy diety i odżywki sprawdzają się także jako produkty podnoszące wydajność fizyczną wśród osób prowadzących aktywny tryb życia oraz sportowców. Tego typu produkty bogate w białko ułatwią budowę masy mięśniowej, a produkty zawierające kofeinę zwiększą wytrzymałość i dodadzą energii w trakcie codziennych czynności. Suplementy diety, w zależności od ich rodzaju, mogą zawierać różne składniki. Najczęściej posiadają witaminy, które są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu i uczestniczą w wielu procesach metabolicznych. Są również ważnym źródłem minerałów, pomagających w budowaniu kości, zębów, mięśni i innych tkanek.

O tym, że suplementy diety i odżywki są ważnym i dynamicznie rozwijającym się sektorem branży spożywczej, świadczą wyniki jednego z badań przeprowadzonych metodą CAWI w ramach kampanii społecznej. W jego ramach zadano około 100 pytań na temat zdrowia. Część z nich dotyczyła także suplementów diety i celów ich stosowania. W badaniu wzięło udział ponad 1000 osób z Polski. Aż 31% respondentów wskazało, że spożywa suplementy, aby poprawić kondycję włosów i skóry, 26% dąży do uregulowania trawienia, a 16% stara się w ten sposób zadbać o pamięć i koncentrację. Zdrowe i bezpieczne suplementy, które cechują się wysoką jakością odżywczą, mogą pomóc osiągnąć te cele w znacznie szybszy sposób. Ważne jest to, aby stanowiły uzupełnienie zbilansowanej diety i aktywności ruchowej na co dzień.

**\*\*\***

**SFD** jest liderem e-commerce w Polsce w kategorii odżywek i suplementów diety. Firma w obecnej formie funkcjonuje od 2010 roku, a od 2011 roku jest notowana na rynku **NewConnect**. Produkty SFD są dostępne w największych sieciach handlowych, jak **Żabka, Lidl, Biedronka oraz Dino**. Firma posiada również sto sklepów stacjonarnych pod własną marką oraz osiem sklepów e-commerce. Siedziba przedsiębiorstwa mieści się w **Opolu.**

Wiodącymi markami SFD w kategorii spożywczej są **NUTLOVE** – przekąski bez dodatku cukru i oleju palmowego, **FITKING DELICIOUS** – proteinowe przekąski i napoje dla sportowców oraz **Kizzers** – bezcukrowy fit baton, który powstał w kolaboracji z jednym z najbardziej popularnych raperów w Polsce, KIZO.

**Więcej informacji:**

[**www.nutlove.pl**](http://www.nutlove.pl)

[**www.fit-king.pl**](http://www.fit-king.pl)

[**www.kizzers.pl**](http://www.kizzers.pl)

**Kontakt dla mediów:**

Bartosz Sosnówka

E: [bartosz.sosnowka@dwapiar.pl](mailto:bartosz.sosnowka@dwapiar.pl)

M: 517 476 361