Тюменцы вновь доказали пользу кисломолочных продуктов

Клинические исследования по оценке воздействия на организм кисломолочных продуктов оздоровительной линейки «Живи здорОво!» провели эксперты Тюменского государственного медицинского университета.

Проект приурочили к 10-летию торговой марки, под которой компания «Золотые луга» производит натуральные продукты с бифидо- и лактобактериями.

Для участия в исследовании были отобраны случайным образом 20 добровольцев в возрасте от 34 до 74 лет: 18 женщин и двое мужчин. Практически все они указали, что имеют одно и более хронических заболеваний, небольшую физическую активность, периодически испытывают те или иные проблемы с пищеварением. 2/3 из них имели повышенный или избыточной вес. В течение четырех месяцев они употребляли по одному продукту ТМ «Живи здорОво!» и сдавали промежуточные анализы, при этом не имели других ограничений по питанию и образу жизни.

«К участникам исследования не предъявляли каких-то конкретных требований: это люди разного возраста, веса, разной активности, с различными заболеваниями – то есть, среднестатистические потребители. Таким образом, группа исследования не имела каких-либо специфических черт и соответствует типичному образу жизни и здоровья большинства людей. В течение 30 дней участники исследования принимали ежедневно один и тот же молочный продукт в удобном для них режиме. Затем проводилось промежуточное обследование (измеряли уровень сахара, холестерина, мочевой кислоты) и далее эта же группа продолжала принимать следующий молочный продукт. Первым был ацидофилин несладкий, затем биопростокваша, ацидофилин сладкий и наринэ», – рассказала доцент кафедры терапии ТюмГМУ, кандидат медицинских наук, врач-гастроэнтеролог Наталья Федосеева.

Исследование показало, что регулярный прием кисломолочных напитков ТМ «Живи ЗдорОво!» в дозировке 450 мл ежедневно положительно влияет на уровень сахара крови и способствует поддержанию нормального уровня холестерина и мочевой кислоты крови, способствует уменьшению жалоб со стороны органов ЖКТ, улучшению общего самочувствия, повышению работоспособности.

Как отметила Наталья Федосеева, при проведении исследования выбор пал на продукцию компании «Золотые луга» по нескольким причинам. Во-первых, это местный производитель, который хорошо себя зарекомендовал на рынке молочных продуктов. Во-вторых, в 2016 году уже проходило похожее клиническое исследование, но с другим дизайном. В частности, 7 лет назад было больше участников, но каждая группа употребляла только один из продуктов ТМ «Живи ЗдорОво!» и лишь в течение одного месяца.

«Краткосрочное исследование в 2016 году подтвердило оздоровительный эффект кисломолочных напитков, но в этом году мы решили приблизить условия проекта к жизни: создали одну общую группу, продлили исследование до четырех месяцев, что позволило сделать выводы относительно более длительного и регулярного употребления тех же продуктов. Каких-то проблем в ходе исследования не возникло: участники придерживались условий, несмотря на то, что в этот период прошло несколько праздничных событий (Новый год, 23 февраля, 8 марта), в которые большинство людей не придерживаются основ здорового питания», – подчеркнула гастроэнтеролог.

Большинству участников очень понравился вкус и консистенция продуктов, и все они признали удобство использования для легкого перекуса в течение дня.

«Мы позиционируем себя как производителя натуральной, безопасной «молочки», при этом сохраняя благотворные свойства молока. Исследование показало, что мы на верном пути и выпускаем действительно полезную для здоровья и качественную продукцию, а оздоровительное воздействие на организм – не просто рекламный ход, а реальный эффект, подтвержденный экспертами, который возможен при регулярном употреблении кисломолочной продукции и соблюдении элементарных правил здорового питания», – прокомментировала генеральный директор АО «Золотые луга» Евгения Чемеренко.

АО «Золотые луга» основано в 1998 году, является одним из крупнейших производителей молочной продукции на территории Урала и Западной Сибири. Продукты компании производятся только из натурального молока. Все сырье проходит строгий контроль качества и своевременно охлаждается, поэтому соответствует всем современным требованиям к производству молочной продукции. Четкий контроль температурного режима ведется на всей цепочке от поставщиков молока до точек продаж, включая каждый грузовой автомобиль.

Компания выпускает более 70 наименований продукции под торговыми марками «Золотые Луга», «Живи здорОво» и «Ситниковское», ежегодно обновляя ассортимент. Молочный комбинат «Ситниковский» (филиал АО «Золотые луга») является одним из первых молочных предприятий Тюменской области: в 2022 году завод отметил 90-летний юбилей.