

**PRZEWODNICZĄCA
KOMITETU
NAUKOWEGO KNoŻCz**

Prof. dr hab. Jadwiga
Hamułka

**PRZEWODNICZĄCA
KOMITETU
NAUKOWEGO KNoŻiŻ**

Prof. dr hab. Dorota
Witrowa-Rajchert

Data

Warszawa
3 grudnia 2025 r.

Znak sprawy

L.dz. KNoŻCz-V-
20/2025

Oświadczenie

Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka

oraz

Komitetu Nauk o Żywności i Żywieniu

Polskiej Akademii Nauk

W ostatnim czasie w przestrzeni publicznej coraz częściej pojawiają się informacje dotyczące żywności i żywienia, które mają charakter półprawd, są wyrwane z kontekstu lub oparte na niewiarygodnych źródłach. Tego rodzaju treści, często przedstawiane w formie sensacyjnych nagłówków lub uproszczonych wniosków, mogą wprowadzać w błąd, wywoływać nieuzasadnione obawy i prowadzić do niekorzystnych decyzji żywieniowych.

Jako Członkowie Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka oraz Komitetu Nauk o Żywności i Żywieniu PAN, podkreślamy, że zagadnienia związane z żywieniem wymagają rozsądnego i wyważonego podejścia. Wszelkie nowe informacje powinny być analizowane krytycznie, z unikaniem skrajności i pochopnych ocen. To, co może brzmieć atrakcyjnie w krótkim wpisie w mediach społecznościowych lub „sensacyjnym” wywiadzie, nie zawsze znajduje potwierdzenie w rzetelnych dowodach naukowych.

Wiedza dotycząca żywności, żywienia i ich wpływu na zdrowie powinna opierać się na solidnych podstawach naukowych. Zachęcamy do korzystania z wiarygodnych źródeł, takich jak recenzowane publikacje naukowe, opracowania instytucji badawczych czy stanowiska towarzystw naukowych. Szczególną wartość przedstawiają wytyczne i rekomendacje przygotowane z zastosowaniem transparentnych, uznanych metod badawczych. Wypowiedzi pojedynczych osób, zwłaszcza oparte na jednostkowych doniesieniach, nie mogą stanowić podstawy ogólnych zaleceń i zawsze wymagają umieszczenia w szerszym kontekście badań.

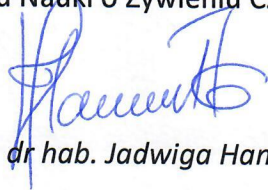
Apelujemy również o odpowiedzialność w zakresie udostępniania i komentowania treści dotyczących żywienia i zdrowia. Osoby publiczne, media oraz twórcy internetowi mają znaczący wpływ na kształtowanie opinii społecznej, dlatego przekazywane przez nich informacje powinny być rzetelne, sprawdzone i zgodne z aktualnym stanem wiedzy. W sytuacjach kontrowersyjnych niezbędne jest przedstawienie różnych sposobów interpretacji danych naukowych. Naukowcy, dziennikarze i decydenci powinni mieć szczególną świadomość odpowiedzialności za swoje wypowiedzi, które mogą wpływać destrukcyjnie na zdrowie społeczeństwa.

W debacie publicznej często pojawiają się zarzuty dotyczące rzekomego konfliktu interesów naukowców. Przypominamy, że w środowisku naukowym obowiązują jasno określone zasady zgłaszania i dokumentowania konfliktów interesów – w publikacjach czy przy pełnieniu funkcji w organizacjach naukowych. Umożliwia to przejrzystość i otwartą dyskusję. Krytyka powinna dotyczyć przede wszystkim konfliktów nieujawnionych, które często występują wśród osób szerzących sensacyjne, kontrowersyjne lub nienaukowe opinie.

Edukacja żywieniowa jest kluczowym elementem świadomego podejmowania decyzji dotyczących żywności i żywienia, a w konsekwencji – zdrowia. Zachęcamy do korzystania ze sprawdzonych źródeł i poszerzania swojej wiedzy w oparciu o wiarygodne materiały, jak również do konsultowania istotnych zmian w diecie z wykwalifikowanymi specjalistami.

Apelujemy o odpowiedzialne korzystanie z dostępnych informacji i kierowanie się potwierdzoną wiedzą naukową, a nie półprawdami, niedopowiedzeniami czy uproszczeniami.

Przewodnicząca
Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka



Prof. dr hab. Jadwiga Hamułka

Przewodnicząca
Komitetu Nauk o Żywności i Żywieniu



Prof. dr hab. Dorota Witrowa-Rajchert

Oświadczenie wyraża poglądy Komitetów Naukowych Polskiej Akademii Nauk i nie powinno być utożsamiane ze stanowiskiem Polskiej Akademii Nauk