

# MDOSZ II. Szakmai Nap

"Testösszetétel-  
analizálás  
multidiszciplináris  
megközelítésben"



## PROGRAM ÉS AZ ELŐADÁSOK ÖSSZEFOGLALÓI

ÖbölHáz Rendezvényközpont  
Budapest, Kopaszi-gát

2023. június 17.  
szombat

9:30-17:00

# PROGRAM

9:30 - 9:45	Megnyitó <i>Üléselnök: Dr. Sahin Péter és Lada Szilvia</i>	Szűcs Zsuzsanna
9:45 -	<i>Előadások I. - A testösszetétel-analizálás alapjai és klinikai alkalmazása</i>	
9:45 - 10:05	BIA-eszközök működése	Dr. Dió Mihály
10:05 - 10:25	A folyadék- és elektrolit háztartás zavarai	Dr. habil. Pétervári Erika PhD
10:25 - 10:40	Kóros tápláltsági állapotok, különös tekintettel az időskorra	Dr. Molnár Andrea
10:40 - 11:00	Testösszetétel-analízis gasztroenterológiai kórképeknél	Dakó Sarolta
11:00 - 11:10	Diszkusszió	
11:10 - 11:40	<b>KÁVÉSZÜNET</b>	
11:40 -	<i>Előadások II. - A testösszetétel-analizálás speciális alkalmazási területei</i>	
11:40 - 12:00	A testösszetétel-mérés gyermekkori aspektusai, különös tekintettel az onkológiai kórképekre	Czuppon Krisztina
12:00 - 12:20	Testösszetétel-analízis a rehabilitációban	Tóth Babett
12:20 - 12:35	BIA-készülékek alkalmazása az oktatásban és a kutatásban	Dr. Pálfi Erzsébet
12:35 - 12:55	Sportolók testösszetétel-mérése	Kőrösi Éva
12:55 - 13:15	Testösszetétel-analizálás az egészségügy határain túl	Sárkány Krisztina
13:15 - 13:25	Diszkusszió	
13:25 - 13:30	Finom és fenntartható étrend - lehetetlen küldetés?	Szikora Péter
13:30 - 14:30	<b>EBÉDSZÜNET</b>	
14:30 -	<i>Előadások III. - A testösszetétel mérés gyakorlata</i>	
14:30 - 15:00	Testösszetételanalizáló-készülékek innovációja	InBody
15:00 - 15:15	A páciensek szakszerű előkészítése BIA-vizsgálatra	Dakó Eszter
15:15 - 15:30	Hogyan értékeljük a testösszetétel-analízis eredményét?	Kovács Ildikó
15:30 - 15:45	Pszichológia szerepe a táplálkozásban	Nagy Boglárka
15:45 - 16:45	Testösszetétel-mérés a gyakorlatban; interaktív workshopok: onkológia sportdietetika, pediátria, gasztroenterológia	Pongrácz Adrienn, Kovács Ildikó, Czuppon Krisztina, Dakó Sarolta, Szabó Adrienn
16:45 - 16:55	Diszkusszió	
16:55 - 17:00	Zárás	Szűcs Zsuzsanna



# InBody

## A PROFESSZIONÁLIS TESTANALIZÁLÁS

**INBODY 270**



A  
KÉNYELMES  
MEGOLDÁS

**INBODY 770**



A  
PRECÍZ  
MEGOLDÁS

**INBODY 970**



A  
TÖKÉLETES  
MEGOLDÁS

**15%**  
ÁRENGEDMÉNY

A Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének aktív tagjai **15%** kedvezményt kapnak InBody készülék vásárlása esetén.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓÉRT VEGYE FEL VELÜNK A KAPCSOLATOT AZ ALÁBBI ELÉRHETŐSÉGEINKEN:  
[www.abpmart.hu](http://www.abpmart.hu) | mail: [abpmart@abpmart.hu](mailto:abpmart@abpmart.hu) | tel.: 06-1-282-5504 | mob.:06-30-565-8520

# MIRE VAN SZÜKSÉGE A SZONDATÁPLÁLT BETEGNEK HAZABOCSÁTÁSKOR?

- ✓ **1-2 napra elegendő kezdőcsomag biztosítása:**  
szondatápszer, 1 db fecskendő, és amennyiben szükséges 1 db szerelék biztosítása.
- ✓ **Szakorvosi javaslatok és receptek megírása:**  
tápláló eszközökre és az elrendelt szondatápszerre.
- ✓ **Szondatápszer és táplálóeszköz portfólió a Nutricia Termékválasztó Applikációban!**
- ✓ **Betegtájékoztató átadása:**  
a biztonságos szondatáplálás kiegészítő eszközeiről.
- ✓ **Tájékoztató a Nutricia Otthonápoló Szolgálatról:**  
24-48 órán belül felveszik a kapcsolatot a beteggel és segítik az otthoni szondatáplálás biztonságos kivitelezését.



Nutricia Tanácsadás és Otthonápoló Szolgálat:

**06 80 223 223**

[www.nutricia.hu](http://www.nutricia.hu) - [www.szondataplalas.hu](http://www.szondataplalas.hu)



20+ év tapasztalat,  
szakképzett nővérek



Térbétsmentes  
szolgáltatás



ISO minősítés



ÁNTSZ  
engedély



Magyarország teljes  
területén

Ezen információs anyag egészségügyi szakemberek számára készült.

A Danone Kft. nem vállal felelősséget jelen anyag illetéktelen felhasználásáért.

Danone Kft. 1134 Budapest, Váci út 35.

TUB23CAHGAS10OFFHU - Lezárás dátuma: 2023. 01. 24.







# Egyre többen igénylik az allergénmentes ételeket

A Knorr Professional allergén\*- és adalékanyag-mentes bouillonok minden igényt kielégítenek.

\*A termékhez nem adtunk hozzá olyan allergén összetevőt, amely a 1169/2011/EU rendelet II. melléklete szerint jelölésköteles. Technológiai okok miatt nem zárható ki allergének nyomokban való jelenléte (kivéve glutén és laktóz)



Unilever  
Food  
Solutions

Támogatás. Inspiráció. Fejlődés.



# ELŐADÁS ÖSSZEFOGLALÓK

## az előadások sorrendjében

### BIA eszközök működése

**Dr. Dió Mihály**

A BIA-elemzés azon az elven alapul, hogy az elektromos áram a test összetételétől függően különböző sebességgel áramlik a testen keresztül. A test többnyire ionokat tartalmazó vízből áll, amelyen keresztül elektromos áram áthalad. Másrészt a test nem vezető anyagokat is tartalmaz (testzsír), amelyek ellenállást biztosítanak az elektromos árammal szemben. A zsírszövet lényegesen kevésbé vezetőképes, mint az izom vagy a csont. A BIA elve az, hogy az elektromos áram a test összetételétől függően eltérő sebességgel halad át a testen. Ezért közvetlen kapcsolat van az ionkoncentrációk és az elektromos vezetőképesség között, és közvetett kapcsolat áll fenn az ionkoncentráció és az oldat ellenállása között.

A testimpedancia (Z) egy vezető ellenállása a váltakozó áram áramlásával szemben, és két összetevőből áll: ellenállás (R) és reaktancia (Xc). Az ellenállás (R) a vezető fő ellenállása, és a szokásos alacsony frekvencián (50 kHz) a nem zsírszövet sejtén kívüli része ellenállásként működik. A reaktancia egy további ellenállás vagy az elektromos töltés rövid ideig történő tárolása egy kondenzátor által; a testsejtek membránjainak lipidkomponense (BCM) kondenzátorként viselkedik, és csökkenti az intracelluláris ionok áramlását. A gyakorlatban az impedancia a leesett feszültség nagysága, amikor egy kis állandó áram (800 µA) fix frekvenciával (50 kHz) halad át a testet átfogó elektródák között. A vízben és elektrolitokban gazdag sovány szövetek impedanciája azonban minimális, és akkor nő a maximumra, amikor az összes sovány szövetet zsírszövetre/adipózus szövetre cseréljük. Ezért a vezetőképesség különbségéből kiszámítható a sovány testtömeg és a zsírtömeg.

A BIA-mérés további feltételezései közé tartozik, hogy a test egy henger alakú ionos vezető, homogén összetételű, rögzített keresztmetszeti felülettel és az áramsűrűség egyenletes eloszlásával; a BIA az elektromos áram teljes testfolyadékban keresztül történő áramlásával szembeni impedanciát méri. Ezért a vezetőképes térfogat (V), amely a teljes testvizet (TBW) vagy az FFM-et jelenti, közvetlenül a vezető négyzetes hosszával (S) és fordítottan a keresztmetszeti terület ellenállásával (R) függ össze, míg p a vezető fajlagos befogadóképessége, ami az egyenletet adja:  $V = p \times S^2/R$ . E feltételezés alapján ugyanazok a karok és lábak a teljes test ellenállásának közel 47%-át, illetve 50%-át adják annak ellenére, hogy a testtömeg 4%-át, illetve 17%-át adják. Ezzel szemben a törzs, amely a testtömeg 50%-át tartalmazza, az egész test ellenállásának csak 5-12%-át adja.

### Folyadék- és elektrolitháztartás zavarai

**Dr. habil. Pétervári Erika PhD**

A folyadék- és elektrolitháztartás leggyakoribb zavarai kiszáradás formájában jelentkeznek, illetve érinthetik a nátriumkoncentrációt. Ezek az elváltozások leggyakrabban és legsúlyosabban a kisgyermeket és időseket érinthetik. A dehidráció e két korcsoportban a hospitalizáció leggyakoribb oka.

Az extracelluláris volumen és az ozmotikus nyomás változásai kombinált formában jelentkezhetnek. Az előadás első része kitér az exsiccosis és a dehidráció okaira, különbségeire, klinikai jeleire, a kezelés alapelveire; a folyadékterek változásaira az életkor előrehaladtával, a folyadékháztartás, a volumenreguláció (Renin-Angiotensin-Aldoszteron rendszer) időskori zavaraira.

Az előadás második része a hiper/hiponatrémia – hiper/hipotonicitás kérdéskörét járja körbe. Melyek a hajlamosító tényezők, mi az időskori tubuláris diszfunkció, és az ADH-diszfunkció és ezek milyen elváltozásokkal járnak. Megismerhetjük egyrészt a hiponatrémia hipotonicitással és hipotonicitás nélküli állapotait, hátterét; a hipotoniás hiponatrémia kivizsgálása során javasolt diagnosztikai algoritmust, a hiponatrémia jeleit és kezelési alapelveit, másrészt a hipernatrémia tüneteit, okait, differenciáldiagnosztikáját (vizelet ozmolaritás), jeleit és kezelési alapelveit.

### Kóros tápláltsági állapotok, különös tekintettel az időskorra

**Dr. Molnár Andrea, PhD**

A kóros tápláltsági állapotok előfordulási gyakorisága nagy szórást mutat idős korban, attól függően, hogy hány éves korosztályt vizsgálunk, illetve, hogy az idősek az otthonukban élnek vagy az idősek otthonában, esetleg kórházban tartózkodnak. Időseknél jelmező, hogy a különböző kóros tápláltsági állapotok együttesen fordulnak elő (pl. malnutrició, szarkopénia, mikrotápanyag abnormalitás, újratáplálási szindróma), ezért mindig gondosan kell eljárni a táplálásterápia megtervezése során.

Az időskori szarkopénia egységes definíciójára és diagnosztikus kritériumainak kidolgozására létrehozott európai vezető szakértői csoport (EWGSOP) második ajánlása egy algoritmust írt le: „find-assess-confirm-severity; azaz a F-A-C-S algoritmust. A teendők egymásra épülnek, és a javasolt lépések a következők: panaszok alapján a klinikai gyanút felvetni (F), szűrni (A), a gyanút diagnosztizálással megerősíteni (C), majd a súlyosságot (S) is megállapítani. A szarkopénia a geriátria területén ma már korral gyakoribbá váló és nem korfüggő állapot, a korai diagnosztizálásnak és az izomfehérje-szintézisre ható specifikus intervenciónak köszönhetően. Az izomtömegvesztést felgyorsítják életmódbeli faktorok, betegségek, elégtelen tápanyagbevitel. A javasolt táplálásterápia jellemzője: fehérjebevitel: 1,2-2,0 g/ttkg/nap ( $\geq 20$  fehérje en%), bólus adagolás: 20-30 g/adag. Figyelni szükséges a fehérjeminőségre (tejsavófehérje), emészthetőségre (állati és növ. feh. aránya), és az aminosav profilra (BCAA, limitáló aminosavak), valamint az egyéb tápanyagokra, melyek javítják az izomfunkció (pl. D-vitamin).

## **Testösszetétel-analízis gasztroenterológiai kórképeknél**

### ***Dakó Sarolta MSc***

A testösszetétel-analízis kiemelkedő jelentőséggel bír a gasztroenterológiai kórképekben szenvedő betegek gondozásában. Az előadásban bemutatom a testösszetétel-mérés alkalmazásának lehetőségeit, előnyeit és korlátait a gasztroenterológiai kórképekben.

A klinikumban a testösszetétel mérésére leggyakrabban használt BIA eszközök segítségével lehetőség nyílik a testösszetétel objektív értékelésére, amelyek fontos indikátorok lehetnek a beteg tápláltsági állapotának felmérésében, a malnutríció és sarcopenia rizikó, valamint a kóros hidráció kiszűrésében. Ezen információk segítik a terápiás dietetikusok munkáját a beteg személyre szabott táplálásterápiájának megtervezésében és monitorozásában.

Természetesen, mint minden vizsgálatnak, a BIA méréseknek is vannak feltételei, limitáció, melyek ismerete szükséges az eredmény helyes értelmezéséhez, valamint a gasztroenterológiai kórképek speciális eltéréseit is figyelembe kell venni. Az előadás felhívja a figyelmet arra, hogy míg a mérés elvégzése nem igényel szaktudást, az eredmények értelmezése, megfelelő validációja kulcsfontosságú a megbízható eredmények érdekében, ezért szakképzett, a témában jártas dietetikusnak kell végeznie.

## **Testösszetétel-mérés gyermekkori aspektusai, különös tekintettel az onkológiai kórképekre**

### ***Czuppon Krisztina***

A malnutríció prevalenciája daganatos gyermekeknél a betegség felismerésekor 5-48% ,elérheti a 70 %-ot. A nagy szórás oka, hogy számos tényező befolyásolja a kialakulását: a daganat típusa és stádiuma, a kezelés intenzitása, a gazdaszervezet állapota, valamint a társadalmi- a család gazdasági helyzete. A kóros testösszetétel kialakulása daganatos kezelés során fokozott fertőzéseket, szervi működési zavarokat, megváltozott farmakokinetikát, romló életminőséget és társbetegségek gyakoribb előfordulását eredményezheti

Az BIA vizsgálat a testösszetétel 3 kompartmentjének mérésére alkalmas, sugárterhelés nélkül, fájdalommentes 3 éves kor és 10 kg testsúly felett, a beteg altatása nélkül is elvégezhető, ezért a vizsgálatok korlátlan számban ismételtelhetőek.

A kóros tápláltsági állapot kialakulhat a daganatos betegség és a kezelés következményeként, de az is előfordulhat, hogy gyermek már a megbetegedés előtt is kóros testösszetétellel rendelkezik, ami tovább súlyosbodhat, romolhat a betegút során. Amennyiben az alultápláltság és az obezitást egy csoportba kerülve jelenti a kóros tápláltsági állapotot, akkor elmondható, hogy a daganatos betegek körében ennek az előfordulási gyakorisága a kezelés során meghaladhatja a 70%-ot (25-75%). A szolid tumoros betegeknek már a diagnózis felállításakor a gyerekek akár 62%-a is kóros tápláltsági állapotú.

A gyermekek körében elvégzett testösszetétel mérés kiértékelése nehezebb, mint a felnőtteké, mert nincsenek normál értékek, amihez viszonyítani lehetne.

## **A testösszetétel analízis a rehabilitációban. Mire figyeljünk fekvő, amputált vagy ödémás beteg vizsgálata esetén?**

### ***Tóth Babett***

A rehabilitációs intézetek speciális betegcsoportjai tekintetében, a funkciózavarok kezelése során figyelmet kell fordítani a tápláltsági állapot megfelelő felmérésére, a betegek táplálására, mindezek dokumentálására, mert a kóros tápláltság a rehabilitáció alatt fellépő szövődmények számát növelheti, és rontja annak eredményét. A rehabilitációs intézetek számára a kényelmes, sugárterheléssel nem járó hordozható BIA készülékek bizonyulnak a legcélravezetőbbnek.



Az előadás célja az OMINT – Országos Orvosi Rehabilitációs Intézetben kezelt amputált és súlyos limfödémával rendelkező betegeken végzett, továbbá a több rizikófaktorral rendelkező betegek rehabilitációját végző osztályokon (súlyos központi idegrendszeri sérültek, politraumatizáltak, hosszú ideig intenzív osztályon kezelték) történő testösszetétel analízis gyakorlatainak bemutatása.

## **BIA-készülékek alkalmazása az oktatásban és a kutatásban**

### ***Dr. Pálfi Erzsébet***

Az előadásban bemutatásra kerül a BIA készülékek alkalmazásának oktatása a dietetikusi életpálya során. A különböző képzési szinteken eltérő mélységig kerül ismertetésre és gyakorlásra a BIA készülékekkel történő testösszetétel meghatározása. Mind a dietetikus BSc., mind a táplálkozástudományi szakember MSc. képzési kimeneti kompetenciái tartalmazzák a BIA mérés helyes kivitelezésének és az eredménylap értékelésének kompetenciáit. Az előadás kitér arra is, hogy a kutatás során milyen paramétereket érdemes monitorozni, mint például a fázis szög, valamint miért nehéz összehasonlítani az eredményeket. Számba vesszük azt is, hogy a kutatás megtervezése és kivitelezése során milyen hibák fordulhatnak elő és hogyan kerüljük el azokat. Végül közös gondolkodásra hívjuk a közönséget a jövő kérdéseivel kapcsolatban.

## **Sportolók testösszetétel-mérése**

### ***Kőrösi Éva***

Előadásom során bemutatom az élsportolók bioelektromos impedancia (BIA) alapú testösszetétel mérésének lehetőségeit, problémáit és annak kiértékelését. A BIA egy, a gold standard módszerek közé tartozó diagnosztikai eszköz, amely non-invasív módon segíti a sportolók testösszetételének megfigyelését. Segítségével folyamatosan nyomon követhetjük a sportolókban zajló változásokat, így optimalizálva étrendjüket az adott periódushoz és célokhoz.

## **Testösszetétel analízis az egészségügy határain túl**

### ***Sárkány Krisztina***

A testösszetétel analízis- és optimalizálás egy sajátos megközelítésű alkalmazása a **Honvéd Testalkati Program**, mely speciálisan a Magyar Honvédség dolgozói részére került kidolgozásra. Ez a komplex szemléletű életmódváltást támogató program átfogó szakmai segítséget nyújt a változtatás iránt elkötelezettek számára.

A teljes program egy év időtartamot ölel fel, feltétele egy 7 kérdéscsoportból álló egészségfelmérési kérdőív kitöltése. Ebben a résztvevők egészségi állapotát, motivációját, testmozgását, táplálkozási szokásait, korábbi életmódváltással vagy testsúlyoptimalizálással kapcsolatos tapasztalatait, és a stresszel kapcsolatos attitűdjét, megküzdési stratégiáit mérik fel, a további programterv kialakítása érdekében. A kérdőív mellett egy 3 napos táplálkozási napló kitöltése is kötelező, mely a jelenlegi táplálkozási szokásaikat tükrözi, és alapot ad az egyéni táplálkozási tanácsadás kialakításához. Az első konzultáció során a jelentkezők - akik csökkenteni szeretnék a testsúlyukat, növelni a fizikai teljesítőképességüket, egészség tudatosabb életmódra szeretnének váltani és hatékony életvezetési készségekre szert tenni a hosszútávú egészségi állapot megőrzése érdekében, amit a munkával járó fokozott testi és szellemi igénybevétel negatívan befolyásolhat - egy teljes körű felmérésen vesznek részt, melynek során feltérképezésre kerülnek egyéni céljai, lehetőségei, ráfordítható időkeretei és rendelkezésre álló erőforrásai. Ezek ismeretében egy olyan személyre szabott programterv kerül kialakításra, mely reálisan megvalósítható célokat tartalmaz a következő 12 hónapra és magában foglalja a műszeres vizsgálatokat, az edzéselméleti-, a táplálkozási-, illetve mentálhigiénés szaktanácsadást. Ebben folyamatos segítséget nyújt a Programot működtető szakember team (sportorvos, testnevelő, gyógytornász, humánkineziológus, dietetikus, pszichológus). A havi konzultációk alkalmával a műszeres vizsgálatok megmutatják az aktuális eredményeket. Az értékeket a korábbi mérésekkel összevetve, optimalizálásra kerül a táplálkozási-, és a mozgás terv, ami szükség esetén pszichés támogatással is kiegészül.

## **A páciensek szakszerű előkészítése BIA vizsgálatra**

### ***Dakó Eszter MSc***

A BIA-mérés, mint egy hatékony módja a testösszetétel becslésének, kiemelkedő szerepet játszik az egészségesek, a versenysportolók és a betegek állapotának felmérésében, gondozásában, egészségfejlesztésében. Az előadásban bemutatom a testösszetétel-mérés pontos előkészítésének módját és fontosságát, amely hozzájárul a megbízható és értékes eredmények eléréséhez.



Az optimális előkészítési folyamat lehetővé teszi a pontosabb és megbízhatóbb testösszetétel-mérést, amely segíti a személyre szabott edzés- és táplálkozási programok kidolgozását. Emellett a helyes és egységes előkészítés hozzájárul a reprodukálhatósághoz, lehetővé teszi az időbeli változások monitorozását és az eredmények követését hosszabb távon.

Az előadás részletezi a gyakran előforduló hibákat a testösszetétel-mérés előkészítésének lépéseiben, és körüljárja az öltözködési, testtartással kapcsolatos javaslatokat, a mérés előtti tevékenységek szabályozását és a mérés időpontjának optimalizálását.

Az előadás végül összefoglalóan rámutat a testösszetétel-mérés pontos előkészítésének fontosságára, kiemelve annak szerepét a megbízható eredmények elérésében és az egyéni intervenciós stratégiák kidolgozásában.

## **Hogyan értékeljük a testösszetétel-analízis eredményét?**

### ***Kovács Ildikó***

Az előadás a testösszetétel vizsgálat kivitelezésének és a lelet kiértékelésének kifejezetten a gyakorlati és kommunikációs vonatkozásait vizsgálja. A mindennapi praxis számára fogalmaz meg ajánlásokat a vizsgálat előtti tájékozódás, majd az eredmények közvetítésének módjára.

Így többek között kitér az anamnézis, a vizsgálat indoka és körülményei jelentőségére, valamint a műszer általi "automatikus" és a valós dietetikai szakmai értékelés sajátosságaira, és mindezeknek a páciens és más "érdekelt" partnerek felé történő kommunikációjára

## **Pszichológia szerepe a táplálkozásban**

### ***Nagy Boglárka***

Egy kis csoki, ha szeretetre vágyunk? Fűszeres étel, ha izgalom kell? Egy sütemény örömet ad és meg is nyugtat? A 2001 óta köztudatban lévő globesity, a tömeges elhízás jelensége napjainkban egyre nagyobb méreteket ölt. A statisztikákat látva megdöbbenünk, sokszor értetlenül állunk a jelenség előtt: mivel magyarázható ez a rengeteg túlfogyasztás? A hibás nevelési mód, a nem megfelelő minőségű ételek vagy külső tényezők, például reklámok okozzák? Részben igen, ám azt is tudjuk, hogy az ételnek a tápértéke mellett érzelmi értéke is van. A fogyasztással sokszor a lelki egyensúlyunkat igyekszünk visszanyerni. A posztindusztriális társadalmakban így az evés egy csaknem mindig rendelkezésre álló „érzelem dömping”, menekülőút, mely pozitív érzelmek forrása lehet. Tekintsük át, az érzelmeknek és a nem tudatosodott lélektani tényezőknek milyen szerepe lehet testsúlyunk alakulásában!



# Jövő étkeztetése MA!



Quadro Byte Zrt.



## ÉTKEZTETÉS

- jogszabályi megfelelés (EMMI, NAV, „NTAK”)
- ételmezési feladatok támogatása (tervezés, beszerzés, előállítás, kiszállítás)
- egyszerű adminisztráció, keretfigyelések

## ÉRTÉKESÍTÉS

- NAV engedélyes online kassa
- menüs és a'la cartos webes rendelés
- új fizetési megoldások: QR-kódos és fizetési kérelem

## INFORMATIKA

- gyakorlatban működő 'felhős' megoldások (MS Azure, adatbiztonság, egyszerű üzemeltetés, GDPR)
- több ezer végpont, napi 350 – 400 ezer étkező

## TELJES KÖRŰ SZOLGÁLTATÁSOK

- kedvező ár – érték arány
- különböző pénzügyi konstrukciók (bérleti és használatától függő szolgáltatási díj)
- ételmezési szakemberekkel: betanítás, felügyelet, támogatás

## FELHASZNÁLÓI TERÜLETEK

- étkeztető cégek, üzemi étkeztetés
- önkormányzatok, oktatási intézmények
- államigazgatási szervek
- egészségügy, kórházak



## Mobil Appok

Rendeld meg munkahelyi ebédedet mobilon, tableten vagy számítógépen!



[www.qb.hu](http://www.qb.hu)



# OUR WAY FORWARD\*

HOGYAN JÁRULUNK HOZZÁ AZ EGÉSZSÉGES ÉS SOKSZÍNŰ TÁPLÁLKOZÁSHOZ EURÓPÁBAN?

Coca-Cola in Europe



\*Tovább az úton.

## A HOZZÁADOTT CUKOR

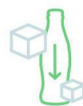
### CSÖKKENTÉSE

Célunk, hogy alacsony kalóriatartalmú és kalóriamentes termékeink **50%** mennyiségi arányt érjenek el **2025**-ig



Piacvezetőként azon dolgozunk együtt a többi iparági szereplővel, hogy **33%**-kal csökkentsük a cukortartalmat 2025-ig.<sup>1</sup>

## EGÉSZ EURÓPÁBAN



**42%**

az alacsony kalóriatartalmú vagy kalóriamentes termékek aránya az általunk gyártott üdítőitalok teljes volumenében.<sup>2</sup>



2010 óta több mint

**280+**

alacsony cukortartalmú vagy cukormentes üdítőitalt alkottunk meg és vezettünk be Európában.



**-31%**

a cukortartalom csökkenése a Fanta<sup>3</sup> üdítőitalban 2016-óta Európában.



**-27%**

a cukortartalom csökkenése a Sprite<sup>3</sup> üdítőitalban Európában.

Támogatjuk a vezető egészségügyi hatóságok ajánlását, hogy a teljes napi energiabevitel legfeljebb 10%-a származzon hozzáadott cukorból.

JAMES QUINCEY  
CEO



## COCA-COLA – A ZÉRÓ KEDVENC –

**100%**

Európa összes piacán elérhető a Coca-Cola Zero Cukor



A nagyszerű Coca-Cola íz zéró kalóriával

### KISEBB KISZERELÉSSEL

## A KISEBB ADAGOKÉRT

Európában már több mint 30 piacon kapható 250 ml-es kiszerelésben Coca-Cola üdítőital, és már 16 piacon elérhető 150 ml-es, minidobozos kiszerelésben is.



### TÁMOGATJUK

## A TUDATOS FOGYASZTÓI DÖNTÉSEKET

Támogatjuk az EU-ban egységesen színekódolt termék címkék használatát.



Elköteleztük magunkat, hogy világos és átlátható tápanyaginformációkat adjunk italainkról, amelyek segítik az embereket abban, hogy tudatosabb döntéseket hozzanak.



Az össze-csomagolás címkéjén látható, hogy hány adagot tartalmaz a termék<sup>4</sup>



Cappy.



## KÜLÖNBÖZŐ ITALOK, KÜLÖNBÖZŐ ELŐNYÖK

A szénsavas üdítőitalokon kívül új és másfajta italokat is kínálunk, például vizeket, teákat, kávékat és gyümölcsleveket is. A cukoralternatívák következő generációját fejlesztjük, hogy még több nagyszerű ízű, alacsony cukortartalmú és cukormentes üdítőitalból választhassanak fogyasztóink. Ahol csak tehetjük, olyan italokat kínálunk, amelyek vitamin- és ásványi anyagtartalmuknak köszönhetően nagyobb tápértékkel rendelkeznek.

COSTA



AQUARIUS



smartWater

## AZ R&D KÖZPONTUNK BRÜSSZELBEN

122  
országot2  
milliárd  
fogyasztót350  
évente  
innovációt

TÁMOGAT

NEM VÉGZÜNK

## 13 ÉV ALATTI GYEREKEKET CÉLZÓ MARKETINGTEVÉKENYSÉGET

Bevezettük  
**1956**  
ELSŐ FELELŐS  
REKLÁMOZÁSI  
SZABÁLYZATUNKAT.



Nem hirdetünk olyan médiumban, ahol a közönség több mint 30%-a 13 év alatti. Ahol a helyi szabályozás más korhatár-besorolást fogalmaz meg, ott mi is azt követjük.

## TÁMOGATJUK AZ EU VÁLLALÁST

ÖNKÉNTES FELELŐSSÉGVÁLLALÁS  
A GYEREKEKNEK SZÓLÓ MARKETINGBEN<sup>5</sup>



MAGAS MEGFELELÉSI ARÁNY

TV-ben (99,2%), a vállalat tulajdonában  
lévő weboldalakon, közösségi médiában  
és influencer tartalmakban (100%).

## TISZTELETBEN TARTJUK AZ ISKOLÁKAT

Úgy gondoljuk,  
hogy az iskoláknak  
reklámentesnek  
kell lenniük.



Ahol termékeink elérhetők,  
ott márka nélküli  
italautomatákban  
helyezzük el őket.

Általános iskolákban  
nem kínálunk üdítőitalokat.

Középiskolákban  
csak kalóriamentes vagy  
alacsony kalóriatartalmú  
üdítőitalaink érhetők el.<sup>6</sup>

40 millió  
TANULÓ  
50 000  
ISKOLA

## MARKETING- BERUHÁZÁSOK ÁTCSOPORTOSÍTÁSA

AZ ALACSONY ÉS CUKORMENTES  
VÁLASZTÁSI LEHETŐSÉGEKRE

Átalakítjuk marketing aktivitásainkat annak érdekében,  
hogy a lehető legtöbb fogyasztót ösztönözzük arra,  
hogy alacsony cukortartalmú vagy cukormentes  
terméket válasszanak.



EURÓPÁBAN

+90%

a Coca-Cola marketing-  
tevékenységének<sup>7</sup> 90%-ában  
Coca-Cola Zero termékünk szerepel.

HISZÜNK A KÖZÖS CSELEKVÉS EREJÉBEN, EZÉRT MŰKÖDÜNK EGYÜTT PARTNEREINKKEL



1. Az Üdítőitalgyártók Európai Szövetségének (UNESDA) tagvállalataival együtt 2000 óta üdítőitalaikban átlagosan 28,6%-kal csökkentettük a hozzáadott cukor mennyiségét. 2. A 2021-es pénzügyi év globális értékesítési adatai alapján (a Multon, Global Ventures adatait nem tartalmazza) 3. Globális értékesítési adatok alapján 4. Csak bizonyos márkák esetében és piacokon érhető el. 5. A 2021. évi EU Vállalásnak való megfelelés nyomán követésének eredményei. Az EU Vállalás 23 vezető vállalat önkéntes kezdeményezése, ami az élelmiszerreklámok gyerekeknek szóló megváltoztatására irányul, és amelyek az EU-ban az élelmiszerreklám-költések >80%-át képviselik. 6. Összhangban az Üdítőitalgyártók Európai Szövetségének (UNESDA) általános iskolákkal és középiskolákkal kapcsolatos kötelezettségvállalásával. Magyarországon az általános iskolákban kizárólag 100% gyümölcsstartalmú termékeket és ásványvizet, középiskolákban minimum 50% gyümölcsstartalmú termékeket és ásványvizet forgalmazunk. 7. 2021-es év brand marketing költségek Európában. Nem minden márka/változat érhető el minden országban.

SEGÍTSE SZAKMAI  
VÉLEMÉNYÉVEL

# LENMAGOLAJUNK SZÉLESKÖRŰ ELTERJESZTÉSÉT!



Jótékony hatású újdonság a mindennapi ételkészítéshez: Természetes ízű, Omega-3-ban gazdag lenmagolaj, főzéshez és étel- és süteménykészítéshez, amely mindenki számára elérhető.

Napjaink egyik legnagyobb kihívása az egészségtudatos étkezésben az Omega-3 és Omega-6 zsírsavak egyensúlyának megtartása. Az optimális 1:4-es Omega-3 és Omega-6 arány hazánkban akár 1:28 arányba is eltolódhat, ami magas vérnyomáshoz, szívinfarktushoz, strokehoz és egyéb szív és érrendszeri problémákhoz vezethet.



Termékünk újdonságát az adja, hogy az eddigi lenmagolajokra jellemző keserű, kellemetlen mellékízelt eltüntettük, és főzésre, ételkészítésre, sütésre alkalmas terméket hoztunk létre, ami hozzáadott A-, C- és E-vitamin tartalmának köszönhetően még jobban táplálja szervezetünket.

A dietetikusok szakmai véleményét fontosnak tartjuk.

ÍRJA MEG SZAKMAI VÉLEMÉNYÉT TERMÉKÜNKRŐL

az [omega3@ntagro.hu](mailto:omega3@ntagro.hu) e-mail címen dietetikus tárgymegjelöléssel, ahol ingyenes termékmintát is kérhet, amely tartalmazza az olajban való sütéshez is használható termékünket is!





# Ismerje meg a GoldenBurg burgonyákat!

Válasszon megfelelő alapanyagot  
a tökéletes étel elkészítéséhez.

A GoldenBurg választékában a sütni, főzni és  
salátának való burgonyák is megtalálhatók.



**Golden  
Burg**  
*földünk aranya*

Keresse a nagyobb áruházakban  
a dunaegyházi Haladás  
Mezőgazdasági Zrt. termékeit.





# Köszönjük partnereink támogatását!

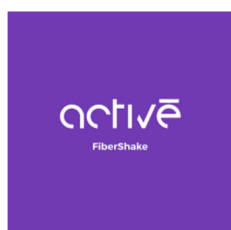
## Fő támogató:



## Kiemelt támogatók:



## További partnereink:



Goodwill

OptiFibre®



Quadro Byte Zrt.

