

Stevia: slađa, bezopasna, održiva alternativa šećeru

Автор(и): агроном Роман Рачков, Българска асоциация по биологична растителна защита

Дата: 24.06.2025 *Брой:* 6/2025



Alternativni poljoprivredni usjevi – poput stevije – igraju važnu ulogu u suočavanju s klimatskim promjenama.

- Šećerna industrija ključan je izvor ugljičnog dioksida.
- Stevija je dobra alternativa šećeru – bezopasna je i otporna na klimatske promjene. To je prirodni zaslađivač s nula kalorija i bez utjecaja na razinu šećera u krvi.
- Ima značajan ekonomski potencijal, posebno u kontekstu globalnog trenda smanjenja potrošnje šećera i potražnje za zdravijim alternativama.

- Главne tvari u steviji koje je čine popularnom i jedinstvenom: steviozidi i rebaudiozidi su između 200 i 400 puta slađi od saharoze.
- Ima veliki potencijal u Bugarskoj. Zemlja ima više od tri desetljeća iskustva – u Poljoprivrednom institutu u Šumenu stevija se uspješno uzgaja. Već postoji registrirana bugarska sorta koja se može uspješno uzgajati u svim regijama zemlje.
- Stevija uspijeva u toploj klimi i relativno je otporna na sušu.

Od ere "ovisnosti o šećeru" do "zelene revolucije"

Šećerna industrija ključan je izvor ugljičnog dioksida (CO₂) u atmosferi i izravno utječe na klimatske promjene (241 kg ekvivalenta ugljičnog dioksida ispušta se u atmosferu po toni proizvedenog šećera; 2406 kg – po hektaru zasijane površine i 26,5 kg – po toni prerađene šećerne trske). Veći udio ukupnih emisija (44%) proizlazi iz spaljivanja otpada, oko 20% – od upotrebe sintetičkih gnojiva i oko 18% – od izgaranja fosilnih goriva.

U isto vrijeme, ovisnost Europljana o šećeru ključan je trenutak u procesu globalizacije, koji datira iz vremena kada su tisuće afričkih robova prevezeni na Novi kontinent da rade na plantažama šećerne trske. Nakon Napoleonovih ratova, s pojavom šećerne repe, šećer je prestao biti kolonijalna roba i osvojio je svijet.

To se nastavilo sve do početka prošlog stoljeća, kada je Moisés Santiago Bertoni (ravnatelj Agronomskog fakulteta u glavnom gradu Paragvaja Asunciónu) postao duboko zaintrigiran neobičnom i jedinstvenom biljkom slatkog okusa – novim predstavnikom roda *Stevia*, koji uključuje oko 280 vrsta – *Stevia rebaudiana Bertoni* (u daljnjem tekstu jednostavno stevija). Tako ju je nazvao njezin otkrivač – po kemičaru dr. Ovidu Rebaudiju, koji je pomagao u pripremi ekstrakta.

Tvari koje steviju čine popularnom i jedinstvenom prisutne su samo u ovoj biljci: steviozidi i rebaudiozidi – diterpenoidni glikozidi. Oni su 200–400 puta slađi od saharoze. Brojni eksperimenti dokazali su da smanjuju vjerojatnost bolesti poput adenoma ili raka dojke, kao i stopu razvoja raka kože.



Stevija u cvatu (Stevia rebaudiana). Izvor

Gdje stevija raste

Stevija je zimzelena grm. Daleko od tropa, uzgaja se kao jednogodišnji usjev i sadnice se pripremaju svake godine. Kao višegodišnja biljka, može se uzgajati na prozorskoj dasci. Prirodni areal ove slatke biljke je malen – uglavnom dolina visokoplaninskog pritoka rijeke Paraná na granici Paragvaja i Brazila; u početku se čak smatrala rijetkom poput ginsenga.

Biljka se lako prilagođava i brzo se počela uzgajati u nizu zemalja. Može se uzgajati gotovo do Arktičkog kruga. U Japanu su ciklamat i sukraloza (bilješka autora: umjetni zaslađivači) prvi zabranjeni za upotrebu jer su opasni za zdravlje. Stoga se 1960-ih tamo počela uvoziti i koristiti stevija, a vrlo brzo nakon toga postala je poznata kao "zelena revolucija". Susjedne zemlje također su se pridružile ovoj revoluciji. Već 1982. godine u Japanu je za prehrambene svrhe korišteno 1000 tona stevije, od čega je 300 tona domaće proizvodnje, a 450 tona je uvezeno iz kontinentalne Kine, 150 tona iz Tajvana, 100 tona iz Tajlanda i 50 tona iz Južne Koreje, Brazila i Malezije. Stevija je danas prisutna u gotovo polovici japanskih prehrambenih proizvoda. U Južnoj Americi ova biljka se također široko uzgaja. Danas se stevija industrijski uzgaja i u Europi, a vode u tome su Grčka i Španjolska. Danas sve više vodećih prehrambenih i pićarskih tvrtki dodaje steviju svojim proizvodima, a pristup joj se povećava kako u trgovinama tako i online.

Економски потенцијал

Стевија се углавном користи као природни заслађивач и има значајан економски потенцијал, посебно у контексту глобалног тренда смањенја потрошње шећера и потражње за здрављим alternativama. Данас се природни заслађивачи све више користе за замјену шећера у prehrambenim proizvodima и пићима. Према студији "Nova prehrana 2020", двије трећине европских потрошача покушава смањити unos шећера и истовремено све више траже производе без dodanih шећера. Evo nekoliko aspekata ovog potencijala:

1. Rastuća potražnja za zdravim zaslađivačima

S povećanom pažnjom na zdravlje и porastom slučajeva dijabetesa и pretilosti, mnogi potrošači traže zamjene za šećer koje ne podižu razinu šećera u krvi. Stevija je prirodni zaslađivač s nula kalorija и bez utjecaja na šećer u krvi, što je čini prihvatljivom за osobe s dijabetesom и за one koji žele smanjiti svoj kalorijski unos. Njezina popularnost raste u prehrambenoj industriji, gdje se koristi не само u пићима и desertima, već и u raznim drugim proizvodima.

2. Prirodni proizvodi и organska hrana

Stevija се може узгајати organski, што је чини атрактивним izborom за poljoprivrednike и произвођаче u području organske poljoprivrede и prirodnih proizvoda. U usporedbi sa sintetičkim zaslađivačima, ima manje poznatih nuspojava, privlačeći time više potrošača.

3. Prednosti u proizvodnji

Stevija је otporna на климатске uvjete и не захтијева много ресурса за uzgoj, што је чини pogodnom за različite regije svijeta и економски isplativom за poljoprivrednike. Може се узгајати u regijama s tropskom, али и umjerenom klimom, kakvu imamo u Bugarskoj. To također dokazuje njezin potencijal за нашу zemlju.

4. Niski troškovi proizvodnje и visoka profitabilnost

Nakon sadnje, stevija се може ubirati nekoliko puta godišnje. To dovodi до visoke produktivnosti и relativno niskih troškova uzgoja. Zbog visoke koncentracije zaslađivača u listovima stevije, profitabilnost proizvodnje također raste.

5. Tržište и potencijal

Stevija je široko dostupna kako na tržištima u razvoju tako i na razvijenim tržištima. Postoje značajne komercijalne mogućnosti za izvoz u različite dijelove svijeta, uključujući Aziju, Europu i Sjedinjene Države. Proizvodi s dodanim steviol zasladivačem postaju sve rašireniji.

6. Zdravstvene i ekološke prednosti

Stevija može pomoći u smanjenju globalne potrošnje šećera, što ima ozbiljne posljedice po zdravlje i okoliš. Njezina je proizvodnja ekološki prihvatljivija u usporedbi sa šećerom, koji zahtijeva veće površine za uzgoj i korištenje kemikalija.

Stevija: s potencijalom u Bugarskoj

S rastućom potražnjom za prirodnim zasladivačima i pažnjom na zdrav način života i u Bugarskoj, stevija ima veliki potencijal u zemlji. Bugarska ima više od tri desetljeća iskustva – u Poljoprivrednom institutu u Šumenu stevija se uspješno uzgaja, a već postoji registrirana bugarska sorta "Stela". Razmnožava se vegetativno, što osigurava stabilnost njezinih sortnih karakteristika. Pokazuje dobru ekološku plastičnost i može se uspješno uzgajati u svim regijama zemlje. Karakterizira je relativno dobra otpornost na gljivične bolesti i, pod odgovarajućim agronomskim uvjetima, osigurava prinos suhog lišća od preko 250 kg po dekari. U budućnosti, daljnji oplemenjivački rad i naponi na popularizaciji kulture mogu stvoriti mogućnosti za alternativno zapošljavanje i diverzifikaciju aktivnosti farmi u depresivnim regijama Bugarske, u skladu s našim klimatskim ciljevima.



Sorta stevije "Stela" u Poljoprivrednom institutu – Šumen. [Izvor](#)