

## Tillaga til þingsályktunar

um setningu reglna um hámarksmagn transfitusýra í matvælum.

Flm.: Siv Friðleifsdóttir, Ásta R. Jóhannesdóttir, Ragnheiður Ríkharðsdóttir,  
Álfheiður Ingadóttir, Púriður Backman, Sigurður Ingi Jóhannsson,  
Vigdís Hauksdóttir, Sigmundur Davíð Gunnlaugsson,  
Guðmundur Steingrímsson.

Alþingi ályktar að fela sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra að hefja undirbúning að setningu reglna um að hámarksmagn transfitusýra í matvælum verði tvö grömm í hverjum hundrað grömmum af fitumagni vörunnar.

### Greinargerð.

Tillaga þessi var áður flutt á 135. löggjafarþingi (430. mál) og 136. löggjafarþingi (45. mál).

Á undanförnum árum hefur mikil umræða skapast um transfitusýrur sem finnast í ýmsum matvælum. Neysla á transfitusýrum eykur líkur á hjarta- og æðasjúkdómum mun meira en neysla á mettaðri fitu, sem þó er vel þekktur áhættuvaldur fyrir slíka sjúkdóma. Þannig valda þær hækkun á LDL-kólesteróli (slæmu kólesteróli) og lækkun á HDL-kólesteróli (því góða). Að auki eykur neysla hertrar fitu/transfitusýra hættu á offitu og sykursýki 2. Líkur á hjarta- og æðasjúkdómum eru taldar aukast um 25% ef neytt er 5 g af hertri fitu á dag. Auðvelt að fá margfalt það magn eingöngu í einni máltíð.

Transfitusýrur myndast þegar olía er hert en hörð fita er notuð til að matvæli fái ákveðna eiginleika sem taldir eru eftirsóknarverðir, svo sem aukið geymsluþol. Einkum er um að ræða matvörur þar sem bökunarsmjörlíki eða djúpsteikingarfeiti sem inniheldur herta fitu er notað við framleiðslu. Þær vörur sem mögulega innihalda transfitusýrur eru t.d. smjörlíki, steikingarfeiti, kökur og kex auk franskra kartaflna. Þá inniheldur djúpsteiktur skyndibitamatur, örbylgjupopp, snakk og sælgæti í mörgum tilvikum umtalsvert magn transfitusýra. Frá náttúrunnar hendi má svo finna transfitusýrur t.d. í rjóma og smjöri. Dæmi eru um að hert fita geti verið allt að 60% af heildarfitumagni í matvöru.

Steen Stender, yfirlæknir á Gentofte Hospital í Danmörku, hefur rannsakað magn transfitusýra í völdum fæðuflokkum, skyndibita, kexi, kökum og örbylgjupoppi, en þar kemur í ljós að Ísland er í 8. sæti á lista 24 þjóða sem rannsóknin náði til. Magnið sem kemur fram í töflunni hér á eftir er meðaltalsmagn í þessum fæðuflokkum og miðast við 100 g:

Ungverjaland	42 g
Tékkland	41 g
Pólland	39 g
Búlgaríja	38 g
Bandaríkin	36 g
Kanada	36 g

Perú	36 g
Ísland	35 g
Rúmenía	30 g
Suður Afríka	29 g
Frakkland	25 g
Þýskaland	25 g
Portúgal	24 g
Spánn	24 g
Bretland	24 g
Holland	23 g
Rússland	23 g
Austurríki	22 g
Ítalía	21 g
Noregur	16 g
Svíþjóð	14 g
Finnland	10 g
Sviss	5 g
Danmörk	0,4 g

Það vekur óneitanlega athygli að Ísland skuli raða sér á bekk með Austur-Evrópuþjóðum og Bandaríkjamönnum í þessum efnum og tróna á toppnum þegar Norðurlandþjóðirnar eru skoðaðar. Steen Stender fullyrðir jafnframt út frá rannsóknum sínum að transfitusýrur séu ágætari í skóáburð og koppafeiti en eigi ekkert erindi í matvæli sem ætluð eru til manneldis.

Samkvæmt ráðleggingum Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar er æskilegt að neysla transfitusýra fari ekki yfir 2 g á dag. Rannsóknir á neysluháttum Íslendinga gefa til kynna að neysla á transfitusýrum sé hér nokkuð hærrí en þau mörk og hærrí en sambærilegar neyslütölur hjá mörgum öðrum Evrópuþjóðum. Neysla á transfitusýrum hefur minnkað um tæplega þriðjung á sl. tveimur áratugum. Vegur þar þyngst minni smjörlíkisneysla og það að samsetningu smjörlíkis hefur verið breytt. Enn sem komið er skipa Íslendingar sér þó á bekk með þeim sem neyta mestrar hertrar fitu eða um 3,5 g sem er tæplega tvöföld sú neysla sem mælt er með.

Hérlendis er ekki skylda að merkja matvöru með næringargildismerkingu. Engar reglur eru í gildi um leyfilegt magn hertrar fitu í matvælum og engar reglur eru til um merkingar matvöru varðandi magn þessarar fitu. Neytendum er því ekki gefinn kostur á að forðast transfitusýrur þó að vilji sé fyrir hendi.

Danir settu árið 2003 reglur sem kveða á um að það feitmeti sem reglurnar ná til megi ekki innihalda meira en tvö grömm af transfitusýrum per hundrað grömm af fitu. Þessar reglur ná þó ekki til transfitusýra sem eru í vörunni frá náttúrunnar hendi. Evrópusambandið samþykkti reglurnar í upphafi en eftir kærur frá tveimur matvælaframleiðendum, sem töldu þær hindra frítt flæði matvöru innan sambandsins, gerði það athugasemd og óskaði eftir að Danir felldu reglurnar niður þar sem þær kynnu að hindra frítt flæði matvöru innan ESB. Danir neituðu og voru tilbúnir að fara með málið fyrir Evrópudómstólinn en sambandið féll frá málaferlum á hendur Dönum því að sýnt þótti að Danir væru með þessu að sporna við hugsanlegu heilsutjóni þegna sinna af völdum óæskilegs mataræðis, sem felst í neyslu transfitusýra, og að sú niðurstaða byggist á viðurkenndum vísindarannsóknum. Með því hefur Evrópusambandið tekið afstöðu til þess að það beri að lágmarka transfitusýrur í matvælum ekki eingöngu í Danmörku heldur á öllu Evrópusambandssvæðinu.

Danmörk er því fyrsta landið í heiminum til að setja takmarkandi reglur um iðnaðarframleiðdar transfitusýrur í matvælum og gilda þær einnig um innflutt matvæli. Brot á reglunum geta kostað tveggja ára fangelsi. Reynsla Dana sjálfra af þessum reglum er sú að enn er mikið magn matvæla flutt inn frá löndum sem ekki hafa sett sér reglur um hámark transfitusýra en í mörgum tilvikum hafa matvælaframleiðendur breytt framleiðsluháttum sínum til að koma til móts við hinar nýju reglur.

Bandaríkjamenn hafa valið þá leið að setja reglugerð um merkingar á matvælum þannig að hlutfall transfitusýra/hertrar fitu komi skýrt og greinilega fram á umbúðum og síðan er neytendum gert að velja hvort þeir neyta matvælna eða ekki. Talið er að innleiðing slíkra reglna sé tímafrek og hún kosti eftirlitskerfið mjög mikið auk þess sem innleiðing og upplýsing til alls almennings taki langan tíma og sé erfið í framkvæmd. Þess utan er hægara sagt en gert að afla upplýsinga um innihald matvöru, rýna þarf í innihaldslýsingar og þekkja mismunandi heiti hertrar fitu til að eiga möguleika á að forðast hinar hættulegu transfitusýrur. Best væri þó ef neytendur veldu olíur og mjúka fitu í stað hinnar hertu. Þá benda rannsóknir til þess að lýsisneysla vinni gegn neikvæðum afleiðingum af neyslu transfitusýra. Bandarísku reglurnar ná þó ekki til veitingastaða þar sem maturinn er ekki í umbúðum en heilbrigðisnefnd New York borgar hefur frá júlí 2007 bannað notkun transfitusýra á veitingastöðum.

Með þingsályktunartillögu þessari er því beint til sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra að setja reglur, sambærilegar þeim dönsku, enda má ætla að fjölmargir Íslendingar séu í bráðri hættu vegna ofneyslu á transfitusýrum.