

Η πρωτοβουλία της Ευρωπαϊκής Επιτροπής να περιορίσει τα βιομηχανικά trans-λιπαρά οξέα (TFAs), μια ευκαιρία για τη βελτίωση της υγείας των Ευρωπαίων

Η AIM συνιστά στην Ευρωπαϊκή Επιτροπή:

- ✓ να θέσει όρια στην παρουσία βιομηχανικών λιπαρών οξέων, τόσο σε προ-συσκευασμένα, όσο και σε μη προ-συσκευασμένα τρόφιμα, μέσω νομικά δεσμευτικών μέτρων,
- ✓ να καθιερώσει την υποχρέωση να αναγράφεται με σαφή και κατανοητό τρόπο στις ετικέτες των τροφίμων η περιεκτικότητα των trans-λιπαρών οξέων,
- ✓ να αναπτύξει τη διατροφική παιδεία και να αυξήσει την ευαισθητοποίηση του πληθυσμού σχετικά με τις επιπτώσεις των trans-λιπαρών οξέων στην υγεία,
- ✓ να καταστήσει τις υγιεινότερες επιλογές πιο εύκολα διαθέσιμες και περισσότερο προσιτές οικονομικά,
- ✓ να βελτιώσει την ποιότητα των τροφίμων σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση.

Τα trans-λιπαρά οξέα (TFAs) είναι ένας τύπος ακόρεστων λιπαρών που υπάρχουν στα τρόφιμα και μπορεί να είναι δύο ειδών: τα 'ζωικά trans λιπαρά', που προέρχονται από μηρυκαστικά ζώα, σε προϊόντα διατροφής όπως το αγελαδινό γάλα ή το κρέας. Αυτός ο τύπος των TFAs αντιπροσωπεύει συνήθως περίπου το 3% του συνόλου της περιεκτικότητας ενός προϊόντος σε λιπαρά και δεν υπερβαίνει ποτέ το 9%. Από την άλλη, τα 'βιομηχανικά trans-λιπαρά', που είναι συνέπεια της διαδικασίας παρασκευής τροφίμων και μπορεί να υπάρχουν σε αυτά σε ποσοστό υψηλότερο του 50% της συνολικής περιεκτικότητας σε λιπαρά. Οφείλονται στη χρήση συγκεκριμένων ελαίων, για εξοικονόμηση κόστους ή για τεχνολογικούς λόγους.

Τα trans-λιπαρά (TFAs) δεν χρειάζονται στη διατροφή. Δεν συντίθενται, άλλωστε, από το ανθρώπινο σώμα. Επιστημονικά στοιχεία δείχνουν ότι η πρόσληψή τους είναι επιβλαβής για την υγεία, καθώς αυξάνει την 'κακή χοληστερόλη' και, κατά συνέπεια, τον κίνδυνο για στεφανιαία νόσο. Όπως αναφέρει η Ευρωπαϊκή Επιτροπή στην έκθεση Εκτίμησης Επιπτώσεων: "ο κίνδυνος θανάτου από καρδιακές παθήσεις είναι 20-32% υψηλότερος, όταν καταναλώνει κανείς 2% της ημερήσιας πρόσληψης ενέργειας από trans-λιπαρά, αντί για πρόσληψη της ίδιας ποσότητας

ενέργειας από υδατάνθρακες, κορεσμένα λιπαρά οξέα, cis μονοακόρεστα και cis πολυακόρεστα λιπαρά οξέα."¹. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συνιστά ημερήσια πρόσληψη σε TFAs χαμηλότερη του 1% της συνολικής πρόσληψης σε ενέργεια, ενώ η Ευρωπαϊκή Αρχή για την Ασφάλεια των Τροφίμων συνιστά να είναι όσο το δυνατόν χαμηλότερη. Ωστόσο, στατιστικές αναφορικά με τη μέση πρόσληψη δείχνουν πως οι Ευρωπαίοι έχουν την τάση να υπερβαίνουν τις συστάσεις αυτές, ιδίως όσοι ανήκουν σε πληθυσμιακές υποομάδες όπως η νεολαία ή οι πολίτες χαμηλού εισοδήματος.

Όσον αφορά στα ίδια τα προϊόντα διατροφής, τα επίπεδα των βιομηχανικών trans-λιπαρών περιορίζονται συνήθως σε ποσοστό μικρότερο του 2%. Εντούτοις, υπάρχει μια έλλειψη ομοιογένειας στην Ε.Ε., με ορισμένα προϊόντα σε χώρες της Ανατολικής ή Νοτιοανατολικής Ευρώπης να εμπεριέχουν

πολύ υψηλά επίπεδα (έως και 40-50% της συνολικής περιεκτικότητας σε λιπαρές ουσίες).² Αυτές οι διαφορές, τόσο στην ποιότητα, όσο και στα επίπεδα πρόσληψης, επιδεινώνουν τις ανισότητες στον τομέα υγείας κι έχουν αρνητικές επιπτώσεις στη δημόσια υγεία.

Τα μέλη της AIM, ως Αυτοδιαχειριζόμενοι Αλληλοβοηθητικοί Φορείς Ασφάλισης Υγείας, έχουν να φέρουν εις πέρας μία αποστολή δημοσίου συμφέροντος: να προστατεύουν την υγεία των Ευρωπαίων πολιτών, διασφαλίζοντας, παράλληλα, την οικονομική βιωσιμότητα των συστημάτων φροντίδας υγείας.

Λαμβάνοντας υπόψη τα ως άνω, καλούμε την Ευρωπαϊκή Επιτροπή:

Να θέσει όρια στην παρουσία βιομηχανικών trans-λιπαρών σε προ-συσκευασμένα και μη τρόφιμα, μέσω νομικά δεσμευτικών μέτρων.

Η τρέχουσα νομοθεσία της Ε.Ε. επιβάλλει όρια μόνο για trans-λιπαρά σε παρασκευάσματα βρεφικής και δεύτερης βρεφικής φόρμουλας.

Ωστόσο, από την ίδια την έκθεση³ της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, ένα επίπεδο Ε.Ε. νομικών ορίων στην ύπαρξη βιομηχανικών TFAs στα τρόφιμα επισημαίνεται ως το πιο αποτελεσματικό μέτρο, στο πλαίσιο της δημόσιας υγείας και της προστασίας του καταναλωτή. Η απόκλιση στα επίπεδα πρόσληψης των λιπαρών οξέων στην Ε.Ε. και σε όλες τις υποομάδες του πληθυσμού, επιτάσσει την προστιθέμενη αξία μιας ευρείας δράσης στο πλαίσιο της Ε.Ε.

Όπως υπογραμμίζεται στην έκθεση Εκτίμησης Επιπτώσεων της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, το Άρθρο 8 του Νόμου 1925/2006 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου σχετικά με την προσθήκη βιταμινών, ανόργανων και άλλων συστατικών στα τρόφιμα, θα μπορούσε να χρησιμεύσει ως νομική βάση. Τα βιομηχανικά TFAs ή τα μερικώς υδρογονωμένα έλαια (PHOs) θα μπορούσαν στη συνέχεια να προστεθούν στη λίστα του παραρτήματος III του Κανονισμού, προκειμένου να καθορίσουν τους όρους χρήσης τους και, στο μέλλον και σε καθορισμένη ημερομηνία, να απαγορευθούν εντελώς τα PHOs.

Να καθιερώσει την υποχρέωση αναγραφής των trans-λιπαρών στις ετικέτες των τροφίμων, με σαφή και κατανοητό τρόπο.

Οι πολίτες έχουν το δικαίωμα να ενημερώνονται για τα συστατικά του προϊόντος που καταναλώνουν, με σαφή, διάφανο και απόλυτα κατανοητό τρόπο. Επί του παρόντος, ο Κανονισμός 1169/2011 σχετικά με την παροχή πληροφόρησης στον καταναλωτή για τα τρόφιμα απαιτεί να διευκρινίζεται στον κατάλογο των συστατικών όλων των προ-συσκευασμένων τροφίμων εάν τα εξευγενισμένα λίπη /έλαια είναι εν μέρει υδρογονωμένα. Επιπρόσθετα, ο Κανονισμός δεν απαιτεί την ένδειξη της ακριβούς περιεκτικότητας σε trans-λιπαρές ουσίες και απαγορεύει την εκούσια δήλωση του περιεχομένου αυτού από τους φορείς εκμετάλλευσης. Η AIM ζητά την τροποποίηση του Άρθρου 30 (1) του ως άνω Κανονισμού, προκειμένου να συμπεριλαμβάνονται εφεξής τα trans-λιπαρά στη λίστα των συστατικών που πρέπει να ενέχονται στην υποχρεωτική διατροφική αναφορά των προ-συσκευασμένων τροφίμων. Η AIM πιστεύει πως η απαίτηση αυτή πρέπει να επεκταθεί και στα μη προ-συσκευασμένα τρόφιμα. Σε αυτήν την περίπτωση, φυσικά, θα πρέπει να εξευρεθεί μια εναλλακτική λύση για τις ετικέτες. Ωστόσο, η πληροφορία θα πρέπει να είναι έτσι κι αλλιώς διαθέσιμη στον καταναλωτή στο σημείο πώλησης.

3. Έκθεση, 14.

4. Έκθεση Εκτίμησης Επιπτώσεων, 8.

Μία πλήρης και διαφανής λίστα των συστατικών θα είναι ασφαλώς ένα βήμα προς τη σωστή κατεύθυνση. Παρόλα αυτά, ‘πλήρης’ δεν σημαίνει απαραίτητα και κατανοητή. Η AIM ενθαρρύνει την Κομισιόν να καταρτίσει μία φόρμουλα φιλική προς τον καταναλωτή (όπως το σύστημα ‘φωτεινής σηματοδότησης’), η οποία θα μπορούσε να βοηθήσει τους καταναλωτές να καταλάβουν πιο εύκολα πότε τα επίπεδα των trans-λιπαρών σε ένα συγκεκριμένο προϊόν είναι ανθυγιεινά και σε ποιο βαθμό. Φυσικά, ένα τέτοιο σύστημα θα πρέπει να είναι κατανοητό και να λαμβάνει υπόψη και άλλες παραμέτρους (όπως την περιεκτικότητα σε αλάτι, ζάχαρη ή κορεσμένα λιπαρά).

Να αναπτύξει τη διατροφική παιδεία και να αυξήσει την ευαισθητοποίηση του πληθυσμού σχετικά με τις επιπτώσεις των trans-λιπαρών στην υγεία.

Δεδομένου ότι η τρέχουσα νομοθεσία δεν επιτρέπει την αναγραφή της περιεκτικότητας σε trans-λιπαρά στις ετικέτες των τροφίμων, δεν είναι βέβαιο πως όλοι οι καταναλωτές είναι σε θέση να εντοπίσουν την περιεκτικότητα σε βιομηχανικά λιπαρά από την αναφορά στη λίστα των συστατικών ύπαρξης μερικών ακόρεστων ελαίων. Για τα μη-προσσκευασμένα τρόφιμα, η λίστα δεν είναι καν διαθέσιμη ακόμη. Από τη μία πλευρά, όπως αναφέρεται και στην προηγούμενη παρατήρησή μας, είναι θέμα ζωτικής σημασίας να διασφαλίσουμε πως οι καταναλωτές θα έχουν πρόσβαση στην πληροφόρηση αυτή, έτσι ώστε να μπορούν να ελέγχουν τη διατροφή τους και να είναι σε θέση να κάνουν πιο υγιεινές επιλογές.

Από την άλλη, η απλή διαθεσιμότητα της πληροφόρησης αυτής δεν θα εξασφαλίσει και πως οι καταναλωτές θα μπορούν να την κατανοήσουν. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και τα Κράτη-Μέλη θα πρέπει να επιτείνουν τις προσπάθειές τους να αναπτύξουν την παιδεία των πολιτών για την υγεία τους, εστιάζοντας στις υποομάδες-κλειδί και με τη συμμετοχή το δυνατόν περισσότερων ενδιαφερόμενων φορέων (σχολείων, πανεπιστημίων γιατρών, ασφαλιστικών ταμείων, κυβερνήσεων, οπτικοακουστικών μέσων κ.λπ.).

Να κάνουν περισσότερο διαθέσιμες και πιο προσιτές οικονομικά τις πιο υγιεινές επιλογές.

Οι κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες αποτελούν καθοριστικό παράγοντα για τη συμπεριφορά του καταναλωτή. Καταναλωτές με χαμηλότερο εισόδημα έχουν την τάση να καταναλώνουν προϊόντα με υψηλή περιεκτικότητα σε βιομηχανικά trans-λιπαρά, που συχνά πωλούνται σε χαμηλότερη τιμή από τις πιο υγιεινές επιλογές. Η αύξηση της τιμής των τροφίμων που εμπεριέχουν υψηλά επίπεδα TFAs μέσω φορολόγησης, είναι βέβαιο πως θα ενθάρρυνε τους καταναλωτές να στραφούν σε πιο υγιεινές επιλογές. Η AIM επικροτεί μια τέτοια πρωτοβουλία για επιβολή υψηλότερου φόρου στα προϊόντα με υψηλά επίπεδα TFAs.

Να βελτιώσουν τα τρόφιμα στην Ευρωπαϊκή Ένωση.

Το βασικό πρόβλημα πίσω από το θέμα των trans-λιπαρών είναι η κακή ποιότητα ορισμένων προϊόντων διατροφής που πωλούνται στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Και είναι στη δική της αρμοδιότητα να διασφαλίσει πως η ποιότητα των προϊόντων που αποτελούν αντικείμενο διαπραγμάτευσης στην αγορά της πληροί συγκεκριμένα πρότυπα.

Είναι απαράδεκτο το γεγονός ότι σε ορισμένους πολίτες (λ.χ. της Ανατολικής ή Νοτιοανατολικής Ευρώπης) πωλούνται χαμηλότερης ή ‘β’ κατηγορίας’ προϊόντα. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και τα Κράτη-μέλη θα πρέπει να δημιουργήσουν κίνητρα που θα οδηγήσουν τους υπευθύνους των επιχειρήσεων τροφίμων να αναδιαμορφώσουν και να αναζητήσουν φιλικές προς το περιβάλλον και υγιείς εναλλακτικές λύσεις στα μερικώς υδρογονωμένα έλαια (δηλαδή και σε άλλα, εκτός του φοινικέλαιου και των κορεσμένων λιπαρών οξέων).

Πηγές:

Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Εκτίμηση Επιπτώσεων. Πρωτοβουλία για τον περιορισμό της πρόσληψης βιομηχανικών trans-λιπαρών οξέων στην Ε.Ε.

Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Έκθεση της Επιτροπής προς το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο σχετικά με τα trans-λιπαρά στα τρόφιμα και τη συνολική διατροφή του πληθυσμού της Ε.Ε. Βρυξέλλες: 2015

Ευρωπαϊκή Επιτροπή, οδικός χάρτης. Πρωτοβουλία για τον περιορισμό της πρόσληψης trans-λιπαρών ουσιών στην Ε.Ε., 11/10/2016

Mozaffarian D. et al., 2009, Οι επιπτώσεις των trans-λιπαρών οξέων στην υγεία: πειραματικά στοιχεία και στοιχεία παρατήρησης, Ευρωπαϊκή Εφημερίδα Κλινικής Διατροφής (European Journal of Clinical Nutrition 63(S2): p. S5-S21)

Βρυξέλλες, 22 Ιανουαρίου 2018

Μτφ.: Ρ.Πιτέρη/Ο.Α.Τ.Υ.Ε.

Η AIM είναι η οργάνωση-ομπρέλα των Αυτοδιαχειριζόμενων Αλληλοβοηθητικών Φορέων Ασφάλισης Υγείας στην Ευρώπη και παγκοσμίως. Μέσω των 58 μελών της από 30 χώρες, η AIM παρέχει κάλυψη υγείας σε 240 εκ. ανθρώπους στον κόσμο και 209 εκ. στην Ευρώπη, μέσω υποχρεωτικής ή/και συμπληρωματικής ασφάλισης υγείας και διαχείρισης υγειονομικών και κοινωνικών μονάδων. Η AIM αγωνίζεται για την υπεράσπιση της πρόσβασης στη φροντίδα υγείας από όλους, μέσω της ασφάλισης υγείας που βασίζεται στην αλληλεγγύη και τον μη κερδοσκοπικό προσανατολισμό. Αποστολή της είναι να παρέχει στα μέλη της μία πλατφόρμα, προκειμένου να ανταλλάσουν εμπειρία και γνώση για θέματα κοινού ενδιαφέροντος και να εκπροσωπούνται οι θέσεις και οι αξίες τους απέναντι στους Ευρωπαϊκούς και τους διεθνείς Θεσμούς.

AIM