

Säg ifrån om transfetter

Idag, den 7 april firas Världshälsodagen. Vi vill dra ett strå till stacken för att hindra att många européer i fortsättningen helt i onödan ska utsättas för ökad risk för hjärtsjukdom på grund av transfetter i livsmedel. Det är oacceptabelt. Därför startar Ilija Batljan idag en namninsamling. Namninsamlingen har redan stöd av flera europaparlamentariker, däribland Åsa Westlund (s) och syftet är att samla en miljon underskrifter för att få EU att agera mot transfett i maten. Kraven är två; inför märkning av transfetter (samma regel finns redan lagstadgad i USA) och begränsa den tillåtna mängden transfett till två procent av den totala mängden fett i en produkt (samma regel finns redan lagstadgad i Danmark). Det faktum att vi tycker om popcorn och bakelser och att industrin ska tjäna 10 öre mer per bakelse ska inte behöva kosta oss livet.

Flera av varandra oberoende undersökningar som publicerat de senaste åren visar att transfett förekommer i oroande höga halter i flera vanliga livsmedel: pajer, bakelser, kex, rån, kakor, pommes frites, chips och godis. Enligt vissa undersökningar innehöll 3 av 10 varor en högre halt av transfett än vad som är lagligt i vårt grannland Danmark.

Än sen då, är inte allt fett farligt? Nej, så enkelt är det inte, det är skillnad på fett och fett. Problemet är att transfett enligt de studier som gjorts medför en betydligt större risk för hjärt- och kärlsjukdomar än annat fett. Äter du 5g transfett om dagen ökar risken för dig att drabbas av hjärt- och kärlsjukdomar med 25 procent. Det innebär att transfett medför 4-5 gånger högre risk för dessa sjukdomar än mättat fett, som annars brukar framhållas som det fett med störst hälsorisk.

Danmark är det land i Europa som tagit allvarligast på denna hälsorisk. Där har man beslutat om en maxgräns för transfetter på högst 2 procent i livsmedel Sedan lagen infördes har transfettet närmast försvunnit från den danska maten.

Men i Sverige och andra länder fortsätter industrin att använda sig av ett fett som innebär en helt onödig hälsorisk för konsumenterna. Transfett kan enkelt ersättas med annat, mindre farligt fett. I en undersökning publicerad i *European scientific medical journal* visade det sig t ex att samma hamburgermeny som i Köpenhamn innehöll mindre än 1 g transfett, innehöll 10g i New York. Nu har New York City beslutat att man vill eliminera alla industriellt framställda transfetter i restaurangmat från och med 1 juli i år.

Varför ska vi då utsättas för denna onödiga risk? Inte ens en medveten konsument som lusläser på förpackningar kan idag undvika transfettet.

Det svenska Livsmedelsverket menar att eftersom svenskar i genomsnitt äter ganska lite transfett är det inget stort folkhälsoproblem. När Danmark införde sitt förbud mot stora mängder transfett beräknades att den genomsnittliga dansken i genomsnitt åt 1g transfett om dagen. Men samtidigt var intaget av transfett mycket ojämnt fördelat. Av omkring 5 miljoner danskar beräknades 10.000-50.000 få i sig mer än 5g transfett om dagen. Om man åt några omtyckta varor som mikropopcorn, kakor, en doughnut eller pommes frites

var det inte svårt att få i sig 20-30g transfett på en dag. Ingenting tyder på att det mönstret skulle se mycket mer annorlunda ut i Sverige.

Till skillnad mot det svenska Livsmedelsverket har den danska regeringen inte ställt arbetet mot att minska danskarnas konsumtion av mättat fett och transfett mot varandra. Tvärtom menar de att eftersom danskar äter mycket mättat fett är det ännu viktigare att de inte därutöver utsätts för den extra risk som transfetter innebär.

Vi tycker att det är dags för Sverige och EU att gå samma väg. Många svenskar utsätts idag för en hälsorisk som mycket enkelt kan eliminera genom att lagstifta mot höga halter av transfett och krav på innehållsdeklaration. Europaparlamentet har redan krävt att EU-kommissionen ska vidta åtgärder för att minska mängden transfett.

Enligt artikel 152 i EU:s grundlag ska ”en hög hälsoskyddsnivå för människor säkerställas vid utformning och genomförande av all gemenskapspolitik och alla gemenskapsåtgärder”. En hög hälsoskydd kräver att EU ska ta sitt ansvar också när det gäller transfett. Ett omfattande och gediget vetenskapligt underlag kan med fördel hämtas från den amerikanska livsmedelsmyndigheten FDA, från forskning vid Harvard university och från världens ledande medicintidskrift New England Journal of Medicine.

För att få en ändring till stånd startar vi därför denna kampanj med att bland EU-medborgare samla in en miljon underskrifter och som därmed tvingar Europaparlamentet att ta upp frågan. Först då får vi den höga hälsoskyddsnivå som vi har rätt till och som bidrar till att rädda våra liv. Redan idag har namninsamlingen undertecknas av utöver oss tre, hundratals personer från olika EU-länder, olika partier, myndigheter och organisationer bl. a. Europaparlamentarikerna: Dan Jörgensen vice ordförande i Europaparlamentets folkhälsoutsjott, Linda Mc Avan, Mojca Drcar Murko, Marie Anne Isler Béguin, Kartika Tamara Liotard, Frieda Brepoels samt Bosse Pettersson, folkhälsokonsult, f. d. Stf generaldirektör Statens folkhälsoinstitut, Inger Persson, ordförande för Sveriges Konsumenter med flera. Skriv under du också på www.nynashamn.se/transfat.

Ilija Batljan, PhD
kommunstyrelsens ordförande i Nynäshamn (s)

Åsa Westlund
Europaparlamentariker (s)

Leif Stenquist
kommunalråd (fp)