

Påstandsforordningen og marine oljer



Foto: NIFES

Marian Kjellevold Malde, forsker
Nasjonalt institutt for ernærings- og sjømatforskning (NIFES)

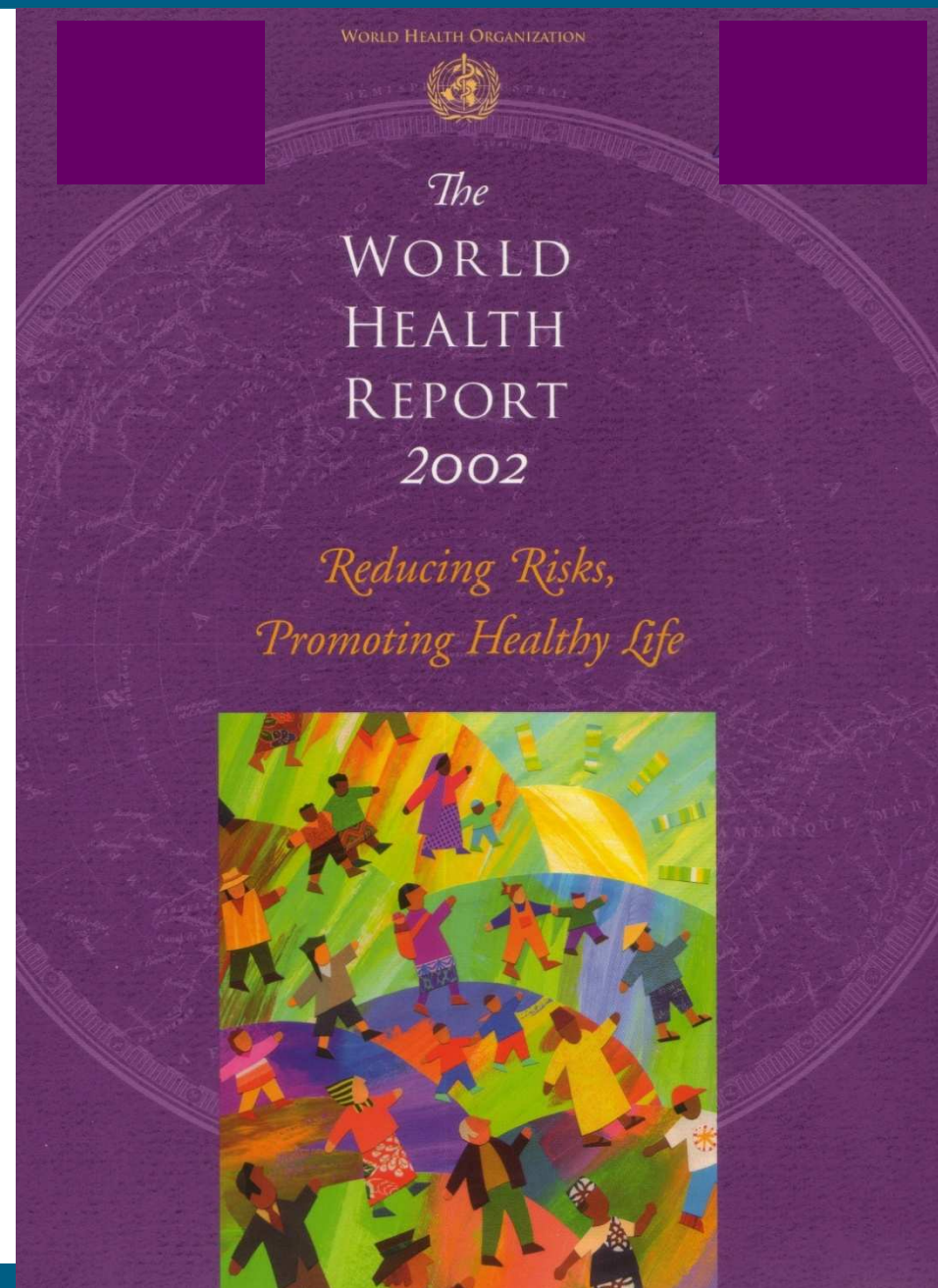
Folkehelse

Nye utfordringer:

Ikke smittsomme sykdommer eller "livsstilsykdommer" er ansvarlig for mer enn 60% av dødsfall på verdensbasis og mer enn 43% av sykdommer.

Livsstilsykdommer:

hjerte-karsykdommer, fedme, diabetes, mentale lidelser, med mer



Riktig kosthold kan forebygge livsstilssykdommer

WHO har anslått at:

80% av hjerteinfarkt

90% av diabetes II

30% av kreft

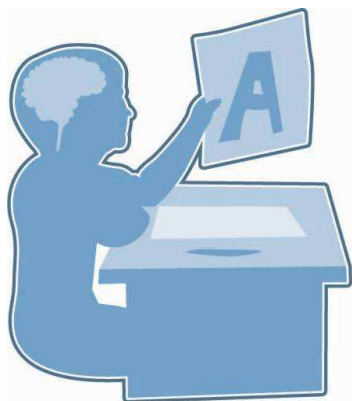
Kan forebygges med:

- BEDRE KOSTHOLD
- Fysisk aktivitet
- Røykestopp



Helsedirektoratet:

*"I et folkehelseperspektiv
er hovedutfordringen
at mange spiser mindre fisk
enn ønskelig."*



28.03.2006: http://www.shdir.no/ernaering/fagnytt/ny_rapport_om_helhetssyn_p__fisk_og_helse_44265

Hva er det egentlig som er så sunt i sjømat?



Omega-3

Vitamin D

Vitamin A

Vitamin B12

Selen

Jod

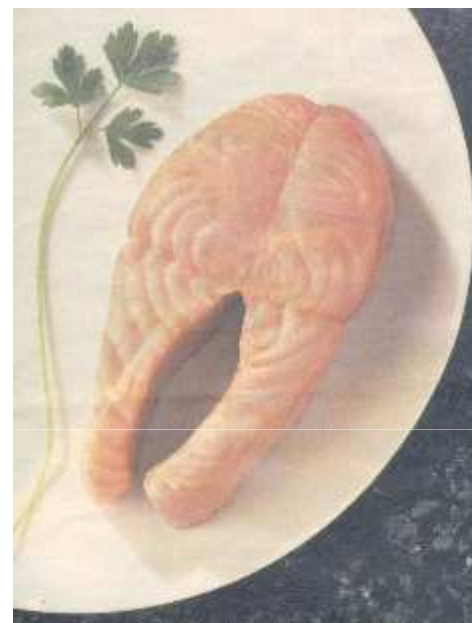
Protein

Flere

En passiv rolle?



vs.



Erstatte annen mat (bidra til balansert kosthold)

Bidrar til et redusert inntak av for eksempel mettet fett og beskytter således mot uheldige effekter av for mye mettet fett

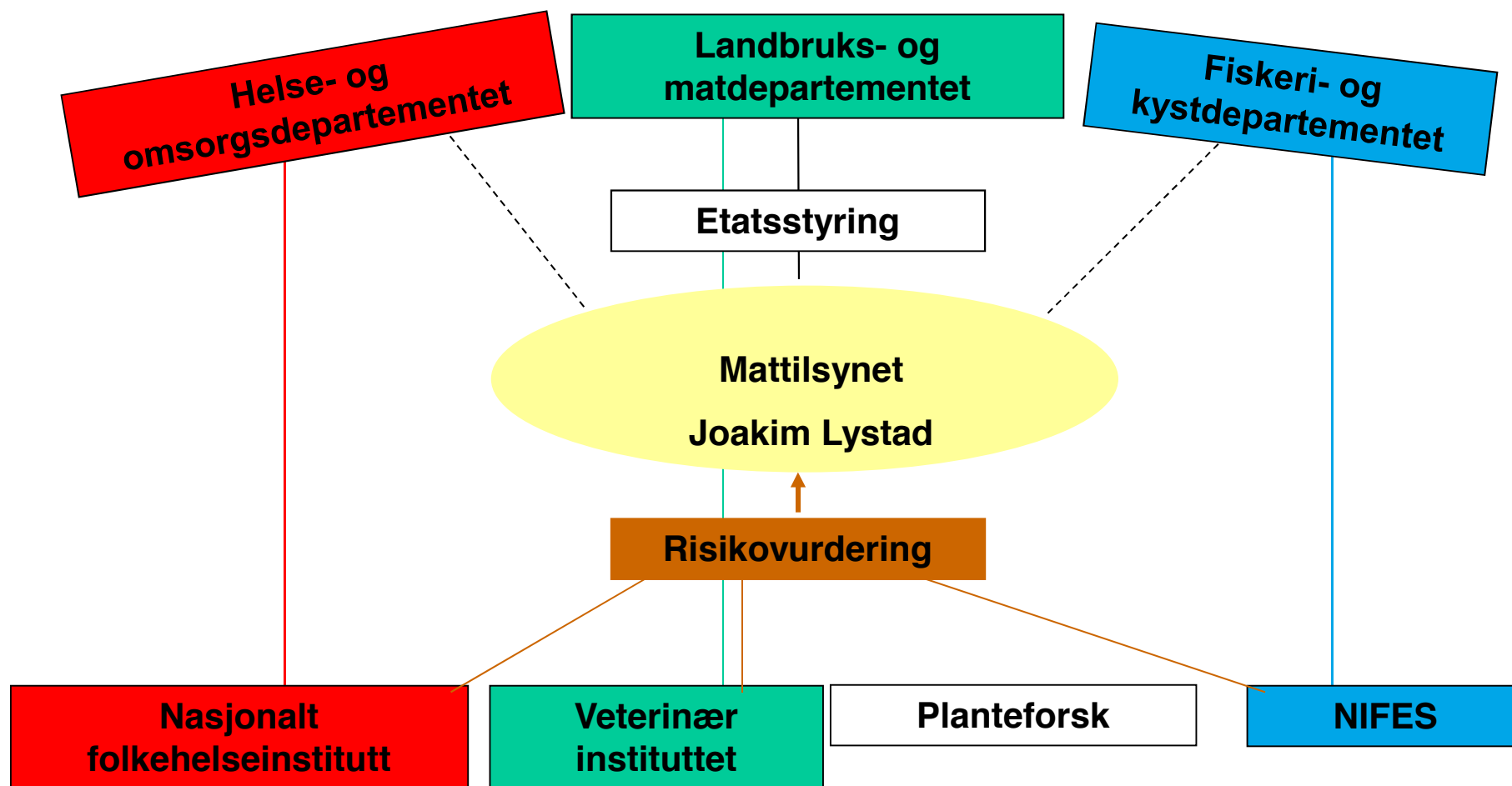


Forordning nr 1924/2006 (påstandsforordningen)

- sikre høyt nivå av forbrukervern
- gjøre valget enklere for forbrukeren
- trygge produkter som er riktig merket
- et variert og balansert kosthold er en forutsetning for gode helse, og betydningen av enkeltprodukter bør ses i sammenheng med hele kostholdet.
- endring i vedlegget til forordning medfører at nye ernæringspåstander vedrørende omega-3 og umettet fett tas inn.



- 2008: Kommisjonen startet arbeidet med artikkel 13 – helsepåstander
 - 44000 påstander ble meldt innen fristen 31. januar 2008
 - EFSA ga 2. juli 2009 94 vurderinger som omfattet 500 helsepåstander
 - utkast vedtatt på EUs faste komité for næringsmiddelkjeden og dyrehelse (SCFCAH), Seksjon for generell næringsmiddellovgivning 1. oktober 2009.
 - Nå er forslaget til behandling i EU-parlamentet, og det er vanskelig å vite når det er ferdigbehandlet.



Hovedkomite

Vitenskapskomité for mattrygghet (VKM) (Åshild Krogdahl)

Faggrupper

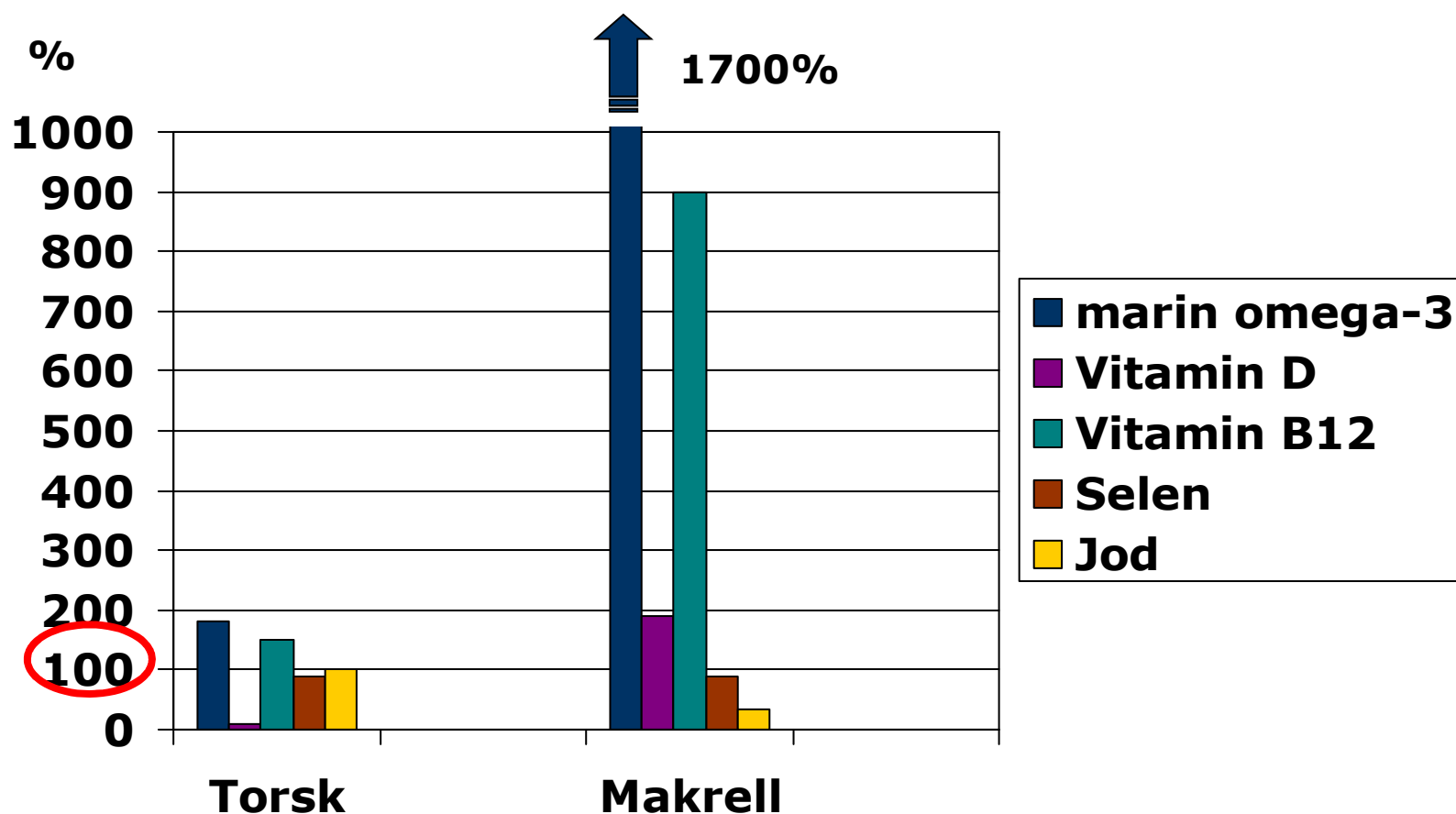
1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

- Helsepåstander knyttet til sjømat (hvilke påstander er vitenskapelig dokumentert?)
- Kriterier for omega-3 påstander
- Behov for å skille mellom vegetabilsk og marint omega-3?
- Kriterier for bruk av UFA/MUFA/PUFA-påstander



Sjømat – god kilde til næringsstoff som vi finner lite av i andre matvarer

% bidrag ved inntak av 150 gram filet



Helsepåstander ved å spise sjømat regelmessig





Sammendrag fra "helhetssyn på sjømat"

N I F E S

Helsepåstand	Danmark 2003	Storbritannia 2004	EFSA 2005	USA 2006	Norge 2006	Sverige 2007
Hjerte kar	+++	+++	+++	+++	+++	+++
Mental helse	0	i.v	0	+	+	++
Graviditet	+	+	+	+	+	++
Diabetes	i.v	i.v	i.v	0	i.v	i.v
Kreft	0	i.v	0	0	0	0
Fedme	i.v	i.v	i.v	i.v	i.v	i.v
Balansert diett	+++	+++	+++	+++	+++	+++

Nytt område

Økt styrke

+ noe dokumentasjon; ++ dok; +++ etabl dok;

Stort potensiale!

Trenger dokumentasjon på sjømat og ikke ensidig på enkeltstoffer som omega-3 eller vitamin D

Man erstatter ikke fisk med kosttilskudd





- **Omega-3 påstand:** Produktene kan klassifiseres som "kilde til omega-3" og "god omega-3 kilde".
- Grenseverdiene lave
 - omtrent all sjømat kvalifiserer som gode kilder.
 - Blandingsprodukter som fiskepudding likestilles med rene produkter som filet av laks og makrell.



Eksempler på matvarer som vil få omega-3 påstand

N I F E S

Produkt	Kcal/100 g	EPA+DHA mg/100 g	EPA+DHA mg/100 kcal	Kilde 40 mg/100 g og kcal	Høy 80 mg/100g og kcal
Villfange torsk, filet	98	284	290	Ja	Ja
Oppdrettslaks, filet	241	2402	997	Ja	Ja
Fiskepinner	202	142	70	Ja	Nei
Makrell i tomat	270	2731	1011	Ja	Ja
Fiskepudding	114	113	100	Ja	Ja
Litago n-3	86	100	116	Ja	Ja
Baker Hansen familiebrød	244	250	102	Ja	Ja

Data hentet fra Sjømatdata (www.nifes.no), www.tine.no, og <http://www.bakerhansenoslo.com/Brod/Familiebrod.html>

- Er det hensiktsmessig at forbrukeren skal tro at laks og fiskepudding inneholder like mye marin omega-3?
- Er intensjonen med regelverket at produkter som er tilsatt marin omega-3 skal likestilles med fet fisk?
- Kan dette åpne opp for at matvarer med dårligere ernæringsmessig sammensetning enn yoghurt og grovbrød likestilles med fet fisk med hensyn til innhold av marine omega-3 fettsyrer?



Foto: <http://www.bakers.no/brod/naturlig-sunt/omega3>



Produkt	Analyse-ID	MUFA Claim	PUFA Claim	UFA claim
Makrell, filet	98	Nei	Nei	Nei
Regnbueørret	315	Nei	Nei	Nei
Laks, filet	308	Nei	Nei	Nei
Torskefilet i olje	10888	Nei	Ja	Ja
Makrellfilet i olje	19489	Ja	Nei	Ja
Tunfisk i olje	1468	Ja	Nei	Ja
Fiskeburger McDonalds	2720	Nei	Nei	Ja

Data hentet fra "Testing tool for nutrition claims"

- favoriserer bearbejdede produkter tilsatt olje, fremfor rene produkter som naturlig har en gunstig sammensetning av både fettsyrer og andre næringsstoffer.
- favoriserer friturestekt mager fisk framfor laksefilet.
- Ut i fra de utfordringene vi har i dag med hensyn på kostholdsrelaterte livsstilssykdommer, vil ikke de foreslåtte kriteriene hjelpe forbrukeren til å velge de ernæringsmessige beste produktene.



Foto: Google bilder

- Vegetabilsk og marin omega-3:
Vi synes det er fornuftig å skille mellom vegetabilsk omega-3 og marin omega-3.
- Det er viktig at vi får i oss begge typene omega-3 fettsyrer, men det er de marine omega-3 fettsyrene som har den best dokumenterte helseeffekten.



Foto: Google bilder



Brød og laks

"Hvis den nye merkingen innføres i Norge framstår yoghurt og brød med tilsetning av oljer som like rike på Omega 3 som oppdrettslaks og makrell i tomatsaus.

Dette til tross for at fisken inneholder ti ganger mer Omega 3-fettsyrer enn tilsetningsproduktene."

Brød og laks

"Hvis den nye merkingen innføres i Norge framstår yoghurt og brød med tilsetning av oljer som like rike på Omega 3 som oppdrettslaks og makrell i tomatsaus.

Dette til tross for at fisken inneholder ti ganger mer Omega 3-fettsyrer enn tilsetningsproduktene."

Brød og laks

"Hvis den nye merkingen innføres i Norge framstår yoghurt og brød med tilsetning av oljer som like rike på Omega 3 som oppdrettslaks og makrell i tomatsaus.

Dette til tross for at fisken inneholder ti ganger mer Omega 3-fettsyrer enn tilsetningsproduktene."



NEWS HEADLINES

[Research](#)[Industry](#)[Regulation](#)[Consumer Trends](#)

ON YOUR RADAR

[Health claims](#)[Omega-3](#)[Hot topics](#)[Weekly comments](#)[January 2010](#)[December 2009](#)[Previous months](#)

NEWS HEADLINES > REGULATION

[Share](#)[AA Text size](#)[Print](#)[Email this page](#)[News by email](#)

Scientists protest as EC validates omega-3 labelling rule

The scientists said the regulation would favour non-marine sourced omega-3 oils which could more cheaply be added to products but which did not deliver the same heart health benefits.

Parliament, after the EC backed the regulation.

The group of 21 international leading omega-3 scientists said the rule, which does not discriminate between plant and marine-sourced omega-3 sources for product labelling, called the regulation an "insult".

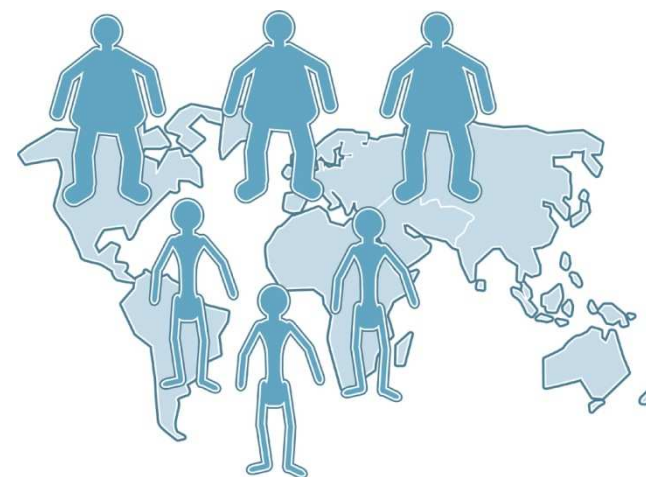
"This is an insult to consumers. It is a defeat for public health. It is also a denial of science," said Professor Jack Winkler, one of the signatories to last week's petition and director of the nutrition policy unit at London Metropolitan University.

"Despite a petition from 21 of the world's leading nutrition scientists, we understand that the European Commission last Thursday voted for scientifically flawed regulations that would allow food and supplement manufacturers to put cheap plant oils in their products and imply that they have the same proven benefits for human health as fish oils," he continued.

"We understand that there were 48 abstentions, including the UK representative, which gives us hope that common sense will prevail when we take our fight to the European Parliament. MEPs will now have the right to scrutinise the regulations, and we will be asking them not to approve this deception of EU residents."

Kritikk fra de 22 forskerne:

- Daglig anbefalt inntak på 250 mg er mindre enn halvparten av det nivået som de fleste forskermiljøer og myndigheter anbefaler (>500 mg).
- Uenig i at ALA (alpha-linolenic acid) omdannes til EPA (eicosapentaenoic acid) og/eller DHA (docosahexaenoic acid).
- Mener det finnes nok dokumentasjon til å påstå en positiv helseeffekt av omega-3 fettsyrer på kognitiv helse.
- Bør også ta høyde for forholdet mellom omega-3 og omega-6 i et generelt vestlig kosthold.





Takk for oppmerksomheten!



Foto: NIFES