

Vastaus kirjalliseen kysymykseen KKV 21/2017 vp

Vastaus kirjalliseen kysymykseen transrasvojen käytöstä Suomessa

Eduskunnan puhemiehelle

Eduskunnan työjärjestyksen 27 §:ssä mainitussa tarkoituksessa Te, Arvoisa puhemies, olette toimittanut asianomaisen ministerin vastattavaksi kansanedustaja Kari Kulmala /ps näin kuuluvan kirjallisen kysymyksen KK 21/2017 vp:

Onko hallitus tiedostanut transrasvojen vaarallisuuden ja aikooko hallitus kieltää kokonaan transrasvojen käytön tai rajoittaa sitä?

Vastauksena kysymykseen esitän seuraavaa:

Transrasvat sisältävät transrasvahappoja. Kemialliselta rakenteeltaan ne ovat tyydyttymättömiä rasvoja, mutta muista tyydyttymättömistä rasvoista poiketen olomuodoltaan kiinteitä. Elimistössä transrasvat vaikuttavat tyydyttyneiden rasvojen tavoin. Teollisen prosessin tuloksena syntyneen transrasvan vaikutukset elimistössä on useissa tutkimuksissa todettu haitallisemmiksi kuin tyydyttyneen rasvan. Teolliset transrasvat laskevat hyödyllisen HDL-kolesterolin ja kohottavat haitallisen LDL-kolesterolin arvoja ja heikentävät niiden välistä suhdetta. Lisäksi transrasvat lisäävät elimistön LDL-kolesterolin hapettumista, mikä on valtimonrasvoitumistaudin alkuvaihe. Transrasvojen käyttö lisää sydäntautien riskiä enemmän kuin mikään muu ravintoaine energiaa kohden tarkasteltuna.

Transrasvaa syntyy teollisen prosessin tuloksena sekä luontaisesti märehitijöiden aineenvaihdunnassa. Märehitijöistä peräisin olevaa transrasvaa on maitotuotteissa sekä naudan, lampaan ja vuohen lihassa. Teolliset ja märehitijöistä peräisin olevat transrasvat eroavat toisistaan rakenteeltaan ja vaikutuksiltaan.

Sekä kansainvälisten että kansallisten ravitsemussuositusten mukaan kovien rasvojen (tyydyttyneet rasvat ja transrasvat) saannin tulee olla alle 10 % kokonaisenergiansaannista (E %). Suomen kansallisten ravitsemussuositusten (2014) mukaan tyydyttyneiden rasvojen saannin tulisi olla alle 10 E % ja transrasvojen saannin niin vähäistä kuin mahdollista. Maailman terveysjärjestö WHO:n suosituksen mukaan transrasvan päiväsaanti tulisi olla enintään 1 E % (enintään 2.2 g vuorokaudessa).

Euroopassa Tanska (2003), Sveitsi (2008), Itävalta (2009), Islanti (2011), Unkari (2013) ja Norja (2014) ovat kansallisella lainsäädännöllä rajoittaneet transrasvan määrää elintarvikkeissa pääsääntöisesti niin, että transrasvan osuus tulee olla enintään 2 g/100g rasvan kokonaismäärästä.

Suomessa transrasvan määrälle ei ole lainsäädännössä asetettu rajaa, koska suomalaisten transrasvan saanti alittaa reilusti WHO:n suosituksen. FINRAVINTO 2012 -tutkimuksen mukaan suomalaisten transrasvojen päiväsaanti oli 0,43 E % (noin 1 g vuorokaudessa). Vastaavasti tyy-

Vastaus kirjalliseen kysymykseen KKV 21/2017 vp

dyttyneen rasvan saanti oli keskimäärin 14 E% (suositus 10 E %). Transrasvan saanti on pysynyt vuosien ajan samalla tasolla, mutta tyydyttyneen rasvan saanti on kasvanut.

Suomessa transrasvan alhainen saanti johtuu osaltaan siitä, että suomalainen margariiniteollisuus muutti jo 1990-luvulla kasviöljyjen kovetusmenetelmänsä vaihtoesteröintiin, jolloin transrasvahappoja ei muodostu. Myös muiden rasvaa sisältävien elintarvikkeiden transrasvapitoisuudet ovat vähentyneet. Suomalaisten transrasvojen saannista noin 60 % tulee lihasta ja maidosta ja vain noin 40 % ravintorasvoista ja muista prosessoituista elintarvikkeista. Elintarvike-turvallisuusvirasto Evira on selvittänyt eri elintarvikkeiden transrasvapitoisuuksia useissa tutkimuksissa. Pohjoismaisessa vertailussa transrasvojen saantimme on kaikkein alhaisinta. Suomalaisten ruokavaliossa rasvojen osalta ongelmana ei ole transrasva vaan tyydyttyneen rasvan liian suuri saanti.

Elintarviketietojen antamisesta kuluttajille annettu Euroopan parlamentin ja neuvoston asetus (EU) N:o 1169/2011 (elintarviketietoasetus) velvoitti Euroopan komission laatimaan raportin transrasvojen esiintymisestä elintarvikkeissa ja eurooppalaisessa ruokavaliossa. Raportissa tuli arvioida erilaisia keinoja, joiden avulla kuluttajat voisivat tehdä terveellisempiä valintoja tai joilla voitaisiin edistää terveellisempien elintarvikkeiden tarjoamista kuluttajille. Raportissa tuli ottaa kantaa myös transrasvoja koskevien tietojen antamiseen kuluttajille tai niiden käytön rajoittamiseen. Komission tutkimuslaitos Joint Research Centre (JRC) teki selvityksen komission raportin taustaksi. Jäsenvaltioita pyydettiin keväällä 2014 vastaamaan kyselyyn, jolla kerättiin tietoja raportin taustaksi. Suomen vastaus kyselyyn valmisteltiin maa- ja metsätalousministeriön johdolla.

Komission raportti julkaistiin joulukuussa 2015. Raportissa esitettiin alustavana päätelmänä, että raja-arvojen asettaminen teollisille transrasvoille olisi tehokkain tapa kuluttajien terveyden suojelemiseksi. Komission raportti löytyy verkosta:

http://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/labelling_legislation/trans-fats_en.

Elintarvikkeesta annettavista tiedoista säädetään elintarviketieasetuksessa. Elintarvikkeiden valmistuksessa käytetyt rasvat ilmoitetaan pakkauksessa ainesosaluettelossa. Jos käytetään kovetettua öljyä, se on mainittava. Elintarvikkeen ravitsemuksellinen koostumus käy ilmi ravintoarvomerkinästä, joka on pakollinen lähes kaikissa elintarvikkeissa. Ravintoarvomerkinäissä ilmoitetaan rasvahappojen kokonaismäärä sekä tyydyttyneiden rasvahappojen määrä. Lisäksi on mahdollista ilmoittaa kertatyydyttymättömien ja monitydyttymättömien rasvahappojen määrät. Transrasvahappoja ei ravintoarvomerkinäissä ilmoiteta.

Suomessa transrasvojen päiväsaanti (1 g/vrk) alittaa reilusti WHO:n rajan (enintään 2,2 g/vrk), minkä takia ravitsemuksen ja lääketieteen asiantuntijat eivät ole pitäneet transrasvaa sellaisenaan terveysvaarana, että olisi ollut tarvetta rajoittaa sen määrää kansallisin säädöksin taikka säätää sitä määrää ilmoitettavaksi elintarvikkeiden pakkauksissa. Kun Euroopan komissio ryhtyy transrasvoja koskevan raportin pohjalta jatkotoimenpiteisiin, Suomi osallistuu tähän työhön aktiivisesti. Lähtökohtaisesti Suomen viranomaiset pitävät enimmäismäärän asettamista elintarvikkeiden transrasvapitoisuudelle parempana vaihtoehtona kuin pakollisia merkintöjä.

Vastaus kirjalliseen kysymykseen KKV 21/2017 vp

Epäterveellisen ruokavalion aiheuttamat kulut yhteiskunnalle sekä yksilölle koitua henkilökohtainen kärsimys vaatii aktiivisia toimenpiteitä hallitukselta. Hallitus pitää tärkeänä, että toimenpiteet kohdennetaan siten, että ne vaikuttavat. Suomalaisten ruokavalion suurimmat heikkoudet ovat liian suuri tyydyttyneen rasvan saanti, liian runsas suolan saanti sekä liian vähäinen kasvis-ten ja hedelmien kulutus.

Helsingissä 24.2.2017



Maatalous- ja ympäristöministeri Kimmo Tiilikainen