



Nemzeti
Sócsökkentő
Program

Egészséges Táplálkozás Transzsírsavak-hatályos a transzsírsav-rendelet!

Dr. Martos Éva

Országos Élelmezés- és
Táplálkozástudományi Intézet

*V. Jubileumi Népegészségügyi Konferencia
Budapest, 2014. február 20.*

Kiemelt táplálkozási kockázati tényezők

1. Só ↑

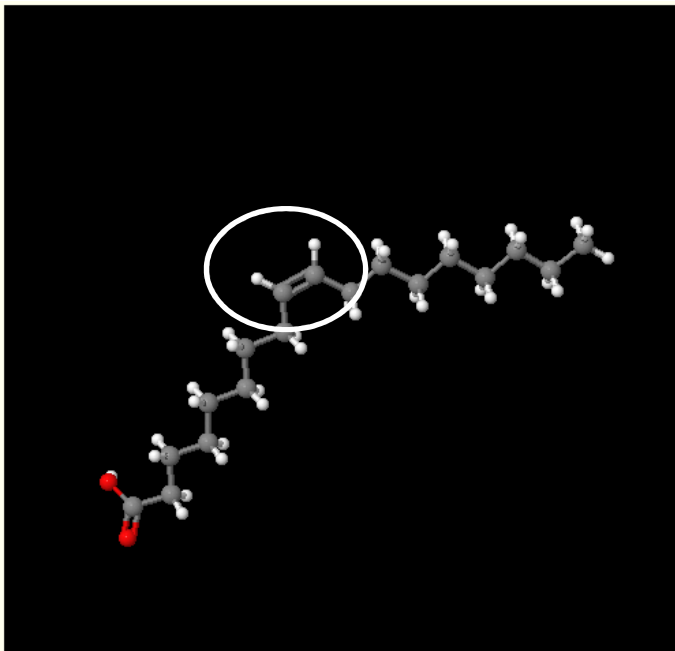
2. Telített zsírok ↑

3. Transz-zsírsav ↑

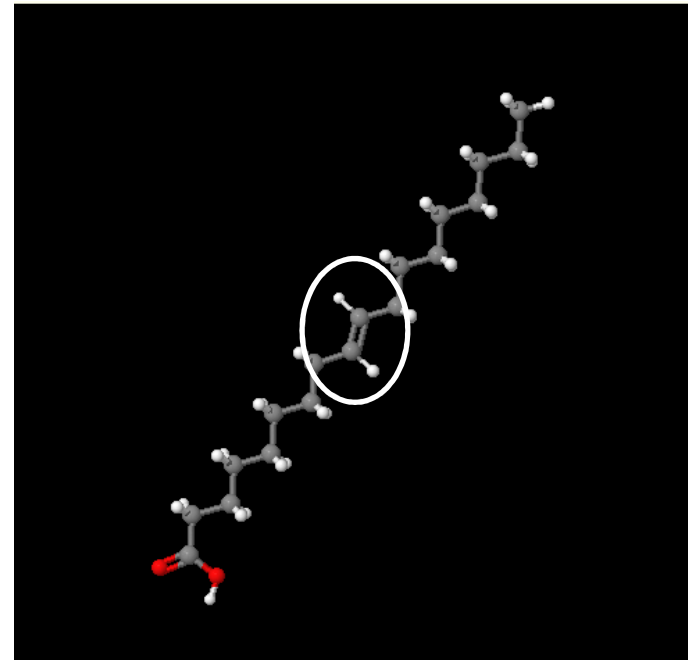
4. Cukor ↑

Cisz és transz szerkezet

olajsav a *cisz* - izomer.



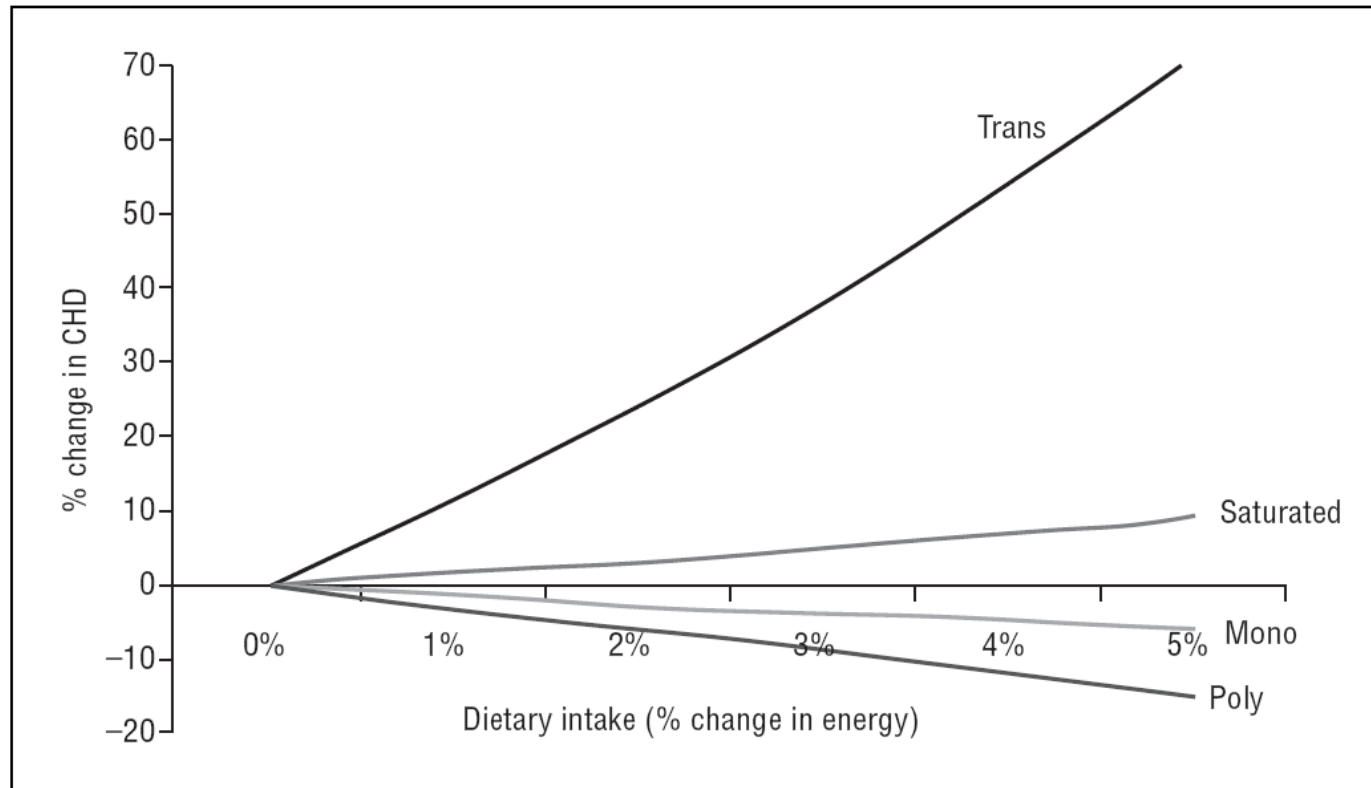
Elaidinsav a *transz* - izomer



iTFA

- Természetben nem fordul elő, ez emberi szervezetben nem termelődik
- Fogyasztására élettani szempontból nincs szükség
- Eliminálható anélkül, hogy kedvezőtlenül befolyásolná az élelmiszer ízét, árát, kínálatát
- Nincs biztonságos szint! (EFSA, WHO)

CHD rizikó és TFA



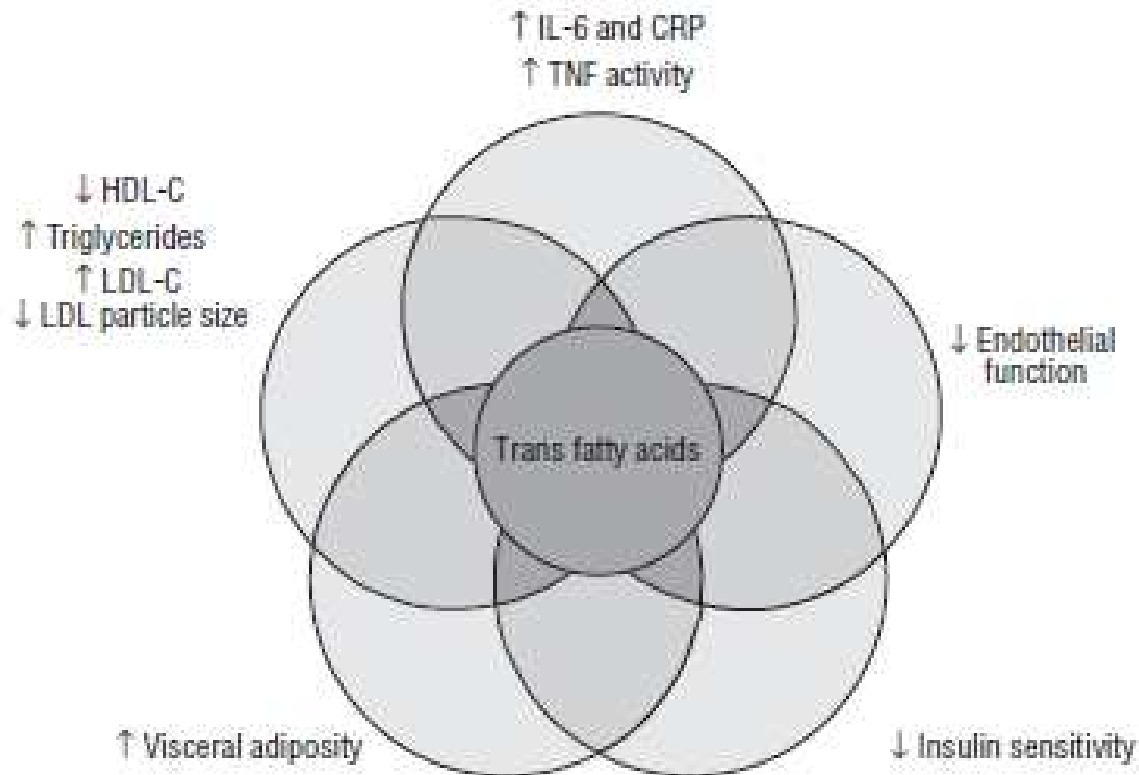
Trans fatty acids, cardiovascular health, and policy implications



Clin Invest Arterioscl. 2010;22(Supl 2):14-15



Az iTFA kórélettani hatása

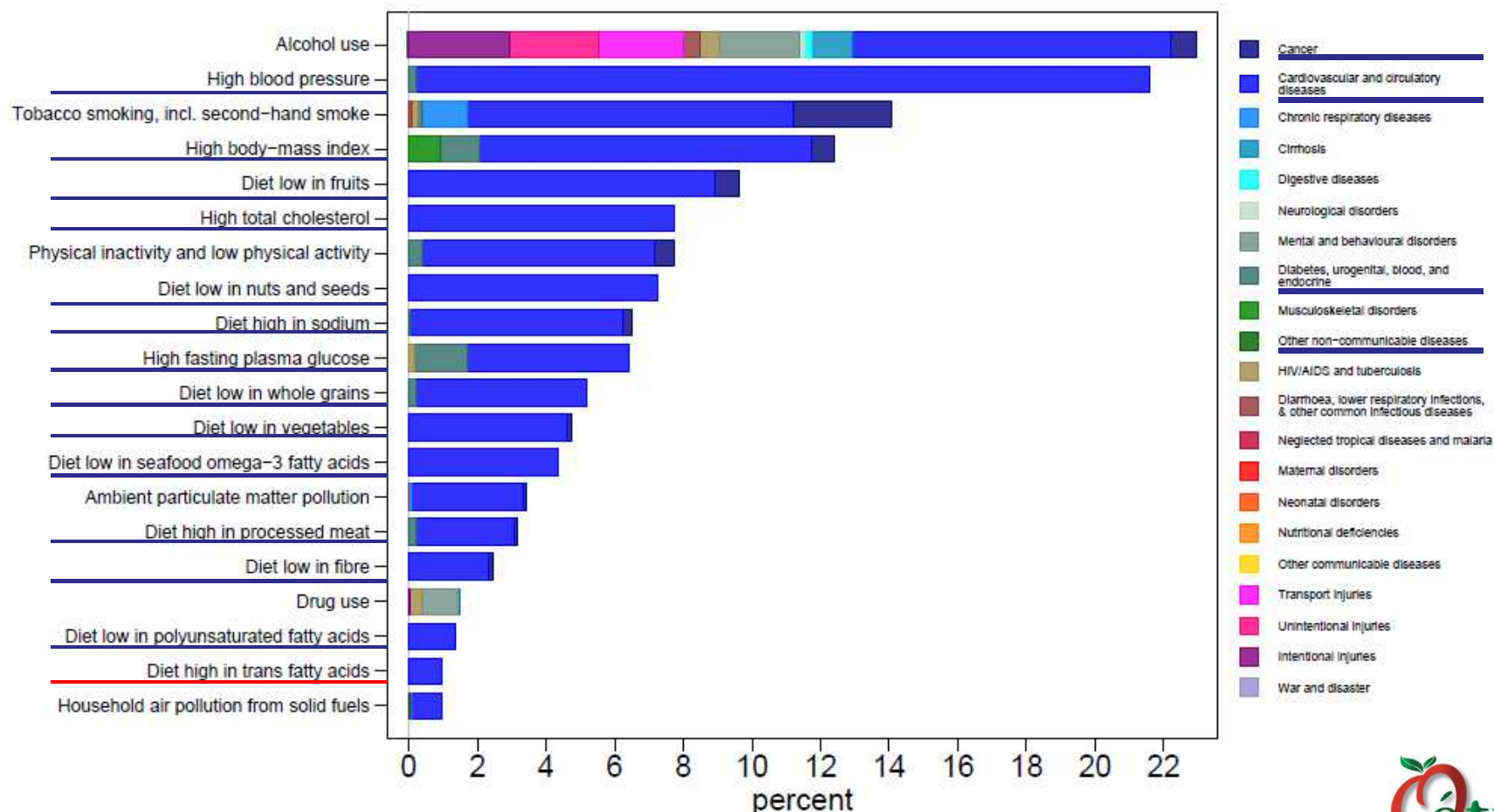


Betegségek és az iTFA

- Szív- és érrendszeri betegségek
(szívinfarktus, agyvérzés)
- Cukorbetegség
- Érelmeszesedés
- Gyulladásos folyamatok
- Egyes daganatos betegségek
- Hasi elhízás
- Alzheimer kór
- Meddőség

A betegségben töltött évekekért felelős 20 legfőbb kockázati tényező (Kelet-Európa, 2010)

Web Figure 1: Percent of Eastern Europe DALYs, 2010



Lim S et al.: A comparative risk assessment of burden of disease and injury attributable to 67 risk factors and risk factor clusters in 21 regions, 1990–2010: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2010. Lancet, 2012. 380: 2224–60





Ipari zsiradékok


Kereskedelmi forgalomból származó élelmiszerek transz-zsír-sav tartalma ABC sorrendben

Firefox | Országos Élelmezés- és Táplálkozástudom... | tfa - tfa.pdf | tfacsop - tfacsop.pdf

www.oeti.hu/download/tfa.pdf

Kedvencek | OÉTI | Hírstart | Hírkereső | Gmail | Keresés | Google Naptár | Google Térkép | Google Fordító | Picasa | JUVENTUS | Intranet | Könyvtelők

Oldal: 2 összesen: 60 | Automatikusan nagyítás

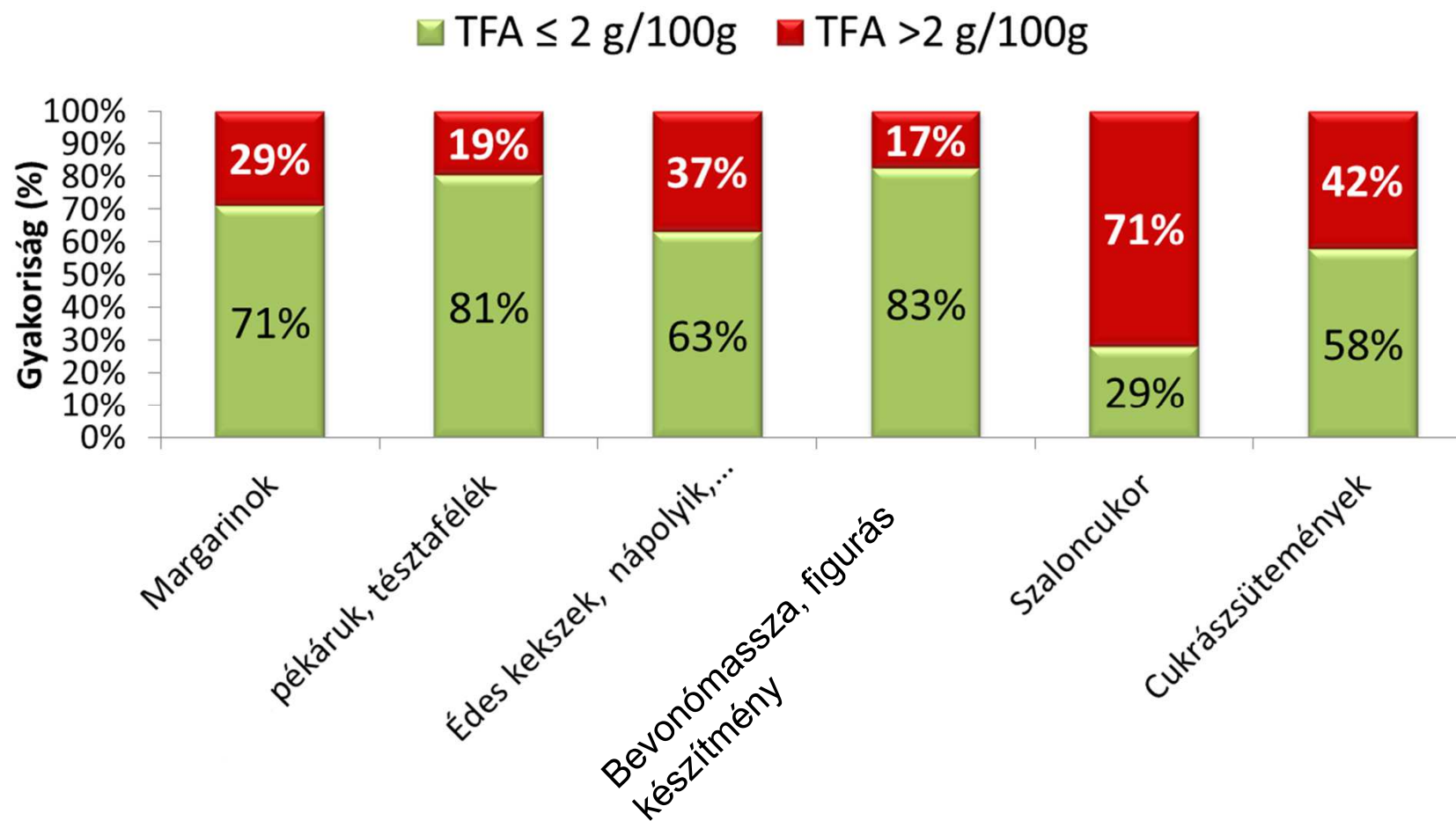

Élelmiszerek transz-zsír-sav tartalma

Termék neve; Gyártó/Forgalmazó	1 adag tömege [g]	TFA [mg/adag]	Zsirtartalom [g/100g]	TFA [mg/100g termék]	TFA [g/100g zsír]
7 Days Mini Croissant kakaókrémmel; Chipita Hungary Kft.	65	352	26,3	540	2,1
Állatfigurás mártott keksz; Édes Világ 2003. Kft. (2012)	-	-	18,7	335	1,8
Almás pite; McDonald's	85	60	14,8	71	0,5
Americana Epres krémmel töltött tejtábla (Bonbonetti)	-	-	31,9	808	2,5
Americana Földimogyoróval dúsított kakaós tejtábla (Bonbonetti)	-	-	33,8	65	0,2
Andante - Csokoládé ízesítésű krémmel töltött kakaós ostya; I.D.C. Holding(2011)	-	-	32,0	0	0,0
Ani Big banán ízű krémmel töltött keksz (Hungaro-Impex)	-	-	13,6	48	0,4
Apróka (Party sütemény) kakaós vajás töltelékű piskóta csoki bevonattal	-	-	17,4	385	2,2
Argon Industry Kft - Zselés szaloncukor Kakaós étbevonó masszával mártva (2011)	-	-	7,44	207	2,8
Aro Barackmag; Urbán és Urbán Kft.	-	-	23,9	140	0,6
Aro Baromfi fasírt	-	-	18,1	26	0,1
Aro Chips hagymás tejfölös	-	-	35,0	175	0,5

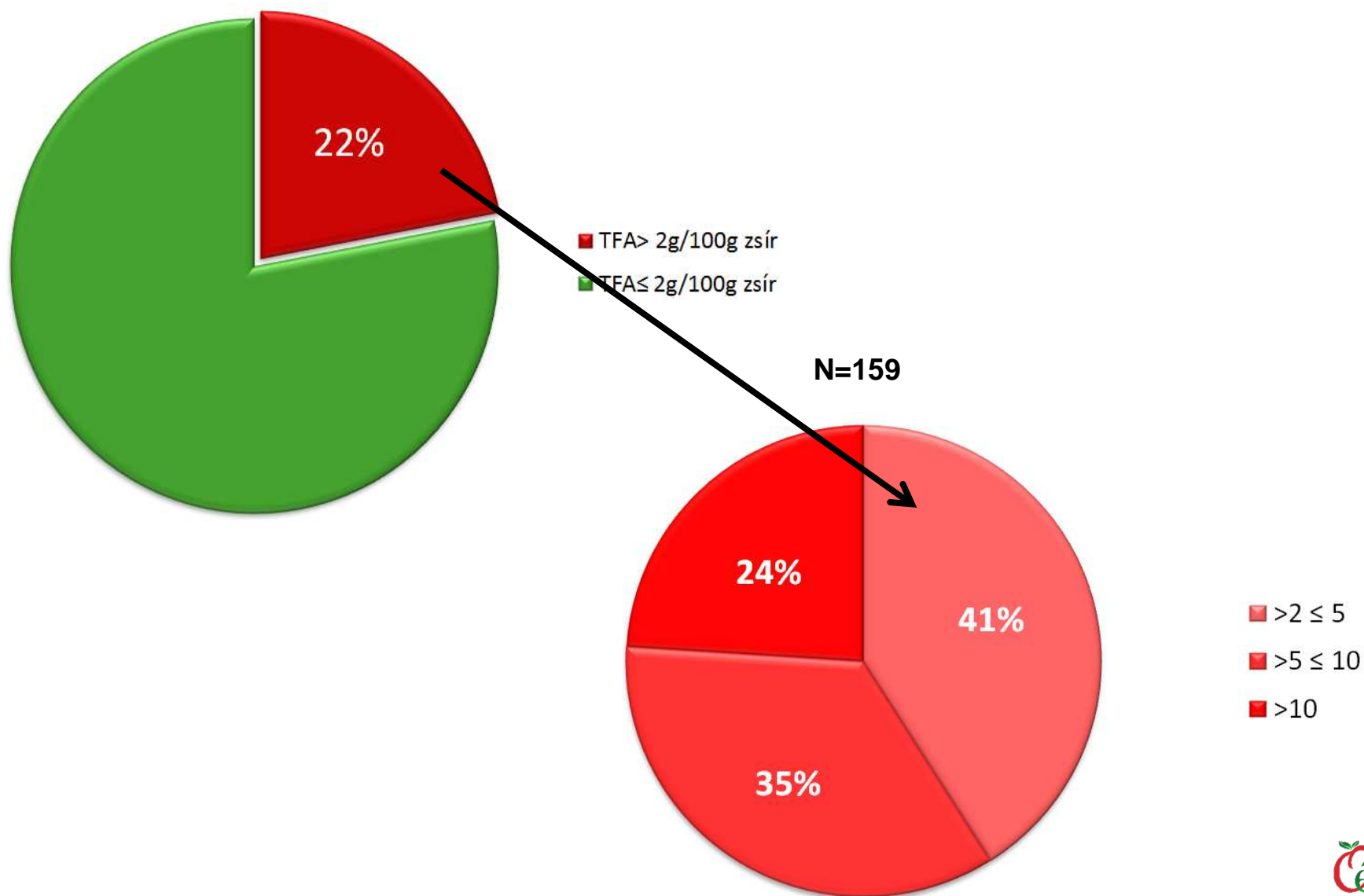
2/60 | Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet | 2013. február 19.

Start | Beérkezett ... | Szűrőbusz ... | <http://www.oeti.hu/download/tfa.pdf>

A > 2g/100 g zsír TFA-tartalmú termékek megoszlása főbb termékkategóriák szerint



A vizsgált élelmiszerek TFA tartalom szerinti megoszlása (N=820)



TFA mentes termékek aránya a különböző beavatkozásokat követően 2005-2012

<i>Beavatkozás</i>	<i>Élelmiszer kategória</i>	<i>TFA mentes termékek aránya %</i>
Nemzeti TFA tiltás	mind	csaknem 100
Kötelező TFA jelölés önkéntes korlátozással	margarinok és zsírok	0-62
	sütőipari termékek	25-100
	éttermi ételek	50-100
	átlag	76
Kötelező TFA jelölés	margarinok és zsírok	67-79
	gyorséttermi ételek	80
	élelmiszerek (supermarket)	95
	sütőipari termékek	42-77
	édességek	40-100
Önkéntes vállalás	éttermi sütőolajok	45

Az emberi erőforrások minisztere 71/2013. (XI. 20.) EMMI rendelete az élelmiszerekben lévő transz-zsírsavak megengedhető legnagyobb mennyiségéről, a transz-zsírsav tartalmú élelmiszerek forgalmazásának feltételeiről és hatósági ellenőrzéséről, valamint a lakosság transz-zsírsav bevitelének nyomon követésére vonatkozó szabályokról

A TFA megengedett maximális mennyisége, ha az élelmiszer zsírtartalma:

<20%	2 g
3-20%	4 g
<3%	10 g

Az OÉTI...

- a végső fogyasztó számára értékesített élelmiszer transz-zsírsav tartalmára vonatkozó mérési adatokból adatbázist alakít ki,
- felmérést készít a lakosság transz-zsírsav beviteléről,
- figyelemmel kíséri a végső fogyasztó számára értékesített élelmiszerek összetételének az e rendeletben foglalt követelményekkel összefüggő változását,
- felmérő jelleggel laboratóriumi vizsgálatokat végez az élelmiszerek transz-zsírsav tartalmára vonatkozóan.

Várható egészséghatás

**Magyarországon
3000-6000 szív- és érrendszeri halál
megelőzése évente!**

Transzsír Kontroll –OÉTI védjegy



SZELLEMI TULAJDON
NEMZETI HIVATALA
Budapest V., Garibaldi utca 2.
Postacím: 1374 Budapest, Pf. 552
Telefon: 312 4400

<u>Iktatószám</u>	<u>Iktatás dátum</u>	<u>Iktatás</u>	<u>Iktatta</u>
1320502	2013.05.29.		Káldi M.

P.fdat: Védjegy / Bejelentés*

Ügyszám: **M1301481**

Ügyiratszám: **M1301481 / 1**

Ügyintéző: Urbánné Kelemen Márta

Benyújtó: OÉTI

Képviselő:

Tárgy: TRANSZSÍR KONTROLL/ÁBRÁS

Benyújtott iratok:

Bejelentési kérelem	(db)	1
Lenyomat	(db)	1
Melléklet	(db)	1



Köszönöm a figyelmet!