



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

## Začne Česko regulovat obsah škodlivých trans-mastných kyselin v potravinách? Na co čekáme?

Tuky v potravinách mohou obsahovat zvláštní formu mastných kyselin (MK), kterým říkáme trans-MK. Přirozeně se vyskytují v tučných přežvýkavcích (např. v másle). Jejich malé množství organizmus člověka ještě zvládne. Co ale nezvládne, je vysoký obsah v částečně ztužených tučích, které byly vyrobeny starými technologickými metodami. Pokud je člověk delší dobu zařazuje do svého jídelníčku, může očekávat zdravotní problémy různého charakteru, od reprodukčních problémů až po onemocnění srdce a cév, na které ještě pořád předčasně umírá značná část naší populace. Ví se o tom již dlouho. Proto některé země začaly zavádět národní limity obsahu trans-MK v tučích do národní legislativy. Okolo Česka jsou limity zavedeny v Rakousku a Maďarsku. Úplně nově zavádí limity i Slovinsko. Německo, Slovensko a Polsko zatím limity nemá. EU by měla oznámit svůj další postup na podzim tohoto roku. A co uděláme my v Česku? Naplníme naší pasivitou zlidovělé rčení o tolik zmiňovaném "odpadkovém koši"? Jen na léčbu nemocí srdce a cév vynakládají naše zdravotní pojišťovny ročně přes 20 miliard Kč.

### Jaká je situace v Česku?

Situace s obsahem *trans-MK* v potravinách se v Česku začala zlepšovat. Určitě k tomu přispělo zavedení nových technologií při ztužování rostlinných tuků. Spotřebitel si tak kupuje různé ztužené tuky (margariny) s velmi nízkým obsahem *trans-MK*. Současně se však při výrobě potravin pořád legálně používají částečně ztužené tuky, kde může být obsah *trans-MK* dokonce až v desítkách procent. Sníme je většinou v různém pečivu a cukrářských výrobcích. Nesmí (!) se značit na štítku potraviny. Spotřebitel se tak nic nedozví a podle chuti to prakticky nepozná, pokud není trénovaný degustátor. A to není fér! Tato "mezera" by měla být rychle zaplněna. SZÚ ve svých výzkumech popsalo odhad expozice. Měřeno prostřednictvím složení tuku mateřského mléka se situace za posledních 10 let zlepšila 3-4x. Analýza prokázala, že ve srovnání s roky 2002 a 2007, kdy bylo naměřeno 4,2 - 3,8 % *trans-MK* v tuku mateřského mléka, došlo v roce 2017 ke snížení na průměrnou hodnotu 0,9 %. Zhruba stejné množství *trans-MK* pak odvozujeme pro tuk v obvyklé české dietě. Limit rozšířený v zemích EU stanovuje maximální koncentraci *trans-MK* v tučích na 2%. Nelze vyloučit, že zhruba 1-5% naší populace (0,1 - 0,5 milionu osob) má bohužel ještě přívod vyšší. Z hlediska prevence by se nad tím rozhodně nemělo mávat rukou.

### Které země již přijaly národní limity?

Země, které již přijaly (nebo navrhly) národní limity pro obsah *trans-MK* v tučích, s výjimkou přirozeného výskytu v potravinách, jsou: Dánsko (2002), Švýcarsko (2008), Rakousko (2009), Norsko (2008), Island (2010), Švédsko (2011, návrh existuje, ale čeká se na závěry EU), Maďarsko (2013), Litva (2017) a Slovinsko (2017). Neuvádíme některé další země světa. Řada z nich nemá přímý limit, ale povinné značení, které nyní v EU neexistuje (naopak se na štítku uvádět nesmí!).

### Na co čekáme?

To není úplně jasné. Existují argumenty proti zavedení legislativního omezení? Jaké? Pojďme o nich veřejně diskutovat, jsou-li skutečně relevantní. Pokud EU sama nenavrhne harmonizovanou legislativu pro *trans-MK* v roce 2017, je rok 2018 ideální pro přijetí národních limitů shodných s limity v dalších zemích EU. Pracovat



se na tom ale musí již nyní. Zdravotníci s tím v principu asi budou souhlasit, spotřebitelé ve vlastním zájmu nejspíše také. Pokud bude existovat limit, nemusí se na štítku potravin logicky nic značit. Co na nový národní limit říkají potravináři, kteří reformulací některých potravin přispěli ke snížení zdravotních rizik?

J.Ruprich

CZVP SZÚ Brno, 9.11.2017