



2005-04-15

Kravet kvar:

Bort med alla härdade fetter ur maten!

Med anledning av Expressens artiklar 14/4-2005:

- Giftigt fett i hundratals matvaror
- Här finns det giftiga fett
- "Bra att ni tar upp det här"

Så länge producenterna inte uppger mängden industriellt transfett i de härdade fetterna i innehållsförteckningen, finns bara en lösning – ta bort de härdade fetterna helt!

Alla transfetter anses inte vara lika farliga enligt forskare

Förvirring om transfetter utnyttjas av industrin för att vilseleda konsumenter och för att kunna använda billigare råvaror, men alla transfetter anses inte vara lika farliga enligt forskare.

Det animala fett som produceras av idisslare, kor t ex, och som finns i smör, grädde, mjölk och kött och det transfett som finns där är lika naturligt som det mättade fett, som det ingår i. Men det uppges ofta med avsikt att förvirra, att det ”också ingår transfetter i de animaliska fetterna”. Men det är som att jämföra smör med margarin, båda kan bredas på bröd, men de är inte samma sak.

Skillnad på naturliga och industriellt framställda transfetter

De naturliga transfetterna behöver vi inte oroa oss för mer än att oroa oss för det totala fettintaget. Det industriellt framställda transfettet ser helt annorlunda ut molekylärt och uppges av vissa forskare vara 10 gånger farligare än de härdade fetter de ingår i, som i sig är en onaturlig produkt framtagen på ett synnerligen osmakligt sätt, med lösningsmedlet hexan och nickel som katalysator, (läs mer under avsnittet om [margarinframställning](#) på vår hemsida). Det är därför vi så intensivt driver frågan om att ta bort helt och hållet de delvis härdade eller härdade fetterna ur vår kost. Man gjorde det ju för margarin för ett antal år sedan och ”skyllde då på opinionen”. Det får man gärna göra nu också.

Opinionen, konsumenterna, som ska äta upp de här riskfyllda ingredienserna, utan att få veta om att de ingår i våra livsmedel, har gott stöd av ett flertal forskare, t ex i en rapport Danska Näringsrådets transfettgrupp: [The influence of trans fatty acids on health](#) (pdf, se sid 27). Se också mera i faktamaterialet som hänvisas till i resolutionsförslaget som just diskuteras på TACD-mötet i Washington 17-19 april 2005.

Kampanj mot härdade fetter

Sveriges Konsumenter i Samverkan har drivit i mer än 10 år en kampanj för att få stopp på de härdade fetterna och därigenom de industriellt framställda transfetterna i maten. Att de försvann från större delen av margarineerna för många år sedan var ju bra, men varför smyga in dessa fetter i allt från bröd till pulversoppor? Måste man bli av med restprodukter kanske? Eller är det billiga råvaror man måste ta till i konkurrensen om marknadsandelar? På konsumenternas bekostnad! Den konkurrensen betackar vi oss för.

Svensk representant i Washington DC

SKIS ordförande Bengt Ingerstam deltar som svensk konsumentrepresentant i mötet i Washington där både USAs jordbruksminister och EUs konsumentkommissionär deltar och diskuterar dessa frågor, samt GMO-frågan, med de samlade konsumentorganisationerna från både USA och Europa. Trycket är alltså hårt.

– Är det inte dags att industrin börjar förstå att vi konsumenter har en demokratiskt lagstadgad rätt att få veta vad det är vi stoppar i oss och dessutom betalar för, likaväl som vi inte borde hindras i våra ansträngningar att leva hälsosamt och därigenom minska de enorma sjukvårdskostnaderna som Sverige dras med? frågar Bengt Ingerstam förhoppningsfullt inför resan.

För mera fakta se:

- [Läs rapporterna direkt från TACD-mötet](#)
- [Härdade fetter i livsmedel – nyheter och pressröster](#)
- [Sveriges konsumenter i Samverkan granskar fettindustrin](#)
- [Rapport av Danska Näringsrådets transfettgrupp \(pdf, se sid 27\): The influence of trans fatty acids on health](#)