

Motion till riksdagen 2005/06: MJ588

av Ingegerd Saarinen och Jan Lindholm (mp)

Härdade fetter i livsmedel

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad i motionen anføres om att följa det danska exemplet och kraftigt begränsa eller helst helt förbjuda användningen av härdat fett i livsmedel.

Motivering

Härdade fetter är skadliga för människors hälsa men praktiska att använda i livsmedelsindustrin. Många halvfabrikat som industribakat bröd, såser, glass och kakor innehåller härdat fett i stället för naturligt, nyttigt fett som kallpressad olja eller smör. Miljöpartiet anser att folkhälsan är viktigare än industrins intresse. Därför bör härdat fett inte längre få förekomma i livsmedel.

Härdat fett är flytande fett som gjorts fast genom kemisk behandling med bl.a. nickelspån, vätgas, värme och tryck i reaktorer. De flesta vegetabiliska fetter är nämligen flytande. När de härddas får livsmedelsindustrin ett billigt, fast fett som är lättare att använda än flytande. Det härdade fett gör att kexen och pulversåsen håller längre i affärerna, och mindre behöver kasseras. Tyvärr ändrar härdningen fettets egenskaper på flera sätt. Från att ha varit nyttigt för människor i sin flytande grundform blir det direkt skadligt. Många näringsämnen försvinner också när oljorna behandlas kemiskt. Den som äter mycket s.k. transfetter, vilka uppkommer i härdningsprocessen, ökar risken att drabbas av bl.a. hjärtsjukdom, insulinresistens och försämrat immunförsvar. En ammande mamma som äter mycket transfetter riskerar att hennes barn får sämre mjölk. Transfetter kan också orsaka fosterskador. De naturliga transfetterna lagras in i våra cellväggar och gör dem stelare. Enkelt uttryckt gör de så att vi åldras snabbare. Det är viktigt att skilja på naturliga transfetter som kommer från idisslare och de kemiskt framställda. De naturliga transfetterna i smör och animaliskt fett påverkar inte risken för t.ex. hjärtsjukdom.

Experterna är eniga om att industriellt framställda transfettsyror är skadliga. De har heller inga kända goda hälsoeffekter som motiverar att de borde

Fel! Okänt namn på

ätas. Redan i början av 1990-talet uppmärksammades riskerna. Livsmedelstillverkarna slutade använda härdat fett i bordsmargarin vilket gjorde att svenskarnas intag minskade rejält. I Danmark har man gått längre och kraftigt begränsat användningen av transfetter. Högst 2 % av fettmängden i livsmedel som produceras i landet får vara transfettsyror sedan 2003. Även det amerikanska jordbruksdepartementet varnar för transfettsyror från industrin. Tyvärr är det dock fortfarande tillåtet att använda härdat fett i livsmedel som produceras i Sverige.

Det kräver stor kunskap och tålamod om man vill undvika att få i sig transfetter. Få har väl tid och ork att alltid laga sin mat från rena råvaror. Inte heller kan man begära att vi alla ska lusläsa innehållsförteckningar varje gång vi handlar något halvfabrikat. Många restauranger använder också härdat fett att steka i eller baka på och då är det ännu svårare att undvika dem. Särskilt illa är det om sådana fetter används i mat för barn, t.ex. i skolrestauranger. Den som äter mycket färdiglagat och halvfabrikat riskerar att få i sig mycket transfett. Det är inte rimligt att bara de kunnigaste och mest engagerade människorna ska slippa få i sig skadligt fett som de inte bett om att få i maten.

Mot bakgrund av detta anser Miljöpartiet att det är oacceptabelt att livsmedelsindustrin får fortsätta att använda härdat fett i matvaror. Människors hälsa är mycket viktigare än industrins intresse av ett billigt fast fett. Det härdade fettet behövs inte. Smör och naturliga oljor kan användas i stället. Miljöpartiet föreslår därför att regeringen ska följa det danska exemplet och kraftigt begränsa eller helst helt förbjuda användningen av härdat fett i livsmedel.

Stockholm den 5 oktober 2005

Ingegerd Saarinen (mp)

Jan Lindholm (mp)