

Äldre och gravida varnas för margarin med fytosteroler av Livsmedelsverket

Expressen 3/3 03:

"Äldre och gravida varnas för margarin

Margarin med växtsteroler marknadsförs som bot mot höga blodfetter.

Men nu varnar experter för hälsomaten.

- Äldre samt gravida och ammande kvinnor bör undvika det helt, säger toxikolog Ulf Hammerling.

Växtsteroler och stanoler kan sänka kolesterolhalten i blodet. Och det är ett hett ämne för den växande hälsomatsindustrin.

Hos livsmedelsverket ligger massor av ansökningar från företag som vill tillsätta ämnet i allt från mjölk, yoghurt, korv, bröd, muffins, bullar och kakor till tuggummin och tabletter.

På livsmedelsverket har samtliga ansökningar nu stoppats.

- Om en lång rad livsmedel godkänns kan det leda till en överkonsumtion av växtsteroler. Vi vet inte vilka hälsoeffekter det skulle bli, säger Ulf Hammerling.

Kraftig effekt

Växtsterolerna har en kraftig effekt - som påminner om könshormonet östrogen.

- Och östrogen är inget man stoppar i sig hit och dit. Ammande och gravida kvinnor bör inte äta sådan mat, säger Hammerling.

Dessutom kan växtsterolerna, om de intas i mer än normalrekommendationen en till två gram/dag, hämma upptaget av livsnödvändiga vitaminer, exempelvis A-vitamin.

- För äldre personer som får i sig otillräckligt med näring kan det ha betydelse, och för gravida är det direkt olämpligt, säger Ulf Hammerling.

Myndigheten vill nu begränsa antalet livsmedel som får innehålla växtsteroler.

- Att ha kolesterolsänkande ämnen i kakor och godis är oseriöst. Det ger intrycket av att det skulle vara nyttigt. Och så är det inte, konstaterar Hammerling.

Margarin med växtsteroler och stanoler kan sänka kolesterolhalten i blodet. Men hälsoeffekterna vid en hög konsumtion av livsmedel innehållande växtsteroler är oklara. "Äldre samt gravida och ammande kvinnor bör undvika det helt," säger toxikolog Ulf Hammerling.

Av ANNA BÄSÉN"

=====

Hufvudstadsbladet (Finland) 4/3 03:

"Raisio i margarinkrig med Sverige

Livsmedelsverket i Sverige vill att Raisio sätter en varningsetikett på sitt margarin Benecol. Men den finska margarintillverkaren anser att de svenska myndigheterna är "ute och flaxar".

Det svenska livsmedelsverket kräver hårdare tag mot margarin och annan mat som marknadsförs som bot mot högt kolesterol. Närmare bestämt varnar myndigheterna för mat som innehåller växtsteroler och stanoler, ämnen som kan sänka kolesterolhalten i blodet.

- Äldre och ammande kvinnor bör helt och hållet undvika den här maten, säger **Ulf Hammerling**, toxikolog på livsmedelsverket.

Ansökningar stoppas

I dag finns steroler och stanoler i två margarin som säljs i Finland och Sverige; brittisk-holländska Unilevers margarin Becel pro.active innehåller växtsteroler och Raisios Benecol innehåller stanoler.

Men hos livsmedelsverket i Sverige ligger nu en rad ansökningar från företag som vill tillsätta ämnena i allt från mjölk, bullar och korv till tuggummin och tabletter. Samtliga ansökningar har nu stoppats.

- Om många livsmedel med ämnena godkänns kan det leda till en överkonsumtion. Vi vet inte vilka hälsoeffekterna blir, säger Hammerling.

Enligt honom har växtsteroler och stanoler en effekt som påminner om östrogen.

- Hög konsumtion kan leda till hormonella rubbningar, säger han.

Dessutom hävdar han att överkonsumtion kan hämma upptaget av livsviktiga vitaminer, särskilt A-vitamin.

- För äldre personer som får i sig otillräckligt med näring kan det ha betydelse, och för gravida är det olämpligt.

Vill begränsa

Myndigheterna i Sverige vill nu begränsa antalet livsmedel som får innehålla växtsteroler och stanoler. Men myndigheterna föreslår också att produkter som i dag innehåller ämnena får varningstexter.

- Vi vill ha en bättre märkning för grupper som kan ta skada av en för hög konsumtion, bland annat gravida, ammande och barn, säger Ulf Hammerling.

Unilevers margarin Becel pro.active - som innehåller växtsteroler - har redan i dag en varningstext i Sverige och Finland. Men Benecol - som innehåller ämnet stanol - saknar en motsvarande varningstext.

- Men effekten av steroler och stanoler är nästintill identiska. Vi vill ha en helhetsöversyn av både växtsteroler och stanoler inom EU, bland annat gällande märkningen, säger Ulf Hammerling.

Flaxar som vanligt

På Benecol tillverkaren Raisio i Finland kommenterar teknologichef **Ingmar Wester** det svenska livsmedelsverkets krav på varningstexter så här:

- De svenska myndigheterna är ute och flaxar. Som vanligt.

Ingmar Wester säger att Raisio inte alls motsätter sig märkning av Benecol. Men han säger att Raisio vill avvakta det beslut EU ska fatta.

- Om EU går in för ett regelverk för marknadsföringen av stanolberikade livsmedel så kommer vi att införa märkning, säger han.

När blir det märkning av Benecol?

- Det beror på EU.

Varför kan inte Raisio märka Benecol redan i dag om stanolet i ert margarin påminner om växtsterolerna i Unilevers margarin som måste märkas?

- Vi vill avvakta EU. Jag vill inte gå in på definitioner av skillnader mellan ämnena. Men stanol är en fullständigt säker komponent, säger Ingmar Wester.

Berett diskutera

Också livsmedelsverket i Finland är berett att diskutera varningstexter på Benecol.

- Men vi har ännu inte krävt det, säger **Sirpa Sarlio-Lähteenkorva**, överinspektör på livsmedelsverket.

Varför inte då Sverige gör det?

- Diskussionen i EU är så ny. I grunden är vi på samma linje som Sverige. Vi vill också ha en helhetsöversyn av steroler och stanoler, och utesluter inte märkning, säger hon.

NIKLAS LAMPI"

Min (Gunnar Lindgren) kommentar: Becel och Benecol är två margariner där man satt till växtsteroler. Säljargumentet är att kolesterolhalten i blodet sätts ned. Denna tillsats är diskutabel av fler skäl än hälsoriskerna.

Över ån efter vatten

Växtsteroler tillhör en grupp ämnen som mer eller mindre finns naturligt i vegetabiliska oljor. Men vid den kemiska behandlingen, som de flesta industritillverkade matoljor genomgår, tas dessa växtsteroler bort. En sådan olja har vanligen behandlats med natronlut, fosforsyra, blekmedel och deodoriserats (upphettats till ca 230 grader C). Då försvinner eller reduceras exempelvis fosfolipider, växtsteroler, vitaminer, karotenoider etc.

När man nu sätter till dessa på konstlad väg är detta att gå över ån efter vatten. Oljorna borde redan från början besparats den kemiska behandlingen och då hade växtsterolerna, men i naturlig mängd, funnits kvar. Raffineringen av matoljor sker främst för att just ta bort de naturliga egenskaperna (lukt, smak och färg).

Framställning

Att framställa växtsteroler från en råvara och sedan processa fram stanoler, som kan lösas i margarinet, är mycket dyrt och innefattar enligt uppgift dessutom en rad stötande kemiska moment, t ex

- Extrahering med lösningsmedlen hexan och propanol.
- Destillation, vid ca 200 grader C
- Härdning – gissningsvis med katalytiskt nickel?
- Förestring – gissningsvis med natriummetylat?
- Råvara är vanligen soja (världsproduktion ca 6.000 ton) och tallolja (världsproduktion ca 1.000 ton). I Finland (företaget Raisio) hoppas man att tjäna stora pengar på sitt patent när det gäller att framställa steroler från tallolja.

Min kommentar:

Becel/Nytta i flytande form har enl en analys hos Livsmedelsverket visat sig innehålla extraktionsbensin (hexan) i förhållandevis höga halter. Vidare innehåller denna produkt härdat fett enligt deklarationen.

Att Livsmedelsverket tar detta steg är mycket välkommet. Det är att märka att det inte är margarinföreskrifterna på näringsenheten som yttrar sig.