

Precz z margaryną!

20 czerwca 2015

Amerykańska agencja ds. żywności i leków (FDA) uznała, że przemysłowe nienasycone kwasy tłuszczowe typu trans, czyli utwardzone oleje roślinne, są niezdrowe i w ciągu trzech lat muszą zostać wycofane z rynku. Wprowadzenie zakazu ich sprzedaży będzie miało według FDA wpływ na zmniejszenie śmiertelności z powodu ataków serca.

Jak informuje portal TVP.info, częściowo uwodornione (utwardzone) oleje roślinne, będące głównym źródłem nienasyconych kwasów tłuszczowych typu trans, nie są, w świetle badań agencji, „uznawane za bezpieczne”. Na zaprzestanie ich stosowania producenci będą mieli trzy lata.

Udowodniono, że są one bardzo niezdrowe – ich spożycie zwiększa ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego, a także może sprzyjać rozwojowi cukrzycy typu 2. Wzrasta ono od lat 70., kiedy na większą skalę zaczęto jadać margarynę (wymyśloną już w 1869 roku), jednak zawierają je również na oko „bezpieczne” produkty i potrawy, jak np. frytki.

Chociaż producenci żywności od 2006 roku mają obowiązek umieszczania informacji o tłuszczach typu trans na opakowaniach produktów, zdaniem ekspertów ds. zdrowia Amerykanie wciąż spożywają za dużo tych niezdrowych tłuszczów. Sama FDA jednak ocenia, że od wprowadzenia wymogu informowania ich spożycie w USA zmalało o 78 proc.

Na gruncie europejskim również myśli się już o zakazie: Dania zakazała stosowania niemal wszystkich tłuszczów typu trans już w 2003 roku, a w Wielkiej Brytanii już od 2005 r. nawiązuje się do wprowadzenia takiego zakazu.

Źródło: NowyObywatel.pl