

Tłuszcze trans znikną z diety Amerykanów?

9 listopada 2013

Amerykańska Agencja Żywności i Leków (FDA) rozpoczęła działania, które mogą zakończyć się zakazem stosowania tłuszczów trans w produktach spożywczych.

Tłuszcze trans należą do tłuszczów nienasyconych i występują naturalnie w tłuszczach zwierzęcych, gdzie izomery trans stanowią kilka procent wszystkich tłuszczów. W znacznie większych ilościach powstają w półsyntetycznych tłuszczach, takich jak margaryna czy masło roślinne, otrzymywanych w wyniku częściowego uwodornienia tłuszczów naturalnych. Uwodornienie powoduje zmianę kształtu cząsteczki, co z kolei mocno wpływa na metabolizm tłuszczów.

Tłuszcze trans znacznie zwiększają ryzyko chorób układu krążenia. Centrum Zapobiegania i Kontroli Chorób (CDC) uważa, że w USA z powodu nadmiernego spożycia tłuszczów trans dochodzi do 20 000 zawałów rocznie, a 7000 osób umiera na choroby serca. Mimo kolejnych regulacji ograniczających udział tłuszczów trans w pożywieniu, wciąż są one szeroko stosowane. Znajdziemy je m.in. w ciastkach, ciastach mrożonych czy utwardzanych tłuszczach roślinnych.

FDA poinformowała właśnie, że podjęła kroki w celu usunięcia tłuszczów trans z listy dodatków „generalnie uznawanych za bezpieczne”. Jeśli tłuszcze trans z nich znikną, to przemysł spożywczy będzie musiał zaprzestać ich wykorzystywania.

Autor: Mariusz Błoński

Na podstawie: Scientific American

Źródło: KopalniaWiedzy.pl