

Online foredrag den 28. april. kl. 19:30

I Medicins Historisk Selskab

Farvel til en dræber: Industrielt transfedt

– En ernæringsmæssig tragedie der nu er under afslutning

Steen Stender

Spørgsmål der blev sendt til Steen Stender og efterfølgende besvaret af Steen Stender

- **Hvorfor valgte I en grænse på 2 % - og ikke 0 eller 1?**

Svar

Ernæringsrådet foreslog i sin tid en grænse på 1 % industrielt transfedt i fødevarens fedt. Den danske fødevarestyrelse sendte i følge gældende regler forslaget til EU, hvor der fra Holland kom den indvending, at analyseusikkerheden ved blot 1% transfedt var så stor, at det ville være problematisk at håndtere i forbindelse med en overtrædelse. De foreslog 2% og det godkendte det danske Ernæringsråd med det samme. De 2% indgår i flere landes transfedtrestriktioner og nu også i EU's.

- **Hvorfor gemte du kagepapiret efter analysen?**

Svar

Jeg har betragtet indpakningen (kagepapiret) som rådata, der skulle gemmes mindst 5 år efter publikationen. De udgjorde det ultimative bevis på, at jeg havde købt produkterne. Efter frasortering af dubletter i købsbyen anbragte jeg et ID nr på forsiden af den uåbnede pakke og fotograferede denne forside for at skabe en ubrydelig sammenkædning af ID-nr og indpakningen.

På bagsiden af varepakke stod ingredienslisten som regel på mange forskellige sprog og med meget lille skrift. Ofte stod der også produktions-dato og "best before"-dato og meget vigtigt; der stod EAN-nummeret (barkodenummeret). Det fortalte hvor varen var produceret. Jeg kunne ikke med mobiltelefon-kamera fotograferer bagsiden, så alle informationer blev tydelige nok.

Jeg har talrige gange siddet på mit kontor her i Danmark med et forstørrelsesglas og ledt efter informationer på bagsiden af en indpakning. Og har kontrolleret at de oplysninger, der var tastet ind i regnearket på hotellet også var rigtigt tastet ind.

I runde tal har jeg haft ca. 5000 stk kagepapir fra ca. 50 forskellige lande. De stod alle i et konferencerum på Gentofte Hospital. Når jeg fik besøg af udenlandske TV-hold var de ofte meget interesseret i den samling og fandt produkter fra deres eget land og filmede dem ivrigt. Indpakningerne er ualmindelige spraglet, så farvemæssigt var det en flot samling

- **Hvorfor så meget transfedt i Malmö?**

Svar

Det var også for mig et overraskende fund. Sverige havde ikke en restriktiv transfedtlov, som den danske, formentlig fordi en af de svenske ernæringsprofessorer i sin tid ikke mente, at transfedt var værre end mættet fedt med hensyn til at øge risikoen for hjertesygdom.

En af mine kollegaer, der ofte kom i Malmöområdet, gjorde mig opmærksom på at han i en række supermarkeder i Malmø havde set pakker der lignede dem, jeg havde hjembragt fra Ex-Jugoslavien.

Jeg lavede en regelret undersøgelse af 3 store supermarkeder i Malmø og fandt mange varer produceret i Ex-Jugoslavien og med højt indhold af tranfedt. Og det var fuldt lovligt at sælge den slags varer i Sverige. Det store salg skyldtes dels at et importfirma, der havde specialiseret sig i den slags varer, var lokaliseret i Malmø og i sidste ende at

Online foredrag den 28. april. kl. 19:30

I Medicins Historisk Selskab

Farvel til en dræber: Industrielt transfedt

– En ernæringsmæssig tragedie der nu er under afslutning

Steen Stender

Malmø og omegn havde modtaget mange flygtninge fra Ex-Jugoslavien under dette lands borgerkrig, så der var mange potentielle kunder i området.

Jeg kunne ikke finde tilsvarende i 3 store supermarkeder i Stockholm.

I Sydsverige, Danmark, Frankrig, England og Tyskland besøgte jeg i hvert land 3 etniske butikker, der på nettet reklamerede med Balkan-lækkerier. Også der fandt jeg varer fra Ex-Jugoslavien med højt transfedt. Men det var kun i Danmark at det var ulovligt.

Fundene er publiceret i: Stender S, Astrup A, Dyerberg J. BMJ Open 2014;4:e005218.

doi:10.1136/bmjopen-2014-005218. Artiklen er gratis og tilgængelig på Google

- **Hvordan er det gået med den totale produktion af transfedt i Verden?**

Svar

Jeg har ingen tal, men den totale produktion af transfedt må være faldet helt kolossalt gennem de sidste 20 år. Jeg plejer at sige, at transfedt kan anvendes i skosvælte, men ikke i maden, så der produceres formentlig fortsat små mængder. I Skandinavien har oliefabrikken AarhusKarlshamns AB haft en stor produktion.

Ved at hydrogenere olierne helt igennem får man mættede fedtstoffer. Det er den delvise hydrogenering der frembragte transfedt.

- **Har transfedt en betydning for smagen af et produkt - i så fald hvilken ?**

Svar

McDonald's undlod i mange år at erstatte transfedt med andet fedt med den begrundelse at det ville ændre smagen af pommes frites. Og det ønskede de ikke.

Da den danske lovgivning trådte i kraft 1/1 2004 var McDonald's Danmark nødt til at skifte det hidtil anvendte fedt ud med fedt med højst 2% transfedt. Det gjorde de fra og med den 31-12 2003. Direktøren for McDonald's Danmark fortalte mig senere, at han den 1-1-2004 havde forventet en storm af protester over den nye smag. Der kom ikke en eneste.

Men McDonald's og andre der i Danmark solgte fødevarerprodukter der var stegt i friturefedt måtte alle skifte ud og være meget mere omhyggelige med at overvåge friturefedtets kvaliteter og ikke genbruge det så meget som de tidligere havde gjort. Uden transfedt harsknede friturefedtet lettere.

I smagsoplevelsen af fedt indgår også afsmeltningshastigheden i munden. Fødevarerfabrikanterne har været i stand til at udvikle fedt, der smagsmæssigt og teknisk har samme egenskaber som det tidligere anvendte transfedtholdige fedt. Man har blandt andet anvendt den såkaldte interesterificerings-teknik, hvor fedtsyrerne anbringes i en bestemt rækkefølge i fedtmolekylet som indeholder 3 forskellige fedtsyrer.

- **Hvor er al transfedt mængden blevet af?**

Svar

Forhåbentlig produceres den ikke længere. Der har i USA og Canada været en overgangsordning på 3 år og i EU en overgangsordning på 2 år, så fødevarerproducenterne har haft god tid til at finde erstatninger for det industrielt produceret transfedt.
