

Ljubljana, 2.9.2016

SPOROČILO ZA JAVNOST: Bliža se ena največjih sprememb na področju označevanja živil

## **Uvedba obveznega označevanja hranilne vrednosti živil: Velike koristi za potrošnike, veliko dela za živilsko industrijo**

Na območju celotne Evropske Unije bo v kratkem začelo veljati pomembno določilo evropske Uredbe o zagotavljanju informacij na živilih potrošnikom, ki pomeni bistveno spremembo tako za potrošnike, kot za živilsko industrijo. Gre za podajanje informacij o hranilni vrednosti predpakiranih živil, ki je bilo doslej prostovoljno, od 13. decembra 2016 naprej pa bo postalo obvezno. Novost je izjemno pomembna za potrošnike, saj bodo dobili vpogled v hranilno sestavo živil – torej njihovo energijsko vrednost, količino maščob, sladkorjev in drugih hranil. Kljub temu, da je bila uredba sprejeta že leta 2011, njena polna uveljavitev z obveznim označevanjem hranilne vrednosti pomeni velik zalogaj za vse deležnike, predvsem za proizvajalce živil, ki tovrstnih informacij na živilih doslej še niso navajali ter za trgovce. Navajanje hranilne vrednosti živil bo namreč obvezno tudi v spletnih trgovinah.

Prehrana ima dokazano pomemben vpliv na zdravje ljudi, zato moramo kot družba potrošniku omogočiti primerno informiranost o sestavi živil in mu olajšati prepoznavanje in izbor živil, ki podpirajo zdravje. Ob visoki potrošnji predpakiranih živil postajajo embalaže pomembno orodje za obveščanje potrošnika, zato morajo biti informacije na označbah točne, jasne in razumljive potrošniku. Letošnji december prinaša eno največjih prelomnic na področju označevanja živil. Potem, ko je od leta 2014, zakonsko predpisana minimalna velikost črk in obvezno poudarjeno označevanje alergenov, leto 2016 prinaša še večjo spremembo – obvezno označevanje hranilne vrednosti živil. **Doc. dr. Igor Pravst**, vodja raziskovalne skupine Prehrana in javno zdravje, Inštitut za nutricionistiko »*Spodbujanje izbora živil z ugodnejšo prehransko sestavo je ključen korak do uravnoteženega prehranjevanja in zdravja, vendar so bili potrošniki doslej pri tem omejeni. Poseben problem*

*predstavljajo predelana predpakirana živila, ki imajo glede na proizvodnjo lahko zelo različno energijsko vrednost, lahko se jim dodaja večja ali manjša količina sladkorja in soli, tudi količine maščob so lahko zelo različne. Kljub tem razlikam pa v preteklosti ni bilo mogoče pričakovati, da bi potrošniki izbirali živila z ugodnejšo prehransko sestavo, saj informacije o tem pogosto niso bile razpoložljive. Glede označevanja hranilne vrednosti je bilo doslej namreč predpisano le, na kakšen način se podatki predstavljajo, odločitev o navajanju hranilne vrednosti živila na embalaži, pa je bila prostovoljna odločitev proizvajalcev. Pri tovrstnem označevanju je prihajalo do zelo velikih neenakosti med državami. Rezultati vseevropske raziskave označevanja hranilne vrednosti iz leta 2008 so npr. pokazali, da je bilo v Veliki Britaniji s hranilno vrednostjo označenih 97% vzorčenih predpakiranih živil, medtem ko je bil ta delež v Sloveniji le 70%, kar je najmanj med vsemi članicami EU.<sup>1</sup> V sledečih letih se je stanje izboljšalo, še vedno pa je bilo npr. v letu 2015 na trgu še 21% predpakiranih živil, ki niso bila označena s podatki o hranilni vrednosti. December 2016 zato za potrošnike prinaša zelo dobrodošlo spremembo – obvezno navajanje hranilne vrednosti na vseh prepakiranih živilih, z izjemo zelo majhnih pakiranj ter nekaterih osnovnih, nepredelanih živil.«*

Inštitut za nutricionistiko je zadnjo obsežno raziskavo tržišča predpakiranih živil v Sloveniji izvedel leta 2015, vanjo je bilo vključenih preko 10.000 izdelkov. S hranilno vrednostjo je bilo označenih 79% živil. Raziskava je pokazala, da so podatki o hranilni vrednosti vključeni v označbe že skoraj vseh izdelkov v skupini žit za zajtrk, jogurtov in pijač, najmanj pogosto pa je tovrstno označevanje pri predelanih mesnih izdelkih, omakah, marmeladah in namazih, sirupih, sirih in piškotih ter drugih finih pekovskih izdelkih.

**Doc. dr. Anita Kušar**, raziskovalka na Inštitutu za nutricionistiko »Spremembe na področju označevanja živil so zelo pomembne tudi za proizvajalce živil, ki so odgovorni za pripravo embalaže. Ni namreč edini problem obvezno označevanje podatkov o hranilni vrednosti na embalaži, težavo predstavlja dejstvo, da nekateri proizvajalci s podatki o hranilni sestavi ne razpolagajo, saj teh podatkov v preteklosti pri pripravi označb niso potrebovali. V idealnem primeru bi hranilna vrednost živila morala temeljiti na laboratorijskih analizah več serij živila, vendar so tovrstne analize precej velik finančni zalogaj. Prav zato zakonodaja dopušča, da proizvajalci hranilno vrednost lahko izračunajo glede na sestavo živila in količino sestavin, oz. jih povzamejo po literaturnih podatkih. Vendar pri takšnem pridobivanju podatkov o

---

<sup>1</sup> Penetration of nutrition information on food labels across the EU-27 plus Turkey. European Journal of Clinical Nutrition (2010) 64, 1379–1385. URL: <http://www.nature.com/ejcn/journal/v64/n12/pdf/ejcn2010179a.pdf>

*hranilni vrednosti v primeru nadzora, ko se običajno opravi uradna laboratorijska analiza, lahko pride do odstopanj med podatki, kot veljavna pa se šteje analiza laboratorija. V praksi to pomeni, da morajo biti proizvajalci pri uporabi podatkov o sestavi živila in izračunu hranilne vrednosti zelo skrbni in previdni, saj so, glede na zakonodajne predpise, prav oni odgovorni za točnost informacij na označbi živila. Novosti v praksi povzročajo probleme številnim proizvajalcem, še posebej manjšim, ki si težje privoščijo laboratorijske analize, hkrati pa imajo tudi omejene kadrovske kapacitete. Reševanje tovrstne problematike v podjetjih se odraža tudi pri povečanem obsegu dela na Inštitutu za nutricionistiko. Ker so vprašanja s strani gospodarstva na temo označevanja živil zelo pogosta, smo na inštitutu pripravili posebno izobraževanje o določanju hranilne vrednosti živil ter nasploh skladnega označevanja živil. Čas za vključitev podatkov o hranilni vrednosti v označbe živil se sicer hitro izteka – živila moraj morajo biti namreč ustrezno označena najkasneje 13. decembra 2016. Pred omenjenim datumom proizvedena živila bodo lahko ostala na tržišču, tudi če bodo označena po starem - do poteka roka uporabnosti.«*

Uveljavitev obveznega označevanja hranilne vrednosti predpakiranih živil je še zadnja izmed ključnih sprememb, ki jih je prinesla že leta 2011 sprejeta evropska Uredba o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom. Čeprav je še mnogo zadev, ki bi jih bilo mogoče izboljšati, je Uredba je prinesla več koristnih novosti. **Doc. dr. Igor Pravst**, Inštitut za nutricionistiko: *»Proizvajalci bodo na označbi morali navesti podatke o energijski vrednosti, ter o količini skupnih in nasičenih maščob, ogljikovih hidratov, sladkorjev, beljakovin in soli. Žal med obveznimi podatki ne bo podatka o količini prehranskih vlaknin, saj bo njihovo navajanje še vedno prostovoljno, verjamem pa, da bodo odgovorni proizvajalci v označevanje vključevali tudi ta podatek. Raziskave namreč kažejo, da prebivalci Slovenije v povprečju zaužijejo le okrog 20 gramov prehranskih vlaknin, medtem ko se jih priporoča 30 gramov. Še posebej veliko vlaknin se nahaja v zelenjavi in polnozrnatih izdelkih, obojega pa Slovenci pojemo bistveno premalo.«*

### **Več informacij:**

Doc. dr. Anita Kušar, Inštitut za nutricionistiko  
e-naslov: [anita.kusar@nutris.org](mailto:anita.kusar@nutris.org), 0590 68870



**Inštitut za nutricionistiko, Tržaška cesta 40, 1000 Ljubljana**  
Tel: +386 (0)590 68870 Fax: +386 (0)1 3007981 E-mail: [info@nutris.org](mailto:info@nutris.org)  
[www.nutris.org](http://www.nutris.org)