

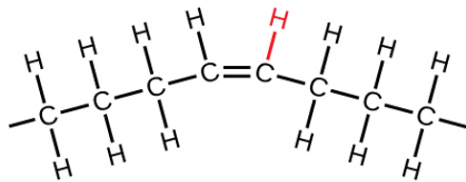
Synthesedocument over Transvetzuren



Definitie

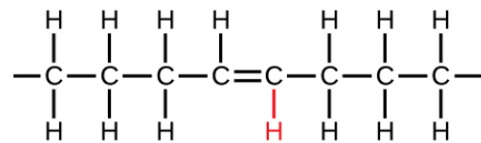
Transvetzuren (TVZ) zijn een specifieke soort onverzadigde vetten.

In de [verordening \(EU\) nr. 1169/2011 betreffende de verstrekking van voedselinformatie aan consumenten](#) worden ze gedefinieerd als “vetzuren met één of meerdere niet-geconjugeerde (d.w.z. door ten minste één methyleengroep gescheiden) dubbele koolstof-koolstofbindingen in de transconfiguratie” (d.w.z een configuratie waarbij de waterstofatomen aan weerszijden van de dubbele binding staan).



Double liaison de configuration *cis*

Dubbele binding in *cis*configuratie



Double liaison de configuration *trans*

Dubbele binding in *trans*configuratie

De voornaamste oorsprong van industriële transvetzuren zijn de gedeeltelijk gehydrogeneerde oliën. Hydrogenering verhoogt het smeltpunt van onverzadigde vetzuren: deze vetten worden vast bij kamertemperatuur. Ze kunnen zo gemakkelijker gebruikt worden in bepaalde toepassingen (zoals de productie van koekjes of gebak) en ze hebben ook het voordeel minder gevoelig te zijn voor oxidatie (ranzig worden). Volledig gehydrogeneerde oliën bevatten geen TVZ.

TVZ kunnen ook van nature aanwezig zijn in levensmiddelen afkomstig van herkauwers, zoals zuivelproducten of vlees van runderen, schapen of geiten.

Risico's voor de gezondheid en aanbevelingen

Een hoge inname van TVZ is één van de risicofactoren voor de ontwikkeling van coronaire hartziekten en verhoogt meer dan welke andere macronutriënt ook het risico op hart- en vaatziekten.

Sinds eind 2009 beveelt de EFSA een zo laag mogelijke inname van TVZ aan⁽¹⁾.

In België heeft de Hoge Gezondheidsraad in 2012 een [advies uitgebracht over TVZ van industriële oorsprong](#) waarin hij aanbeveelt het verbruik van TVZ van industriële oorsprong zoveel mogelijk te beperken. Dit zou niet meer dan 2 g per 100 g olie of vet mogen bedragen, om de inname ervan tot minder dan 1 % van de totale energiebehoefte te beperken.

Op 15 mei 2018 heeft de Wereldgezondheidsorganisatie aanbevelingen in dezelfde zin geformuleerd en de regeringen opgeroepen om TVZ van industriële oorsprong uit de voeding te bannen.

Er moet worden opgemerkt dat aangezien het bakken van lipiden op zeer hoge temperaturen een gedeeltelijke hydrogenering of transformatie in trans-isomeer kan veroorzaken, het niet voldoende is om de consumptie van industriële producten te beperken om geen TVZ binnen te krijgen. Oliën en vetten die niet bestemd zijn om mee te koken, mogen niet al te sterk verhit worden (oliën zoals arachideolie, zonnebloemolie en lijnzaadolie).

Het gehalte beperken

Sinds enkele jaren hebben voedingsbedrijven hun producten geherformuleerd zodat voor de meeste voedingsmiddelen het gehalte aan TVZ van industriële oorsprong onder de 2g per 100 g vet ligt. Voor bepaalde producten hebben we evenwel hoge gehalten kunnen vaststellen tot 50 g TVZ per 100 g vet. Het gaat hierbij om bepaalde koekjes, evenals niet-voorverpakte voedingsmiddelen, zoals bakkerijproducten.

Om het gehalte aan TVZ van industriële oorsprong in alle voedingsmiddelen te beperken heeft de Europese Commissie in april 2019 de [verordening \(EU\) 2019/649](#) goedgekeurd, die deel B van bijlage III van de [verordening \(EG\) 1925/2006](#) wijzigt en die toelaat de aanwezigheid van bepaalde stoffen in voedingsmiddelen te verbieden of te beperken.

Er werd een toegestane maximumlimiet voor industriële TVZ vastgesteld van 2 g per 100 g vet en de tabel hieronder vervolledigt bovenvermelde bijlage:

Aan beperkingen onderworpen stof	Gebruiksvoorwaarden	Aanvullende voorschriften
Transvetzuren , met uitzondering van de in vetten van dierlijke oorsprong van nature aanwezige transvetzuren	Maximaal 2 gram per 100 gram vet in voor de eindverbruiker bestemde levensmiddelen en voor levering aan de detailhandel bestemde levensmiddelen	Exploitanten van levensmiddelenbedrijven die aan andere exploitanten van levensmiddelenbedrijven levensmiddelen leveren die niet bestemd zijn voor de eindverbruiker of voor levering aan de detailhandel, zorgen ervoor dat de ontvangende exploitanten van levensmiddelenbedrijven worden voorzien van informatie over het gehalte aan transvetzuren, met uitzondering van de in vetten van dierlijke oorsprong van nature aanwezige transvetzuren, wanneer dat meer dan 2 gram per 100 gram vet bedraagt.

Er is een overgangperiode voorzien: voedingsmiddelen die niet in overeenstemming zijn met deze norm, mogen nog tot 1 april 2021 op de markt gebracht worden.

Specifieke limiet voor zuigelingenvoeding en opvolgzuigelingenvoeding

Voor zuigelingenvoeding en opvolgzuigelingenvoeding is een bijkomende specifieke limiet van toepassing.

Op basis van de [gedelegeerde verordening \(EU\) 2016/127](#) wat betreft de bijzondere samenstellings- en informatievoorschriften betreffende volledige zuigelingenvoeding en opvolgzuigelingenvoeding en wat betreft informatievoorschriften betreffende de voeding van zuigelingen en peuters, **mag het gehalte aan TVZ maximaal 3 % van het totale vetgehalte zijn.**

Er moet worden opgemerkt dat het in deze verordening de totale transvetten betreft (onafhankelijk van de oorsprong, m.a.w. industrieel of natuurlijk).

Deze verordening is sinds 22 februari 2020 van toepassing, uitgezonderd voor volledige zuigelingenvoeding en opvolgzuigelingenvoeding op basis van eiwithydrolysaten, waarvoor de verordening vanaf 22 februari 2021 van toepassing zal zijn. Tot dan is voor deze voedingsmiddelen het [koninklijk besluit van 18 februari 1991](#) betreffende voedingsmiddelen bestemd voor bijzondere voeding van toepassing **dat reeds dezelfde limiet vastlegt.**

Etikettering

TVZ zijn niet in de voedingswaarde opgenomen. Gezien hun beperkte aanwezigheid in voedingsmiddelen binnen de Europese Unie werd het immers relevanter geacht de aandacht van de consument te vestigen op verzadigde vetzuren waarvan het gehalte veel hoger kan zijn in voedingsmiddelen. De aanwezigheid van industriële TVZ is op de etiketten echter wel herkenbaar aan “gedeeltelijk gehydrogeneerde oliën (of vetten)” in de lijst van ingrediënten.

Claims

Er zijn geen voedingsclaims toegestaan met betrekking tot TVZ. De claims over verzadigde vetzuren houden evenwel al rekening met het gehalte aan TVZ:

- **ARM AAN VERZADIGDE VETTEN**

*De claim dat een levensmiddel arm aan verzadigde vetten is en elke andere claim die voor de consument waarschijnlijk dezelfde betekenis zal hebben, is alleen toegestaan als de som van de verzadigde vetzuren en de **transvetzuren** in het product niet groter is dan 1,5 g/100 g voor vaste stoffen of 0,75 g/100 ml voor vloeistoffen, en op voorwaarde dat maximaal 10 % van de energetische waarde afkomstig is van de som van de verzadigde vetzuren en de transvetzuren.*

- **VRIJ VAN VERZADIGDE VETTEN**

*De claim dat een levensmiddel vrij van verzadigde vetten is en elke andere claim die voor de consument waarschijnlijk dezelfde betekenis zal hebben, is alleen toegestaan als de som van de verzadigde vetzuren en de **transvetzuren** niet groter is dan 0,1 g/100 g of 0,1 g/100 ml.*

- **VERLAAGD GEHALTE AAN VERZADIGDE VETTEN**

De claim “verlaagd gehalte aan verzadigde vetten” en elke andere claim die voor de consument waarschijnlijk dezelfde betekenis zal hebben, is alleen toegestaan als:

*a) de som van verzadigde vetzuren en transvetzuren in het product waarvoor de claim wordt gedaan ten minste 30% lager is dan de som van verzadigde vetzuren en **transvetzuren** in een soortgelijk product; en*

*b) als het gehalte aan **transvetzuren** in het product waarvoor de claim wordt gedaan lager of gelijk is aan die van een soortgelijk product.*

Andere nuttige documenten/links

⁽¹⁾ [Scientific Opinion on Dietary Reference Values for fats, including saturated fatty acids, polyunsaturated fatty acids, monounsaturated fatty acids, trans fatty acids, and cholesterol](#) (EFSA Journal 2010; 8(3):1461)

[Scientific and technical assistance on trans fatty acids](#) (EFSA Supporting publication 2018:EN-1433)

[Verslag van de Commissie aan het Europees Parlement en de Raad over trans-vetzuren in levensmiddelen en in de totale voeding van de bevolking van de Unie](#) (03.12.2015)

Transvetten in voeding: https://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/trans-fat-food_en

Factsheet rond transvetten in voeding: nieuwe wetgeving voor de Europese consument https://ec.europa.eu/food/sites/food/files/safety/docs/fs_labelling_nutrition_transfats_factsheet-2019.pdf

Transvetten in Europa: wat is de stand van zaken?: <https://ec.europa.eu/jrc/en/publication/eur-scientific-and-technical-research-reports/trans-fatty-acids-europe-where-do-we-stand> (2014)

Belgische Merknamedatabank: www.internubel.be

[Meer info?](#)

Apf.food@health.fgov.be