Milliarden Menschen nicht vor gefährlichen Transfetten geschützt

25.01.2023 - In Nahrungsmitteln werden immer noch schädliche industriell produzierte Transfette verwendet, und mehr als fünf der rund acht Milliarden Menschen sind nicht ausreichend davor geschützt. So lautete am Montag eine Zwischenbilanz der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Sie hatte eigentlich erreichen wollen, dass die gesundheitsgefährdenden Bestandteile bis 2023 weltweit weitgehend aus der Nahrungsmittelkette verschwinden.

Somia Lone / Unsplash

"Transfette sind toxische Substanzen, die töten", sagte WHO-Chef Tedros Adhanom Ghebreyesus. "Es ist an der Zeit, sie ein für alle Mal aus Lebensmitteln zu verbannen." Die WHO rief Regierungen, die dies noch nicht getan haben, auf, die Zulassung von Transfetten drastisch einzuschränken. Länder mit großer Krankheitsbürde seien unter anderem Ägypten, Pakistan und Südkorea.

Transfette seien jedes Jahr für den vorzeitigen Tod von einer halben Million Menschen durch koronare Herzerkrankungen verantwortlich, hieß es von der WHO. In der EU dürfen seit 2021 nur Lebensmittel in den Handel, die weniger als zwei Gramm industrielle Transfette pro 100 Gramm Fett enthalten. Dänemark hatte industrielle Transfette schon vor rund 20 Jahren drastisch beschränkt - und nach WHO-Angaben daraufhin einen Rückgang der Herz-Kreislauf-Krankheiten verzeichnet.

Transfette beziehungsweise trans-Fettsäuren sind ungesättigte Fettsäuren, die durch natürliche und lebensmitteltechnologische Prozesse entstehen können. Eine hohe Zufuhr wirkt der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zufolge nachteilig auf die Gesundheit, da das Risiko für eine Fettstoffwechselstörung erhöht wird. Auch das Risiko für eine koronare Herzkrankheit steige.

In der Lebensmitteltechnologie wurden über die sogenannte Hydrierung aus flüssigen Ölen streichfähige Produkte wie Margarine hergestellt, wobei ungesättigte in gesättigte Fettsäuren umgewandelt werden. Neben der Hydrierung können trans-Fettsäu-

© LUMITOS AG

ren der DGE zufolge auch bei der thermischen Behandlung von pflanzlichen Ölen entstehen.

Zu den Lebensmitteln, die nennenswerte Mengen an trans-Fettsäuren enthalten können, gehören nach DGE-Angaben Back- und Süßwaren sowie frittierte Kartoffelprodukte und Fertiggerichte./oe/DP/mis (dpa)

© LUMITOS AG