

О трансжирах расскажет упаковка

Уже в 2013 году на ряде продуктов питания в Беларуси может появиться новая маркировка — «содержит трансжиры». Для тех, кто не знает: трансжирами называют жиры с измененной органической структурой. Они содержатся в маргаринах, кулинарных жирах и, соответственно, в кондитерских изделиях, для изготовления которых используются

— Содержание трансжиров в продуктах питания будет контролироваться Техническим регламентом Таможенного союза на масложировую продукцию, — говорит начальник отдела технологий кондитерской, пищекоцентра и масложировой продукции РУП «Научно-практический центр НАН Беларуси по продовольствию» **Ирина КОНДРАТОВА**. — Информация о наличии данных ингредиентов будет указываться на упаковках. Согласно документу, для твердых маргаринов устанавливается допустимый уровень содержания транс-изомерных жирных кислот не более 20% с 2015 года, а с 2018-го — не более 2%, для заменителей мягких и жидких маргаринов и для заменителей молочного жира — не более 8% с 2015 года и не более 2% с 2018-го. То же касается и рас-

Где могут содержаться трансжиры?

Маргирины, спреды, мягкие масла, торты, пирожные, печенье, шоколадные конфеты с помадкой, фаст-фуд, чипсы

тительно-сливочных и растительно-жировых спредов — содержание в них кислот к 2018 году будет снижено до 2%.

Медики предупреждают, что под действием трансжиров у человека могут возникнуть заболевания желудочно-кишечного тракта. Кроме того, считается, что трансжиры провоцируют развитие сердечно-сосудистых заболеваний. Наконец, данные ингредиенты могут провоцировать появление опухолей. Наибольшую опасность трансжиры предоставляют для людей с уже приобретенными заболеваниями.

Материалы страницы подготовил Александр НЕСТЕРОВ