

ΕΦΕΤ/Δνση Αξιολόγησης - Εγκρίσεων

*Διατροφικές πληροφορίες
στην επισήμανση και διαφήμιση των τροφίμων
Νομοθετική προσέγγιση*

Δρ.Αγγελική Καρπούζα
Προϊσταμένη Δ/νσης Αξιολόγησης-Εγκρίσεων

Νομοθετικό πλαίσιο

- **Κανονισμός (ΕΕ) αριθ. 1169/2011** σχετικά με την παροχή πληροφοριών για τα τρόφιμα στους καταναλωτές
- **Κανονισμός (ΕΚ) αριθ. 1924/2006** σχετικά με τους ισχυρισμούς επί θεμάτων διατροφής και υγείας που διατυπώνονται για τα τρόφιμα

ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ

ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

Παροχή Διατροφικών Πληροφοριών

➤ Διατροφική δήλωση

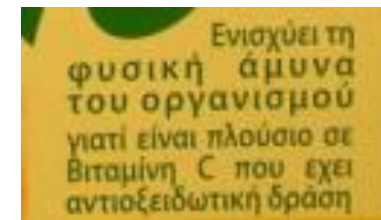
ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΑΞΙΑ	Ανά 100 γρ αδιάλυτου προϊόντος	Ανά 200 γρ έτοιμου για κατανάλωση γάλακτος
ενέργεια	553 kJ / 132 kcal	569 kJ / 136 kcal
λιπαρά - εκ των οποίων κορεσμένα	7,5 g 4,6 g	7,7 g 4,7 g
υδατάνθρακες - εκ των οποίων σάκχαρα	10,1 g 10,1 g	10,4 g 10,4 g
πρωτεΐνες	6,1 g	6,3 g
Αλάτι	0,25 g	0,3 g
Ασβέστιο	240 mg (30%**)	247 mg (31%**)

Τα 200 γρ έτοιμου προς κατανάλωση γάλακτος αντιστοιχούν σε ένα ποτήρι
 *RI: Reference intake of an average adult (8400 kJ/2000kcal) / Προσλαμβανόμενη ποσότητα αναφοράς ενός μέσου ενήλικα (8400 kJ/2000 kcal)
 ** % ΔΤΑ (διατροφικές τους τιμές αναφοράς)

➤ Επανάληψη ορισμένων πληροφοριών



➤ Χρήση ισχυρισμών διατροφής και υγείας



Διατροφική δήλωση

Πληροφορίες που εμφανίζονται στην επισήμανση των τροφίμων και αφορούν

- την ενέργεια
- τις θρεπτικές ουσίες:
 - Λιπαρά
 - Υδατάνθρακες
 - Εδώδιμες ίνες
 - Πρωτεΐνες
 - Αλάτι
 - Βιταμίνες & ανόργανα συστατικά

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΚΑΙ ΕΚΦΡΑΣΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΔΗΛΩΣΗΣ

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΔΗΛΩΣΗΣ	Ανά 100gr/100ml
Ενέργεια	Kj και kcal
Λιπαρά	g
Εκ των οποίων	
-κορεσμένα	g
-μονοακόρεστα	g
-πολυακόρεστα	g
υδατάνθρακες	g
Εκ των οποίων	
-σάκχαρα	g
-πολυόλες	g
-άμυλο	g
εδώδιμες ίνες	g
πρωτεΐνες	g
αλάτι	g
βιταμίνες και ανόργανα συστατικά	mg/μg

Βιταμίνες και ανόργανα συστατικά

Απαραίτητη προϋπόθεση για την αναγραφή τους στον πίνακα διατροφικής δήλωσης

να υπάρχουν σε σημαντικές ποσότητες δηλαδή:

7,5% των ΔΤΑ ανά 100ml για τα ποτά

15% των ΔΤΑ ανά 100gr/ml για τα προϊόντα εκτός ποτών

15% των ΔΤΑ ανά μερίδα εάν η συσκευασία περιέχει μία μόνο μερίδα

Το ποσοστό αυτό πρέπει να αναγράφεται στη διατροφική δήλωση

ΔΤΑ: η ημερήσια προσλαμβανόμενη ποσότητα αναφοράς

Βιταμίνες και ανόργανα συστατικά που μπορούν να δηλώνονται και οι διατροφικές τους τιμές αναφοράς (ΔΤΑ) (Παράρτημα XIII, Καν. 1169/2011)

Βιταμίνη Α (μg)	800	Χλώριο (mg)	800
Βιταμίνη D (μg)	5	Ασβέστιο (mg)	800
Βιταμίνη Ε (mg)	12	Φωσφόρος (mg)	700
Βιταμίνη Κ (μg)	75	Μαγνήσιο (mg)	375
Βιταμίνη C (mg)	80	Σίδηρος (mg)	14
Θειαμίνη (mg)	1,1	Ψευδάργυρος (mg)	10
Ριβοφλαβίνη (mg)	1,4	Χαλκός (mg)	1
Νιασίνη (mg)	16	Μαγγάνιο (mg)	2
Βιταμίνη Β6 (mg)	1,4	Φθόριο (mg)	3,5
Φολικό οξύ (μg)	200	Σελήνιο (μg)	55
Βιταμίνη Β12 (μg)	2,5	Χρώμιο (μg)	40
Βιοτίνη (μg)	50	Μολυβδαίνιο (μg)	50
Παντοθενικό οξύ (mg)	6	Ιώδιο (μg)	150
Κάλιο (mg)	2000		

έως 13/12/2016

η διατροφική δήλωση είναι προαιρετική

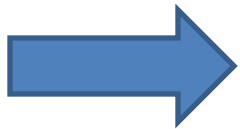
Υποχρεωτική είναι μόνο στην περίπτωση

- διατύπωσης ισχυρισμού διατροφής ή/και υγείας
- προσθήκης βιταμινών και ανόργανων συστατικών

από 13/12/2016 και μετά

Υποχρεωτική η αναγραφή της διατροφικής δήλωσης και η συμμόρφωση με τον Καν. (ΕΕ) αριθ. 1169/2011

με κάποιες εξαιρέσεις (π.χ. μη μεταποιημένα τρόφιμα ενός συστατικού, αλάτι, τσίχλες, μπαχαρικά, βότανα, κ.α.)



Ο καταναλωτής θα μπορεί να ενημερώνεται για το διατροφικό και ενεργειακό περιεχόμενο σχεδόν όλων των τροφίμων και να κάνει ενημερωμένος τις επιλογές του

Επανάληψη πληροφοριών

Από τις διατροφικές πληροφορίες μπορούν να επαναλαμβάνονται στην επισήμανση ενός τροφίμου στο κύριο οπτικό πεδίο

ΜΟΝΟ

. η ενεργειακή αξία

Ανά 25g:

Ενέργεια

586 kJ
140 kcal
7%*

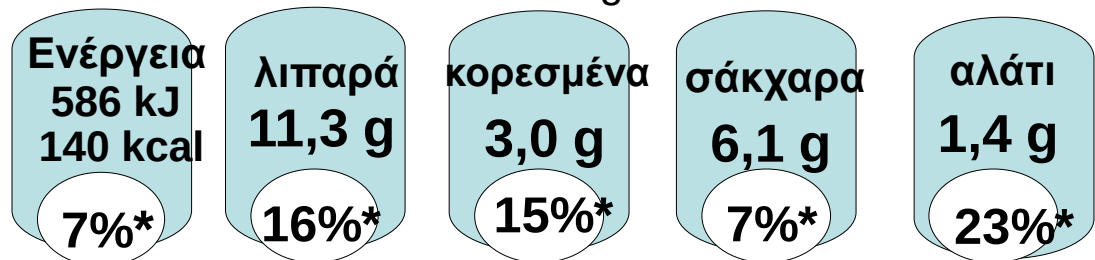
Ανά 100g:

2343 kJ / 560 kcal

*ΠΠΑ= Προσλαμβανόμενη
Ποσότητα Αναφοράς ενός μέσου
ενήλικα (8400 kJ / 2000 kcal)

. η ενεργειακή αξία μαζί με τις ποσότητες
σε λιπαρά, κορεσμένα, σάκχαρα και αλάτι

Ανά 25g:



Ανά 100g:

2343 kJ / 560 kcal

*ΠΠΑ= Προσλαμβανόμενη Ποσότητα Αναφοράς ενός μέσου ενήλικα
(8400 kJ / 2000 kcal)

**ΠΡΟΣΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΕΣ ΠΟΣΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΚΑΙ
ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ ΘΡΕΠΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ (ΕΝΗΛΙΚΕΣ) (Καν. 1169/2011)**

Ενέργεια ή θρεπτική ουσία	Προσλαμβανόμενη ποσότητα αναφοράς
Ενέργεια	8400kj/2000kcal
Συνολικά λιπαρά	70gr
Κορεσμένα	20gr
Υδατάνθρακες	260gr
Σάκχαρα	90gr
Πρωτεΐνη	50gr
Αλάτι	6gr

Με την επανάληψη των συγκεκριμένων πληροφοριών ο καταναλωτής:

- ενημερώνεται άμεσα και γρήγορα για την ενεργειακή αξία και το περιεχόμενο των τροφίμων σε θρεπτικές ουσίες για τις οποίες υπάρχουν συστάσεις περιορισμού της κατανάλωσής τους
- κατανοεί τη συμβολή του τροφίμου στο σύνολο της διατροφής του ως προς την ενέργεια και τις θρεπτικές αυτές ουσίες
- κάνει εύκολα συγκρίσεις με άλλα τρόφιμα της ίδιας ή διαφορετικής κατηγορίας

Ισχυρισμοί Διατροφής και Υγείας

Ισχυρισμός: κάθε μήνυμα ή απεικόνιση (εικαστική, γραφική ή συμβολική), η οποία δεν είναι υποχρεωτική από την ενωσιακή ή εθνική νομοθεσία και η οποία δηλώνει, υπονοεί ή οδηγεί στο συμπέρασμα ότι ένα τρόφιμο έχει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά

θρεπτικές ιδιότητες

Ισχυρισμός
διατροφής

ευεργετική επίδραση στην υγεία

Ισχυρισμός
υγείας

Ισχυρισμοί διατροφής

Οι ισχυρισμοί διατροφής επικοινωνούν τις ιδιαίτερες ευεργετικές θρεπτικές ιδιότητες που διαθέτει ένα τρόφιμο λόγω της ενέργειας ή / και της θρεπτικής ή άλλης ουσίας που

➤ περιέχει

πλούσιο σε πρωτεΐνες, πηγή ω-3 λιπαρών οξέων, εμπλουτισμένο με βιταμίνη C

➤ δεν περιέχει (χωρίς)

Χωρίς σάκχαρα, χωρίς αλάτι, χωρίς θερμίδες

➤ περιέχει σε μειωμένο ή αυξημένο ποσοστό (συγκριτικοί)

Μειωμένα λιπαρά, Λιγότερο αλάτι, αυξημένη περιεκτικότητα σε εδώδιμες ίνες, Light



ισχυρισμοί διατροφής

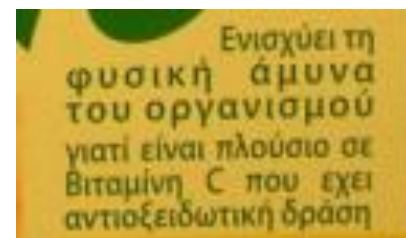
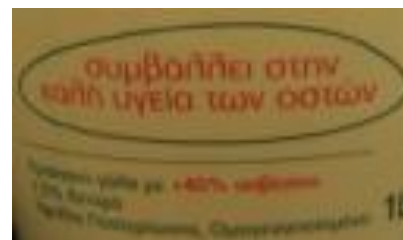
Επιτρέπονται **ΜΟΝΟ** οι ισχυρισμοί διατροφής που απαριθμούνται **στο Παράρτημα** του Κανονισμού 1924/2006 και υπό την προϋπόθεση ότι **πληρούνται οι όροι χρήσης τους**



Ισχυρισμοί Υγείας

Οι ισχυρισμοί υγείας αναφέρονται στη σχέση που υπάρχει μεταξύ τροφίμου ή συστατικού ή κατηγορίας τροφίμων και της υγείας

Δεν πρέπει να αποδίδονται σε οποιοδήποτε τρόφιμο ιδιότητες πρόληψης, αγωγής ή θεραπείας οιασδήποτε ανθρώπινης ασθένειας, ούτε να γίνεται αναφορά σε τέτοιες ιδιότητες (Καν. 1169/2011, άρθρο7, παρ. 3)



Λειτουργικοί Ισχυρισμοί

Ευεργετική επίδραση ενός συστατικού/τροφίμου/κατηγορίας τροφίμων σε ορισμένες φυσιολογικές λειτουργίες του οργανισμού.

αναφέρονται στο ρόλο θρεπτικής ή άλλης ουσίας :

- στην αύξηση, την ανάπτυξη και τις λειτουργίες του οργανισμού
- στις Ψυχολογικές λειτουργίες και λειτουργίες συμπεριφοράς
- στο αδυνάτισμα ή έλεγχο του βάρους ή μείωση του αισθήματος πείνας ή αύξηση του αισθήματος κορεσμού

Ισχυρισμοί για τη μείωση κινδύνου εκδήλωσης ασθένειας



«Έχει αποδειχτεί ότι οι φυτοστερόλες μειώνουν τα επίπεδα χοληστερόλης στο αίμα. Τα υψηλά επίπεδα χοληστερόλης συνιστούν παράγοντα κινδύνου για την ανάπτυξη στεφανιαίας νόσου»

«η ασθένεια στην οποία αναφέρεται ο ισχυρισμός έχει πολλαπλούς παράγοντες κινδύνου και η μεταβολή ενός από αυτούς ενδέχεται να έχει ή να μην έχει ευεργετικό αποτέλεσμα»



Ισχυρισμοί για την ανάπτυξη & υγεία των παιδιών

«Το ασβέστιο είναι απαραίτητο για την φυσιολογική ανάπτυξη των οστών των παιδιών»

Από τους ισχυρισμούς υγείας επιτρέπεται να χρησιμοποιούνται

ΜΟΝΟ

➤ εκείνοι οι οποίοι έχουν εγκριθεί από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή ύστερα από επιστημονική αξιολόγηση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου (Ευρωπαϊκή Αρχή για την Ασφάλεια των Τροφίμων EFSA)

ΚΑΙ

➤ εκείνοι που βρίσκονται σε εκκρεμότητα γιατί δεν έχει ολοκληρωθεί ακόμα η αξιολόγησή τους από την EFSA ή η εξέτασή τους από την Επιτροπή

Υπό την προϋπόθεση ότι πληρούνται οι όροι χρήσης τους

Γενικοί όροι χρήσης ισχυρισμών

- Η ουσία για την οποία γίνεται ο ισχυρισμός θα πρέπει i) να έχει αποδεδειγμένα ευεργετικό θρεπτικό ή φυσιολογικό αποτέλεσμα και ii) να περιέχεται στο τελικό προϊόν σε σημαντική ποσότητα iii) να είναι σε μορφή που μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τον οργανισμό
- Με την ποσότητα του προϊόντος που ευλόγως αναμένεται να καταναλωθεί θα πρέπει να παρέχεται σημαντική ποσότητα της ουσίας
- Ο μέσος καταναλωτής θα πρέπει να κατανοεί τον ισχυρισμό όπως διατυπώνεται
- Οι ισχυρισμοί επί θεμάτων διατροφής και υγείας θα πρέπει να αναφέρονται σε τρόφιμα έτοιμα προς κατανάλωση σύμφωνα με τις οδηγίες του παρασκευαστή
- Η χρήση των ισχυρισμών θα πρέπει να συμμορφώνεται με τους ειδικούς όρους του Κανονισμού 1924/2006
- Υποχρεωτική η διατροφική δήλωση

Γενικές αρχές για όλους τους ισχυρισμούς

ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ ΟΙ ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΙ

Που είναι
Ψευδείς,
διφορούμενοι,
παραπλανητικοί

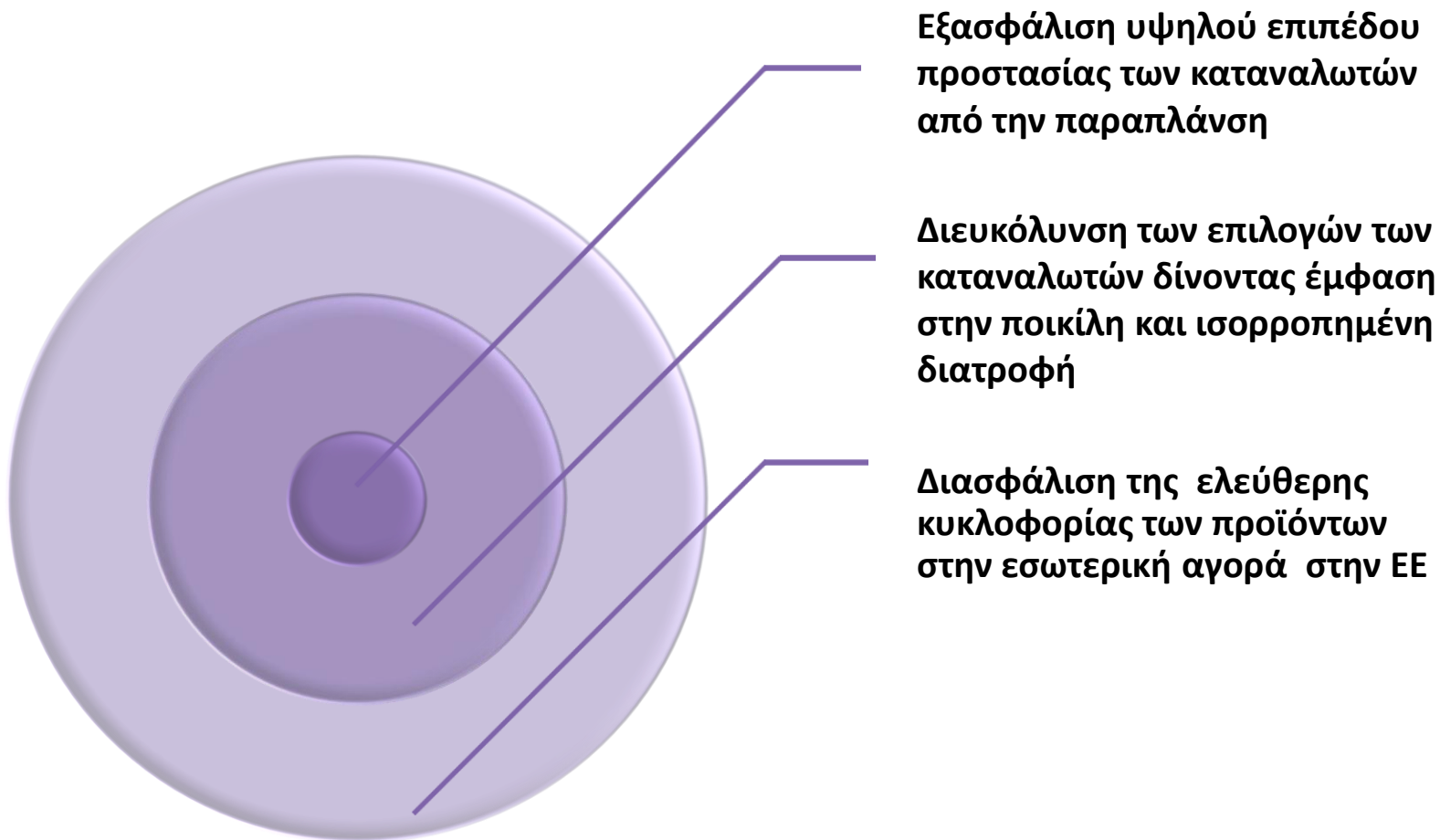
Που δημιουργούν
αμφιβολίες
σχετικά με την
ασφάλεια ή/και
τη θρεπτική
επάρκεια των
άλλων
τροφίμων

Που ενθαρρύνουν ή
εμφανίζουν ως
αποδεκτή την
υπερβολική
κατανάλωση
ενός τροφίμου

Που δηλώνουν ή
υπονοούν ότι μια
ισορροπημένη
διατροφή δεν
μπορεί να
παρέχει επαρκείς
ποσότητες των
θρεπτικών
ουσιών

Που
αναφέρονται
σε αλλαγές των
λειτουργιών
του οργανισμού
οι οποίες θα
μπορούσαν να
προκαλέσουν
αισθήματα
φόβου στον
καταναλωτή

ΣΤΟΧΟΙ ΤΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ (ΕΚ) 1924/2006 & (ΕΕ) 1169/2011



Θρεπτικά χαρακτηριστικά (nutrient profiles)

άρθρο 4 Καν. 1924/2006

Τα χαρακτηριστικά τα οποία πρέπει να διαθέτει ένα τρόφιμο ή μία κατηγορία τροφίμων για να μπορεί να φέρει ισχυρισμό διατροφής ή/και υγείας

- ❖ Αποσκοπούν στην προστασία του καταναλωτή από την παραπλάνηση στην περίπτωση που η παρουσία ισχυρισμών σε ένα τρόφιμο θα μπορούσε να συγκαλύψει το γενικό διατροφικό του χαρακτήρα
- ❖ Για τον καθορισμό τους λαμβάνονται υπόψη
 - ☐ Η περιεκτικότητα σε κορεσμένα λιπαρά οξέα, σάκχαρα και νάτριο
 - ☐ Ο ρόλος και η σημασία του τροφίμου στη διατροφή και η συμβολή του στη διαίτα του πληθυσμού
 - ☐ Η συνολική διαιτολογική σύνθεση του τροφίμου

Το 2016 θα ολοκληρωθεί ο διάλογος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής με τους ενδιαφερόμενους και τα Κράτη Μέλη



Ευχαριστώ για την
προσοχή σας!