



# **Vilseledande märkning?**

**– En studie av närings- och hälsopåståenden  
på livsmedelsförpackningar**

**Sandra Keskisarja**

Självständigt arbete, Magisterprogrammet för livsmedelstillsyn, 15 hp

---

Institutionen för Livsmedelsvetenskap

Publikation nr 281

*Swedish University of Agricultural Sciences*  
Department of Food Science

---

Uppsala 2010

**Universitet**

Sveriges lantbruksuniversitet (SLU), institutionen för livsmedelsvetenskap

**Författare**

Sandra Keskisarja

**Titel**

Vilseledande märkning? – En studie av närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar

**Engelsk titel:** Misguided labeling? - A study of nutrition- and health claims on food packages

**Handledare**

Kerstin Lundström, Inst. för livsmedelsvetenskap, SLU  
& Lisbet Johansson, Södertälje kommun.

**Examinator**

Galia Zamartskaia, Inst. för livsmedelsvetenskap, SLU

**Typ av arbete:** Självständigt arbete 15 högskolepoäng,  
Avancerad D, Magisterprogrammet för livsmedelstillsyn, SLU.

**Kurskod**

SLU-40114

**Omfattning**

15 högskolepoäng (hp)

**Nivå**

Avancerad

**Utgivningsort**

Uppsala

**Utgivningsår**

2010

## Sammanfattning

**Introduktion/Bakgrund:** Intresset för kost och hälsa har under de senaste åren ökat. Studier har visat att livsmedelsförpackningen är en av de främsta källorna till information om nutrition som finns tillgängliga för konsumenten. Därför är det viktigt att konsumenterna tillhandahålls korrekt information och inte vilseleds. Sedan år 2006, med tillämpning från 1 juli 2007, finns ny lagstiftning (förordning (EG) nr 1924/2006) gällande närings- och hälsopåståenden som mycket detaljerat reglerar hur ett påstående som används i marknadsföring av livsmedel får utformas.

**Syfte:** Syftet med studien är att undersöka om närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar följer gällande lagstiftning (förordning (EG) nr 1924/2006), och i vilken utsträckning detta sker. Det är således de faktiska förhållandena ute på marknaden som kommer att undersökas. Vidare är syftet att få en uppfattning om de studerade produkterna försetts med närings- eller hälsopåståenden som är bristfälliga och/eller kan uppfattas som vilseledande.

**Metod och material:** Metoden som använts i studien är kvantitativ med vissa kvalitativa inslag. Med hjälp av en utarbetad checklista har närings- och hälsopåståenden gjorda på livsmedelsförpackningar kontrollerats, tolkats och bedömts utifrån gällande lagstiftning. Urvalet består av fyra livsmedelsbutiker belägna i Södertälje kommun. De produktgrupper som kontrollerats i studien är matfett, mejeri, bröd, pasta, ris, flingor/gryn/müsli samt drycker.

**Resultat:** Huvudresultaten av studien visar att sammanlagt 153 påståenden observerats, fördelat på 118 produkter. Totalt återfanns 103 näringspåståenden och 50 hälsopåståenden. Majoriteten av näringspåståendena som observerats handlade om kostfiber. Flest näringspåståenden hittades i produktgruppen ”drycker” och minst antal näringspåståenden fanns i kategorin ”ris”. Detsamma gällde för hälsopåståenden där produktgruppen ”drycker” hade flest antal hälsopåståenden och ”ris” hade minst antal. Sammanlagt påträffades 42 stycken påståenden som inte var förenliga med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006.

**Slutsats:** Av de 153 kontrollerade påståendena i studien var ca 27 procent (42 stycken) inte utformade i enlighet med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006. De flesta av dessa påståenden anses dock ändå inte vara felaktiga på grund av att en övergångstid fram till den 19 januari 2022 tillämpas, vilket kan anses vara en väldigt lång tid. Det känns som att denna bestämmelse har införts för att underlätta mer för producenterna än att vara till hjälp för konsumenten. I allmänhet litar konsumenterna på den märkning som livsmedelsförpackningen tillhandahåller. Risker är dock stora i nuläget att konsumenten vilseleds på grund av att de finns märkning om närings- och hälsopåståenden på marknaden som inte följer gällande lagstiftning, men ändå inte bedöms vara felaktiga.

## Abstract

**Introduction/Background:** The interest for health and nutrition has increased during the last years. Studies have shown that food packages are one of the most important sources for information about nutrition that are available to the consumer. Because of this, it is essential that the information provided by the food packages is correct and not misleading. Since 2006, with appliance from July 1<sup>st</sup> 2007, there is a new legislation (regulation (EC) no 1924/2006) concerning nutrition and health claims. This regulation adjusts very precise how a claim used in marketing food can be designed.

**Aim:** The aim with this study is to examine whether nutrition and health claims on food packages follows the current legislation (regulation (EC) no 1924/2006), and to what extent this appear. Thus, it is the actual situation on the market that will be controlled. Further, the aim of the study is to get an impression if the products involved in the study are provided with nutrition or health claims that are inadequate and/or could be understood as misleading.

**Methods and materials:** The method used in this study is quantitative with some qualitative features. With help from a composed checklist, nutrition and health claims on food packages have been controlled, read and evaluated considering current legislation. The sample consists of four food stores situated in the county of Södertälje. The product groups controlled in this study are edible fat, dairy products, bread, pasta, rice, cereal/grain/muesli and beverages.

**Results:** The main result of the study shows that 153 claims were observed, spread on 118 products. Totally 103 nutrition claims and 50 health claims were found. The majority of the nutrition claims found dealt with dietary fiber. Most of the nutrition claims were found in the product group “beverages” and the least amount of nutrition claims were found in the category “rice”. The same thing concerned health claims, where the product group “beverages” had the most health claims and “rice” was the group with the least amount. Altogether 42 claims were observed that are not consistent with the ordinance in regulation (EC) no 1924/2006.

**Conclusion:** Of 153 claims controlled in the study, around 27 per cent (42 pieces) were not designed in accordance with the legislation in regulation (EC) no 1924/2006. Because of the transition period up to January 19<sup>th</sup> 2022, most of these claims are not found as incorrect, which could be believed to be a very long time. The feeling you get is that this regulation has been adopted to make it easier for the manufacturers rather than to be helpful for the consumer. Generally, the consumers trust the labeling made on food packages. In the present situation, there is a large risk that the consumer is misled because of present nutrition and health claims that not follow the current legislation, but still not are evaluated as incorrect.

# Innehållsförteckning

<b>1 INTRODUKTION.....</b>	<b>1</b>
<b>2 BAKGRUND.....</b>	<b>1</b>
2.1 KONSUMENTEN VILL HA NÄRINGSINFORMATION .....	1
2.2 FÖRSTÅELSE FÖR INFORMATION PÅ LIVSMEDELSFÖRPACKNINGAR.....	2
2.3 FÖRTROENDE FÖR INFORMATION PÅ LIVSMEDELSFÖRPACKNINGAR .....	2
2.4 NÄRINGS- OCH HÄLSOPÅSTÅENDEN.....	2
2.5 CODEX ALIMENTARIUS.....	3
2.6 EUROPAPARLAMENTETS OCH RÅDETS FÖRORDNING (EG) NR 1924/2006 .....	3
2.6.1 DEFINITIONER .....	3
2.6.2 TILLÄMPNINGSSOMRÅDE OCH ALLMÄNNA PRINCIPER.....	4
2.6.3 NÄRINGSVÄRDEDECLARATION.....	5
2.6.4 JÄMFÖRANDE PÅSTÅENDEN.....	5
2.6.5 EJ TILLÅTNA HÄLSOPÅSTÅENDEN .....	5
2.6.6 ARTIKEL 13.1- OCH 14.1-PÅSTÅENDEN .....	5
2.6.7 OSPECIFICERADE HÄLSOPÅSTÅENDEN .....	6
2.6.8 GRÄNSDRAGNING MELLAN NÄRINGSPÅSTÅENDEN OCH HÄLSOPÅSTÅENDEN .....	6
2.6.9 UNDANTAG FRÅN FÖRORDNINGEN .....	7
2.7 EGENÅTGÄRDSPROGRAMMET.....	7
<b>3 PROBLEMBESKRIVNING .....</b>	<b>7</b>
3.1 SYFTE .....	8
<b>4 METOD.....</b>	<b>8</b>
4.1 VETENSKAPSSYN .....	8
4.2 VAL AV METOD.....	8
4.3 URVAL .....	9
4.4 AVGRÄNSNINGAR .....	10
4.5 CHECKLISTA.....	10
4.6 PRAKTISKT TILLVÄGAGÅNGSSÄTT .....	10
4.7 BEARBETNING AV DATA .....	11
4.8 RELIABILITET OCH VALIDITET .....	11
<b>5 RESULTAT .....</b>	<b>12</b>
5.1 FÖRDELNING AV PÅSTÅENDEN BLAND OLIKA PRODUKTGRUPPER .....	12
5.2 NÄRINGSPÅSTÅENDEN .....	13
5.3 HÄLSOPÅSTÅENDEN .....	13
5.3.1 13.1.A-PÅSTÅENDEN .....	14

5.3.2 14.1-PÅSTÅENDEN OM MINSKAD SJUKDOMSRISK .....	14
5.3.3 14.1-PÅSTÅENDEN OM BARNES UTVECKLING OCH HÄLSA .....	15
5.3.4 OSPECIFICERADE HÄLSOPÅSTÅENDEN .....	15
<b>5.4 BRISTFÄLLIGA/VILSELEDANDE PÅSTÅENDEN .....</b>	<b>15</b>
5.4.1 NÄRINGSPÅSTÅENDEN .....	16
5.4.2 HÄLSOPÅSTÅENDEN .....	16
<b><u>6 DISKUSSION .....</u></b>	<b><u>17</u></b>
<b>6.1 METODDISKUSSION .....</b>	<b>17</b>
<b>6.2 RESULTATDISKUSSION .....</b>	<b>18</b>
6.2.1 HUVUDRESULTAT .....	18
6.2.2 MATFETT .....	19
6.2.3 MEJERI .....	19
6.2.4 BRÖD .....	19
6.2.5 PASTA .....	20
6.2.6 RIS .....	21
6.2.7 FLINGOR/GRYN/MÜSLI .....	21
6.2.8 DRYCKER .....	22
6.2.9 VILSELEDANDE MÄRKNING .....	23
<b><u>7 SLUTSATS .....</u></b>	<b><u>23</u></b>
<b><u>KÄLLFÖRTECKNING .....</u></b>	<b><u>25</u></b>
<b><u>BILAGA 1 – NÄRINGSPÅSTÅENDEN.....</u></b>	<b><u>28</u></b>
<b><u>BILAGA 2 – HÄLSOPÅSTÅENDEN .....</u></b>	<b><u>31</u></b>
<b><u>BILAGA 3 – CHECKLISTA.....</u></b>	<b><u>33</u></b>
<b><u>BILAGA 4 – HJÄLPREDA TILL CHECKLISTA.....</u></b>	<b><u>36</u></b>
<b><u>BILAGA 5 – INFORMATIONSBLAD TILL LIVSMEDELSFÖRETAGARE .....</u></b>	<b><u>39</u></b>
<b><u>BILAGA 6 – OBSERVERADE NÄRINGSPÅSTÅENDEN .....</u></b>	<b><u>40</u></b>
<b><u>BILAGA 7 – OBSERVERADE HÄLSOPÅSTÅENDEN.....</u></b>	<b><u>44</u></b>

# 1 Introduktion

Intresset för kost och hälsa har under de senaste åren ökat (Livsmedelsbranschens regler, 2004). Flera studier har visat att näringsinformation är något som önskas och efterlyses av konsumenterna (Jacoby, Chestnut & Silberman, 1977; Svederberg, Asp, Laser Reuterswärd & Svensson, 2002; Bureau Européen des Unions de Consommateurs [BEUC], 2005; Livsmedelsverkets rapport, 2000). Ett ökat intresse för kost och hälsa ger en ökad medvetenhet om matens betydelse för hälsan, vilket medverkar till att man läser näringsinformation på livsmedelsförpackningar. En studie har visat att det kan ha hälsomässiga fördelar för konsumenten om denne läser texten på livsmedelsförpackningen (Svederberg et al., 2002). Därför är detta ett viktigt verktyg för konsumenten att använda sig av för att komponera ihop en hälsosam och näringsriktig kost. Konsumenten bör av informationen på livsmedelsförpackningen på ett enkelt sätt få veta hur produkten kan bidra till en näringsriktig kost. Informationen på livsmedelsförpackningen bör innehålla korrekt och begriplig information för att vara till hjälp för konsumenten (Livsmedelsverkets rapport, 2000). Marknadsföring som innehåller vilseledande information kan negativt inverka på konsumenternas hälsa (Nätverket Matvalet, 2008). Detta då vilseledande information kan leda till felaktig konsumtion av ett livsmedel. Livsmedelsförpackningen har visat sig vara en av de främsta källorna till information om nutrition och hälsa (BEUC, 2005), vilket gör det allt viktigare att informationen som presenteras där är korrekt.

Hälsopåståenden kan stimulera konsumenterna till ett ökat intresse för mat och hälsa och därmed främja goda matvanor (Livsmedelsverkets rapport, 2000). Det är dock viktigt att de närings- och hälsopåståenden som presenteras på livsmedelsförpackningar och som används i marknadsföring av livsmedelsprodukter är korrekta, vilket är svårt för konsumenten att avgöra (se avsnitt 2.6.1, definitioner, för förklaring av närings- och hälsopåståenden). Tidigare fanns ingen lag eller bestämmelse för vilka regler som gäller när man ska utforma ett närings- eller hälsopåstående. Sedan år 2006, med tillämpning från 1 juli 2007, finns en EG-förordning som mycket detaljerat reglerar hur ett påstående får utformas (förordning (EG) nr 1924/2006). Denna förordning ersätter det svenska frivilliga egenåtgärdsprogrammet (Livsmedelsbranschens regler, 2004).

## 2 Bakgrund

### 2.1 Konsumenten vill ha näringsinformation

Det är viktigt för konsumenter att få näringsinformation, eftersom en trend om ett ökat intresse för nutrition har konstaterats (Livsmedelsbranschens regler, 2004). Det är betydelsefullt för konsumenterna att använda sig av text och information på livsmedelsförpackningen vid bedömning av produkter, då detta har visat sig ha hälsomässiga fördelar (Svederberg et al., 2002).

Livsmedelsförpackningen är även en av de främsta källorna till information om nutrition (BEUC, 2005). Som tidigare nämnts efterlyser konsumenter att de vill ha näringsinformation på livsmedelsförpackningar. Samtidigt har det visat sig att konsumenter ändå inte använder sig av informationen i så stor utsträckning (Jacoby, Chestnut & Silberman, 1977; Svederberg et al., 2002). Det som konsumenten efterlyser är enkelhet och färre komplicerade ord och termer, men mer detaljerad information som exempelvis vilken sorts fett som använts, istället för att skriva ”härdat fett” eller ”vegetabiliskt fett” (Livsmedelsverkets rapport, 2000).

## **2.2 Förståelse för information på livsmedelsförpackningar**

Flertalet studier har visat att konsumenter i allmänhet har svårt för att ta till sig närings- och hälsopåståenden som görs på livsmedelsförpackningar (Nätverket Matvalet, 2008; Lundgren, 2006; Svederberg, 2002; Livsmedelsverkets rapport, 2000). Detta kan bland annat bero på att konsumenter inte är välinformerade om nutrition och hälsa (BEUC, 2005). En studie har visat att konsumenternas förståelse för näringsinformation är låg, vilket gör att det finns en risk att helheten i budskapet kan misstolkas (Fullmer, Geiger & Parent, 1991). Informationen på livsmedelsförpackningar är för avancerad och/eller förvirrande för konsumenterna (Wang, Fletcher & Carley, 1995). Detta gör att de vill få påståendena konfirmerade av andra källor till information som de bättre litar på, vilket exempelvis kan vara från läkare eller dietister (Svederberg et al., 2002).

## **2.3 Förtroende för information på livsmedelsförpackningar**

För att kunna använda och ha nytta av närings- och hälsopåståenden krävs att konsumenter har stort förtroende för påståenden som görs. Det råder delade meningar kring vad konsumenterna tycker om påståenden som görs på livsmedelsförpackningar (Livsmedelsverkets rapport, 2000). Flera studier pekar på att konsumenter i allmänhet har stort förtroende för livsmedelsmärkning och information på livsmedelsförpackningar (Svederberg et al., 2002; Livsmedelsverkets rapport, 2000). Många anser att information på livsmedelsförpackningar är en god källa till information om nutrition och hälsa. Svederberg et al. (2002) har i en studie visat att information på livsmedelsförpackningar är den mest trovärdiga källan till information enligt konsumenten, förutom den information som kan ges från fackmän (läkare, dietister, osv.). Ofta är tron på ett närings- eller hälsopåstående korrelerad med förtroende för ett specifikt varumärke (BEUC, 2005).

Självfallet finns det även dem som är skeptiska till närings- och hälsopåståenden (Livsmedelsverket rapport, 2000). Dock erkänner konsumenter som är skeptiska till att använda sig av påståenden vid val av livsmedel att de ändå påverkas av dem. Anledningen till att dessa konsumenter är skeptiska till närings- och hälsopåståenden är att de tror att de kan vara vilseledande, och de anser att de själva inte kan avgöra om påståendena är sanna eller inte (BEUC, 2005). Att konsumenter är kritiska till närings- och hälsopåståenden kan också ofta bero på att de inte har tillräcklig kunskap för att kunna värdera påståenden som görs (Livsmedelsverkets rapport, 2000).

## **2.4 Närings- och hälsopåståenden**

En studie har visat att konsumenter frekvent använder sig av närings- och hälsopåståenden vid val av livsmedel (Svederberg, 2002). Enligt BEUC (2005), som sammanställt en undersökning om hur europeiska konsumenter uppfattar och påverkas av livsmedelsmärkning, läser 59 procent, av 3000 tillfrågade, alltid eller ofta de påståenden som presenteras på livsmedelsförpackningar. Över 50 procent anger att de skulle kunna köpa en produkt baserat på det påstående som finns på produkten. Över 50 procent anger även att de tror på de närings- och hälsopåståenden som görs. I Tyskland är denna siffra 70 procent, medan den i Danmark är så låg som 33 procent.

Andra studier har tagit upp frågeställningen om hur längden av ett påstående, som presenteras på livsmedelsförpackningen, kan påverka hälsorelaterade uppfattningar om en specifik produkt (Wansink, Sonka & Hasler, 2004; Wansink, 2003). Resultatet har visat att ett kort närings- eller hälsopåstående



har en mer positiv effekt än ett långt, om det presenteras på framsidan av livsmedelsförpackningen (Wansink, 2003). Wansink menar att det bästa sättet att marknadsföra en produkt med ett närings- eller hälsopåstående är att presentera ett kort påstående på framsidan av livsmedelsförpackningen och ett långt på baksidan av förpackningen. Detta gör att konsumenterna i större utsträckning kan ta in och tro på påståendet.

Vidare ställde BEUC (2005) i sin undersökning en fråga till de tillfrågade gällande ett näringspåstående: ”Skulle påståendet ’rik på kalcium’ leda dig till att köpa produkten?”. 47 procent av respondenterna svarade att ett sådant påstående skulle göra att de köpte produkten. Nästan en tredjedel svarade att ovan nämnda påstående skulle kunna göra att de konsumerade mer av den specifika produkten. När man i samma undersökning presenterade två liknande produkter, en med kalcium tillsatt och en utan, svarade 75 procent av de tillfrågade att produkten med tillsatt kalcium var bättre (BEUC, 2005). Detta visar att näringspåståenden påverkar konsumenterna på ett eller annat sätt, ibland kanske mer än vad konsumenten tror.

Livsmedelsverket (2000) menar i sin rapport om utredning av produktspecifika hälsopåståenden att det finns vissa kriterier för att ett hälsopåstående ska kunna vara till nytta för konsumenten. Påståendet bör innehålla korrekt information för att inte vilseleda konsumenten. Påståendet bör även vara utformat på ett korrekt och enkelt sätt och bör i allmänhet vara konsumentanpassat.

## **2.5 Codex Alimentarius**

*Codex Alimentarius Commission*, som bildats av FN-organen FAO (Food and Agriculture Organization) och WHO (World Health Organization), har till uppgift att ta fram internationella regler och standarder för att garantera säkra livsmedel och redlighet i livsmedelshanteringen. *Codex Alimentarius* är det regelverk som standarderna samlats i. Alla medlemsstater i EU har ingått ett förbund (Världshandelsorganisationen), vilket innebär att alla medlemsländer måste grunda sina regler på de internationella standarder som utarbetats av Codex (Livsmedelsverket, 2009; Codex Alimentarius, 2006). I beaktandesats 7 i Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 står att hänsyn tas till de riktlinjer gällande användande av närings- och hälsopåståenden som utarbetats av Codex. Riktlinjerna, ”Guidelines for use of nutrition and health claims”, föreskriver vilka närings- och hälsopåståenden som är tillåtna och under vilka förhållanden (Codex Alimentarius, 1997).

## **2.6 Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006**

### **2.6.1 Definitioner**

Enligt Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel ges följande definitioner till de begrepp som är viktiga att förstå i detta sammanhang (artikel 2):

Påstående:

*varje budskap eller framställning som inte är obligatorisk enligt gemenskapens eller medlemsstaternas lagstiftning, inbegripet framställningar bestående av bilder, grafik eller symboler, oavsett form, och som anger, låter förstå eller antyder att ett livsmedel har särskilda egenskaper.*

Näringspåstående:

*varje påstående som anger, låter förstå eller antyder att ett livsmedel har särskilda gynnsamma näringsmässiga egenskaper på grund av: a) den energi (det kalorivärde) det ger, ger i minskad eller ökad grad, eller inte ger och/eller b) de näringsämnen eller andra ämnen det innehåller, innehåller i mindre eller större omfattning eller inte innehåller.*

Hälsopåstående:

*varje påstående som anger, låter förstå eller antyder att det finns ett samband mellan en kategori av livsmedel eller en av dess beståndsdelar och hälsa.*

Påstående om minskad sjukdomsrisk:

*varje hälsopåstående som anger, låter förstå eller antyder att konsumtion av en kategori av livsmedel, ett livsmedel eller av en av dess beståndsdelar väsentligt minskar en riskfaktor för utveckling av sjukdom hos människor.*

## **2.6.2 Tillämpningsområde och allmänna principer**

Förordning (EG) nr 1924/2006 ska tillämpas på ”näringspåståenden och hälsopåståenden i kommersiella meddelanden, oavsett om dessa är i form av märkning och presentation av eller reklam för livsmedel som ska levereras som sådana till slutkonsumenten” (artikel 1.2). Allmänna principer för påståenden som omfattas av förordningen säger att märkningen inte får vara felaktig, vilseledande eller tvetydig. Märkningen får inte vilseleda konsumenten på sådant sätt att det antyds att livsmedlet har speciella egenskaper (exempelvis hög halt av kostfiber), när egentligen alla liknande produkter på marknaden har samma egenskaper (artikel 3). Alla påståenden bör vara utformade på sådant sätt att de kan förstås av den genomsnittliga konsumenten (beaktandesats 16). Vissa konsumentgrupper, exempelvis barn, kan inte förväntas vara lika välinformerade som den genomsnittliga konsumenten. Därför får inte produkter av livsmedel som riktar sig till dessa konsumentgrupper ha påståenden i marknadsföringen som kan tänkas vilseleda den aktuella målgruppen.

De näringspåståenden som enligt förordningen är tillåtna att använda, och villkor för användning av dessa, presenteras i bilagan till förordningen (se bilaga 1). I förordningen finns krav på att närings- och hälsopåståenden som publiceras i samband med ett livsmedel ska kunna grundas och styrkas med vetenskaplig dokumentation som är allmänt vedertagen (artikel 6). Alla livsmedelsföretagare som använder sig av påståenden i marknadsföringen av sina produkter måste kunna visa upp vetenskaplig dokumentation vid förfrågan.

### 2.6.3 Näringsvärdesdeklaration

När ett närings- eller hälsopåstående görs måste en näringsvärdesdeklaration finnas på förpackningen (SLVFS 1993: 21, 8§). Näringsvärdesdeklarationen ska utformas i enlighet med Livsmedelsverkets föreskrift SLVFS 1993: 21. Näringspåståenden gällande vitaminer och mineraler får endast göras för de ämnen som har ett rekommenderat dagligt intag och som nämns i bilagan till ovan nämnda föreskrift (förordning (EG) nr 1924/2006, artikel 7).

### 2.6.4 Jämförande påståenden

Om jämförande påståenden (påståenden där livsmedel jämförs med varandra med uttryck som ”energireducerad”, ”ökat innehåll av” osv., enligt bilaga till förordning (EG) nr 1924/2006) (se bilaga 1) ska tillåtas måste jämförelsen göras med liknande produkter (produkter inom samma livsmedelskategori och med samma användningsområde). Exempelvis får man, enligt förordningen, jämföra två olika sorters mjuka bröd med varandra avseende fiberinnehåll. Däremot får man inte jämföra sojadryck med mjölk eller hårt bröd med mjukt bröd. Om näringspåståendena ”ökat/minskat innehåll” eller ”lätt/light” används måste det finnas uppgifter om vilket näringsämne det är som har reducerats i livsmedlet (se bilaga 1).

### 2.6.5 Ej tillåtna hälsopåståenden

I artikel 12 till förordning (EG) nr 1924/2006 står vilka hälsopåståenden som inte är tillåtna för livsmedel:

*Påståenden som ger intryck av att hälsan skulle kunna påverkas negativt om man inte konsumerar livsmedlet.*

*Påståenden som hänvisar till hur snabbt eller hur mycket man kan gå ner i vikt.*

*Påståenden som hänvisar till rekommendationer av enskilda läkare eller fackmän på hälsoområdet och andra sammanslutningar som inte avses i artikel 11 (nationella sammanslutningar av fackmän inom medicin, nutrition eller dietetik samt välgörenhetsorganisationer med hälsoanknytning).*

Sedan 2009 finns flera EG-förordningar som detaljerat anger vilka hälsopåståenden som är tillåtna och inte, samt vilken artikel de avser i förordning (EG) nr 1924/2006. De förordningar som anger dessa hälsopåståenden samt vilka specifika hälsopåståenden det gäller återfinns i bilaga 2. En fullständig förteckning över tillåtna hälsopåståenden håller för närvarande på att utarbetas av European Food Safety Authority (EFSA, 2010a). Endast de hälsopåståenden som kommer att finnas i förteckningen över tillåtna påståenden får användas om livsmedel. Fram till dess att denna förteckning träder i kraft är endast hälsopåståenden enligt artikel 13.1.a tillåtna (se avsnitt 2.6.6, artikel 13.1- och 14.1-påståenden, för förklaring), och detta på företagarens ansvar (artikel 13.3, 28.5; Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006).

### 2.6.6 Artikel 13.1- och 14.1-påståenden

Artikel 13.1-påståenden definieras enligt förordningen som ”andra hälsopåståenden än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa” (artikel 13). Detta innebär hälsopåståenden som beskriver eller hänvisar till ett näringsämnes betydelse för kroppens tillväxt och

funktion, psykologiska funktioner samt bantning (viktkontroll, nedsatt hungerkänsla osv.). Dessa typer av påståenden får göras om de är baserade på vetenskaplig dokumentation och kan förstås av den genomsnittliga konsumenten. Ett exempel på ett artikel 13.1-påstående är: ”Innehåller ämnet X som bidrar till att stärka ditt skelett”.

Artikel 14.1-påståenden definieras enligt förordningen som ”påståenden om minskad sjukdomsrisk och påståenden om barns utveckling och hälsa” (artikel 14). Vid påståenden om hälsoeffekter av livsmedel är det inte tillåtet att ange termer som ”förebygger” eller ”botar”. Sådana påståenden anses vara medicinska, vilket innebär att livsmedlet kan behöva klassas som läkemedel. Vad gäller påståenden om minskad sjukdomsrisk är det tillåtet att ange att en riskfaktor kan minskas vid konsumtion av ett specifikt livsmedel. Det är dock inte tillåtet att ange att konsumtion av livsmedlet kan minska risken för en specifik sjukdom. Artikel 14.1-påståenden får inte göras innan de godkänts i enlighet med artikel 15-17 i förordning (EG) nr 1924/2006.

### **2.6.7 Ospecificerade hälsopåståenden**

Bland hälsopåståenden finns, förutom 13.1- och 14.1-påståenden, även ospecificerade hälsopåståenden. Denna kategori innefattar i nuläget endast gruppen ”antioxidanter”. Ett livsmedel får enligt förordning (EG) nr 1924/2006 inte märkas ”innehåller antioxidanter” (artikel 10.3). I november 2008 gjorde Livsmedelsverket en tolkning av lagstiftningen och kom fram till att tills vidare får följande påstående göras om antioxidanter: ”innehåller antioxidanter [*namn på antioxidanten*], som bidrar till att skydda kroppens celler” (Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006). Detta påstående får göras fram till dess att EFSA kommit med ett godkännande eller icke-godkännande gällande användning av påståenden om antioxidanter.

### **2.6.8 Gränsdragning mellan näringspåståenden och hälsopåståenden**

I ”Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel” finns ett exempel angivet som ger en sammanfattning av gränsdragningen mellan närings- och hälsopåståenden. Exemplet visar även till vilken artikel i förordningen som påståenden härrör från. Påstående om mineralet kalcium (Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006):

*Innehåller kalcium/Högt innehåll av kalcium (näringspåstående enligt artikel 8)*

*Kalcium behövs för normal benuppyggnad (hos vuxna) (hälsopåstående enligt artikel 13.1, funktionellt hälsopåstående)*

*Kalcium kan reducera urkalkningen av skelettet hos kvinnor efter menopaus. Urkalkning av skelettet är en riskfaktor för utveckling av benskörhet (osteoporos) (hälsopåstående enligt artikel 14.1)*

*Kalcium behövs för normal benuppyggnad hos barn (hälsopåstående enligt artikel 14.1, påstående om barns utveckling och hälsa)*

Alla ovan nämnda påståenden är tillåtna om vetenskapligt belägg finns (enligt artikel 6 till förordningen) och om företaget kan uppvisa detta på begäran, samt om påståendet är godkänt av

EFSA. Ett påstående som däremot inte är tillåtet är (Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006):

### *Kalcium förebygger benskörhet*

Detta är ett medicinskt påstående som inte är tillåtet om livsmedel (artikel 14). För närvarande tillåtna närings- och hälsopåståenden återfinns i bilaga 1 och 2.

#### **2.6.9 Undantag från förordningen**

När förordning (EG) nr 1924/2006 trädde i kraft krävdes vissa övergångsregler eftersom alla livsmedel inte kunde förväntas ändra på sina påståenden till den dag då lagen började gälla (lagen tillämpas från och med den 1 juli 2007). I förordningen (artikel 28) finns övergångsåtgärder som gäller. Livsmedel som släpptes ut på marknaden innan förordningen började tillämpas fick saluföras till och med den 31 juli 2009 om påståendena inte var förenliga med förordningen. Livsmedelsprodukter som har ett varumärke eller ett märkesnamn som fanns redan före den 1 januari 2005 får saluföras fram till den 19 januari 2022 även om påståendena strider mot förordningen. Även nya produkter under samma varumärke eller märkesnamn får föras ut på marknaden fram till detta datum. Detta innebär att det kan finnas produkter på marknaden som använder påståenden som inte är förenliga med dagens lagstiftning, men som ändå inte är olagliga om de fanns före den 1 januari 2005. Medicinska påståenden gjorda om livsmedel omfattas dock inte av några övergångstider, utan är förbjudna från förordningens tillämpningsdatum, den 1 juli 2007.

#### **2.7 Egenåtgärdsprogrammet**

Förordning (EG) nr 1924/2006 har ersatt det tidigare ”egenåtgärdsprogrammet” som angav riktlinjer för användning av hälsopåståenden i märkning och marknadsföring av livsmedel på den svenska marknaden. Egenåtgärdsprogrammet syftade till att ge riktlinjer kring frivilliga åtgärder som är avsedda att komplettera den lagstiftning som då gällde. Detta var en branschöverkommelse som livsmedelsbranschen i Sverige ingick (Livsmedelsbranschens regler, 2004).

### **3 Problembeskrivning**

Som beskrivits och diskuterats tidigare är kost och hälsa av stort intresse för konsumenter. Svederberg et al. (2002) menar att ett ökat intresse för kost och hälsa även ger en ökad medvetenhet om matens betydelse för hälsan. Författarna har vidare funnit att det har hälsomässiga fördelar att använda sig av informationen på livsmedelsförpackningar vid bedömning av produkter.

Livsmedelsförpackningen är, som tidigare nämnts, en av de främsta källorna till information om nutrition som finns tillgänglig för konsumenten (BEUC, 2005). Det gör att det är viktigt att konsumenterna tillhandahålls korrekt information och inte vilseleds. Detta är framför allt angeläget eftersom konsumenternas förståelse för näringsinformation är låg, vilket gör att budskapet kan misstolkas (Fullmer, Geiger & Parent, 1991). Konsumenterna har även ett stort förtroende för information på livsmedelsförpackningar (Svederberg et al., 2002).

I februari 2010 gav European Food Safety Authority (EFSA) ut ett pressmeddelande där de lämnade sina utlåtanden gällande 416 bedömda och utvärderade hälsopåståenden som förekommer på olika

livsmedel (EFSA, 2010b). Rapporten visade att det enligt EFSA endast finns vetenskapligt stöd för åtta av de påståenden som granskats i sammanlagt 31 utlåtanden (Livsmedelsverket, 2010). Även ett tidigare utlåtande från EFSA visar att sju av åtta hälsopåståenden saknar vetenskaplig grund (Livsmedelsverket, 2008).

Alla dessa faktorer gör det betydelsefullt att den information som konsumenterna får är riktig. Det är därför av intresse att undersöka hur det ser ut på den svenska marknaden vad gäller märkning med närings- och hälsopåståenden. Följer livsmedelsföretagen de lagar och regler som finns för att konsumenten inte ska vilseledas?

### 3.1 Syfte

Syftet med studien är att undersöka om närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar följer gällande lagstiftning (förordning (EG) nr 1924/2006), och i vilken utsträckning detta sker. Det är således de faktiska förhållandena ute på marknaden som kommer att undersökas. Vidare är syftet att få en uppfattning om de studerade produkterna försetts med närings- eller hälsopåståenden som är bristfälliga och/eller kan uppfattas som vilseledande.

## 4 Metod

### 4.1 Vetenskapssyn

Då syftet med studien var att undersöka om lagstiftningen efterlevs gällande närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar kom undersökningen och analysen att ha vissa *positivistiska* inslag. Enligt Andersson (1979) arbetar positivismen efter ett kvantitativt forskningsideal, där matematiska mönster eftersträvas för att uppnå undersökningens syfte. Kunskapsmålet för positivismen är att hitta kausala samband för att kunna formulera generella ordningar, vilket leder till en förenkling av verkligheten. Den mest centrala delen av positivismen är att den vetenskapliga kunskapen som redovisas i en studie ska vara en avbild av verkligheten (Andersson, 1979).

### 4.2 Val av metod

Valet av metod bör betraktas som en fråga om vilken metod som passar bäst för att illustrera just det problemområde som ska undersökas (Holme & Solvang, 1997). Denna studie var utformad utifrån en kvantitativ forskningsansats och kom att utföras genom observation av faktiska förhållanden i livsmedelsbutiker gällande märkning med närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar. En kvantitativ ansats innebär att studien redan i teori- och problemformuleringsfasen är färdigstrukturerad. Detta gör att bearbetningen av data är mycket enklare vid en kvantitativ ansats än vid en kvalitativ (Holme & Solvang, 1997). Forskningsansatsen var *deduktiv*, i den mening att studiens syfte hade sin utgångspunkt i existerande lagstiftning och teorier på området, vilket också är en del av positivismen (Bryman, 2002).

Kvantitativa metoder har sin främsta fördel i att de kan förklara olika företeelser. Styrkan ligger i att informationen som framställs i undersökningen kan tas fram på ett sådant sätt att generalisering

möjliggörs. Detta genom att informationen tas fram på ett sätt som präglas av strukturering (Holme & Solvang, 1997).

Enligt Bryman (2002) präglas kvantitativa metoders fokus av fyra intresseområden: mätning, kausalitet, generalisering och replikation. Mätning är den viktigaste angelägenheten i den kvantitativa forskningen och har flera fördelar, som exempelvis att beskriva små skillnader mellan olika parametrar. Kausalitet är en viktig faktor inom den kvantitativa forskningen som innebär att forskaren vill förklara ett fenomen och undersöka orsakerna till detta. Generalisering är för den kvantitativa forskaren viktig. Man vill gärna hävda att resultatet av studien går att generalisera. Detta kräver dock att urvalet är representativt, vilket är viktigt att beakta. Vid en kvantitativ forskning är det betydelsefullt att kunna upprepa en undersökning för att återigen kunna bevisa att resultatet går att generalisera (Bryman, 2002). Alla dessa parametrar är viktiga att beakta och ta hänsyn till vid arbete med en kvantitativ forskningsansats.

Studien har även vissa kvalitativa inslag. Detta på grund av att en tolkning skett om huruvida de påståenden som kontrollerats var felaktiga/vilseledande samt till vilken kategori påståendet hör. Den största skillnaden mellan kvalitativa och kvantitativa studier är att den kvalitativa studien lägger tonvikten på ord snarare än siffror (Bryman, 2002). Observation är en av de mest grundläggande av de vedertagna metoderna att använda sig av. All datainsamling bygger på att någon genomfört någon form av observation (Burell & Kylén, 2003). Observationer kan vara både kvalitativa och kvantitativa (Olsson & Sörensen, 2001). I denna undersökning var läsning den metod som tillämpades. Vid läsning tar forskaren del av nedtecknade observationer. Den förberedelse som krävs vid läsning är att man bör utforma en "läsguide" för att genomföra samma kontroll vid varje tillfälle (Burell & Kylén, 2003), se avsnitt 4.5, checklista. Vid läsning i denna undersökning har en tolkning av påståenden förekommit, för att dessa sedan skulle kunna kategoriseras.

### 4.3 Urval

Studien genomfördes i fyra livsmedelsbutiker i Södertälje kommun. En butik från varje stor livsmedelskedja som finns i kommunen ingick i undersökningen. Urvalet baserades på en lista från ärendehanteringssystemet ECOS på alla livsmedelsbutiker som finns registrerade i Södertälje kommun. Därifrån valdes sedan fyra livsmedelsbutiker ut, baserat på var de var placerade geografiskt och hur stor butiken i fråga var. Målet var att urvalet skulle baseras på så stora livsmedelsbutiker som möjligt för att kunna täcka in så många olika produktgrupper och varumärken som möjligt. Det geografiska läget har haft betydelse då det av tidsmässiga skäl var mest effektivt att kontrollera flera butiker som låg nära varandra. De livsmedelskedjor som ingick i studien var ICA, COOP, Willys och Lidl.

Undersökningen behövde begränsas till ett visst antal produktgrupper då alla tänkbara livsmedel inte rymdes inom tidsramen för denna studie. De produktgrupper som ingick i urvalet till denna studie var: matfett, mejeri, bröd, pasta, ris (ris samt andra sorters korn), flingor/gryn/müsli samt drycker (exempelvis juicer). Anledningen till att dessa produktgrupper valdes var att de utgör en stor del i en näringsriktig och hälsosam kost, samt att en tidigare studie gjord på området innefattar dessa produktgrupper, vilket har visat sig ge goda resultat i form av åtskilliga hälsopåståenden (Lundblad, 2005). Målet var att kontrollera alla varumärken i dessa produktgrupper som fanns tillgängliga i de livsmedelsbutiker som redogjorts för ovan.

## 4.4 Avgränsningar

Studien genomfördes i Södertälje kommun, och innefattade således endast de produkter som fanns tillgängliga på marknaden i Södertälje kommun. Endast påståenden gjorda på livsmedelsförpackningar omfattades av studien. Således har påståenden på hemsidor, annonser och annan marknadsföring inte beaktats. Undersökningen begränsades till att endast innefatta ”vanliga livsmedel” i enlighet med EG-förordning 178/2002 (artikel 2). Endast livsmedel som kunde förväntas konsumeras dagligen och som återfanns i livsmedelsbutiker ingick i studien. Kosttillskott (LIVSFS 2003: 9, 2§), livsmedel för särskilda näringsändamål (SLVFS 2000: 14, 2§) samt livsmedel för speciella medicinska ändamål (SLVFS 2000: 15, 2§) undersöktes inte i denna studie. Livsmedelsverkets varumärke *Nyckelhålet* (LIVSFS 2009: 6; förordning (EG) nr 1924/2006, artikel 28.4), som är en samling näringspåståenden med separata villkor ingick inte heller i denna undersökning.

Påståendena kontrollerades och bedömdes endast utifrån Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel och dess ändringar. Huruvida märkningen av produkterna strider mot övrig märkningslagstiftning gällande livsmedel bedömdes inte. Övergångsreglerna som gäller för förordningen beaktades inte heller i denna undersökning. Hänsyn togs exempelvis inte till om huruvida märkningen är tillåten enligt övergångsreglerna i artikel 28.

## 4.5 Checklista

Tillämpning av kvantitativ metod präglas av en hög grad av standardisering. Detta innebär även en hög grad av styrning vid insamling av information (Holme & Solvang, 1997). Därför är det motiverat att vid en kvantitativ metod använda sig av ett formulär eller, som i detta fall, en checklista. Detta för att en så likvärdig bedömning som möjligt ska kunna genomföras för alla objekt som är en del av undersökningen.

Checklistan (se bilaga 3) har utarbetats av författaren, med hjälp av Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 samt vägledningen till samma förordning. Checklistan tar upp de relevanta frågor som är viktiga att beakta för att uppnå undersökningens syfte. Checklistan användes vid kontroll av alla livsmedel som ingick i studien. Detta för att kunna göra en så likvärdig bedömning som möjligt vid analys av de närings- och hälsopåståenden som observerades. Alla undersökningenheter (produkter) ställdes således inför samma situation, som var styrd och kontrollerad av granskaren (Holme & Solvang, 1997).

För att kunna verifiera att checklistan är ändamålsenlig har den diskuterats tillsammans med handledare. En förstudie har även utförts där kontrollen genomfördes på samma sätt som den egentliga studien, för att kunna säkerställa att checklistan är korrekt utarbetad och fyller sin funktion. Eftersom checklistan fortsättningsvis ska kunna användas av livsmedelsinspektörerna i Södertälje kommun vid kontroll av närings- och/eller hälsopåståenden har en hjälpredda till checklistan utarbetats (se bilaga 4).

## 4.6 Praktiskt tillvägagångssätt

Undersökningen genomfördes under april månad 2010, i fyra stycken livsmedelsbutiker belägna i Södertälje kommun. Studien omfattade de närings- och hälsopåståenden som definieras och behandlas i förordning (EG) nr 1924/2006. Endast påståenden gjorda på livsmedelsförpackningar kontrollerades. Således kontrollerades inte påståenden på hemsidor, i annonser samt i annan form av marknadsföring.



Då en genomgång av alla tillgängliga livsmedel på marknaden inte skulle rymmas inom tidsramen för denna undersökning, prioriterades de produktgrupper som enligt författaren kändes mest relevanta (produktgrupper som kan anses utgöra en stor del av en normal och näringsriktig kost, se avsnitt 4.3, urval).

Vid kontrollen av närings- och hälsopåståenden delades ett informationsblad ut till ansvariga i de livsmedelsbutiker som ingick i studien, där information om undersökningens syfte och tillvägagångssätt presenterades (se bilaga 5). Vid kontrollen användes den checklista som utarbetats (se bilaga 3). Checklistan underlättade att genomföra en likvärdig kontroll vid varje tillfälle. De kontrollerade produkternas förpackningar fotograferades med digitalkamera. Bilderna sorterades därefter tillsammans med checklistan för den aktuella produkten. Detta för att kunna sammankoppla produkten med checklistan, och för att kunna särskilja alla produkter som kontrollerades. Påståendena klassificerades i enlighet med förordning (EG) nr 1924/2006. Detta innebär att hälsopåståendena ordnades efter artikel 13.1- och 14.1-påståenden. För näringspåståenden finns enligt förordningen inga kategorier. Påståendena bedömdes sedan utifrån bestämmelserna i förordningen för att avgöra om påståendet var korrekt, eller om det kan upplevas som bristfälligt och/eller vilseledande. Hänsyn togs inte till de övergångsregler som återfinns i artikel 28 i förordningen.

#### **4.7 Bearbetning av data**

Bearbetningen av den insamlade informationen började med att denna sorterades i ett dataregister (Excel-fil) där påståendena sorterades efter vilket sorts påstående det var (närings- eller hälsopåstående). Hälsopåståendena sorterades efter 13.1- samt 14.1-påståenden. 13.1-påståendena ordnades i kategorierna 13.1.a-, 13.1.b- samt 13.1.c-påståenden. Artikel 14.1-påståendena indelades i ”medicinska påståenden”, ”påståenden om minskad sjukdomsrisk” samt ”påståenden om barns utveckling och hälsa”. Som nämnts ovan finns ingen vidare kategorisering av näringspåståenden. Enligt den checklista som använts vid kontroll bedömdes sedan påståendena enligt gällande lagstiftning för att avgöra om påståendena är korrekta, eller om de kan upplevas som bristfälliga och/eller vilseledande av konsumenten (lagstiftningen inte följs). En tolkning av påståendena har vid behov således gjorts för att kunna kategorisera och bedöma påståendena.

#### **4.8 Reliabilitet och validitet**

Kvaliteten hos de data som insamlats anges genom tillförlitlighet (reliabilitet) och användbarhet (validitet) (Burell & Kylén, 2003). Reliabiliteten anger tillförlitligheten och stabiliteten hos exempelvis blanketter och formulär. Stabilitet innebär att svaren ska kunna vara oberoende av vem som samlar in data. Ju mer strukturerad metoden som används är, desto lättare är det att uppnå en hög reliabilitet. Följande tre frågor kan ställas för att pröva reliabiliteten (Burell & Kylén, 2003):

*Kan vi få samma resultat oberoende av vem som samlar in uppgifterna?*

*Kan vi nå samma resultat om samma person samlar in data vid olika tillfällen?*

*Kan vi med hjälp av vårt mätinstrument samla in homogena data, dvs uppgifter som avser samma företeelse?*

Reliabiliteten i denna undersökning är hög. Detta bland annat då en checklista har använts vid insamling av data. Detta har gjort att samma egenskaper har observerats hos alla kontrollerade

produkter. Checklistan, och den hjälpredda som utarbetats till den, gör att olika personer skulle kunna genomföra undersökningen på samma sätt.

Att samma resultat som denna undersökning visar skulle kunna uppnås vid andra tillfällen är svårt att bedöma. Eftersom materialet bedöms utifrån den lagstiftning som finns, går det inte att garantera att samma resultat kan uppnås vid ett annat tillfälle. Exempelvis kan lagstiftningen förändras, och livsmedelsföretagen kan även bli bättre på att uppmärksamma och efterfölja den lagstiftning som finns på området.

Validitet innebär användbarheten hos de data som samlas in. Här är det framför allt viktigt att se till att information samlas in från ett representativt urval. Validiteten kan prövas genom att följande två frågor ställs (Burell & Kylén, 2003):

*Kommer vi att få in data som är representativa för vår frågeställning?*

*Kommer vi att få in data som går att använda när vi gör vår analys och drar slutsatser?*

Då i stort sett alla tillgängliga produkter (bland de produktgrupper som undersökts) i fyra stora livsmedelskedjor har kontrollerats, är sannolikheten stor att representativa data har insamlats. Dock är resultatet inte representativt för livsmedel i allmänhet, utan endast för de kontrollerade produktgrupperna. De data som samlats in till denna undersökning är mycket användbara för att kunna genomföra en analys. Detta gör att undersökningen har en hög validitet. Valet av metod diskuteras vidare i metoddiskussionen (se avsnitt 6.1).

## 5 Resultat

Huvudresultaten av studien visar att 153 påståenden observerats, fördelat på 118 produkter. Totalt återfanns 103 näringspåståenden och 50 hälsopåståenden. Majoriteten av näringspåståendena som observerats handlade om kostfiber (48 stycken). Flest näringspåståenden hittades i produktgruppen ”drycker” (34 stycken) och minst antal näringspåståenden fanns i kategorin ”ris” (3 stycken). De flesta hälsopåståendena återfanns bland 13.1.a-påståenden och 14.1-påståenden om minskad sjukdomsrisk (24 respektive 22 stycken). Endast ett hälsopåstående om barns utveckling och hälsa observerades. Tre ospecificerade hälsopåståenden hittades, vilka handlade om antioxidanter. Produktgruppen ”drycker” hade flest antal hälsopåståenden (14 stycken) och ”ris” hade minst antal (3 stycken). Sammanlagt påträffades 42 stycken påståenden som inte var förenliga med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006. 18 av dessa var näringspåståenden och resterande 24 var hälsopåståenden.

### 5.1 Fördelning av påståenden bland olika produktgrupper

”Drycker” var den kategori som hade flest påståenden, 48 stycken fördelat på 37 produkter (se tabell 1). Bland produktgruppen ”drycker” återfanns produkter såsom välling, soppor, olika ”shot-drycker”, juicer samt mjölkdrycker (exempelvis soja och havre). Denna produktgrupp hade även flest närings- respektive hälsopåståenden (34 respektive 14 stycken). Den produktgrupp som hade minst antal påståenden var ”ris” (6 stycken påståenden fördelat på 5 produkter).

Tabell 1. Antalet påståenden fördelat mellan olika produktgrupper

Produktkategori	Totalt antal produkter med påståenden	Totalt antal påståenden	Antal näringspåståenden	Antal hälsopåståenden
Matfett	9	10	6	4
Mejeri	7	8	3	5
Bröd	32	39	31	8
Pasta	9	16	4	12
Ris	5	6	3	3
Flingor/gryn/müsli	19	26	22	4
Drycker	37	48	34	14
<b>Totalt</b>	<b>118</b>	<b>153</b>	<b>103</b>	<b>50</b>

## 5.2 Näringspåståenden

Totalt återfanns 103 näringspåståenden. Flest antal näringspåståenden återfanns i kategorin ”drycker” (34 stycken), tätt följd av ”bröd” med 31 stycken näringspåståenden (se tabell 2). Exempel på vanligt förekommande påståenden från dessa produktgrupper var:

*Innehåller kostfiber*

*Rik på vitamin C*

Tabell 2. Antal näringspåståenden fördelat mellan olika produktgrupper

Produktkategori	Totalt antal					Omega 3	Energigivare	Övriga vitaminer och mineraler
	näringspåståenden	Kostfiber	C-vitamin	Kalcium	socker			
Matfett	6	0	0	0	0	5	0	1
Mejeri	3	1	0	0	1	0	1	0
Bröd	31	23	0	0	1	1	3	3
Pasta	4	3	0	0	0	0	0	1
Ris	3	3	0	0	0	0	0	0
Flingor/gryn/müsli	22	12	0	0	4	0	4	2
Drycker	34	6	13	5	2	0	2	6
<b>Totalt</b>	<b>103</b>	<b>48</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>13</b>

## 5.3 Hälsopåståenden

Sammanlagt hittades 50 hälsopåståenden. Även bland hälsopåståendena återfanns flest påståenden i produktgruppen ”drycker” (14 stycken), följd av ”pasta” med 12 stycken påståenden (se tabell 3).

Tabell 3. Antal hälsopåståenden fördelat mellan olika produktgrupper

Produktkategori	Totalt antal hälsopåståenden	13.1.a-påståenden	14.1-påståenden		Ospecificerade hälsopåståenden
			(minskad sjukdomsrisk)	14.1-påståenden (barns utveckling och hälsa)	
Matfett	4	2	1	1	0
Mejeri	5	4	1	0	0
Bröd	8	2	6	0	0
Pasta	12	7	5	0	0
Ris	3	0	3	0	0
Flingor/gryn/müsli	4	1	3	0	0
Drycker	14	8	3	0	3
<b>Totalt</b>	<b>50</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>1</b>	<b>3</b>

### 5.3.1 13.1.a-påståenden

Totalt återfanns 24 stycken 13.1.a-påståenden (se tabell 4). Detta innebär ”andra hälsopåståenden än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa”, och mer specifikt ”ett näringsämnes eller annat ämnes betydelse för kroppens tillväxt, utveckling och funktioner” (förordning (EG) nr 1924/2006, artikel 13). Flest antal 13.1.a-påståenden påträffades i produktgruppen ”drycker” (8 stycken). I kategorin ”ris” hittades inga 13.1.a-påståenden. Hälften av 13.1.a-påståendena handlade om magen och dess balans. Exempel på sådana påståenden som funnits är:

*Innehåller prebiotiska fibrer som gynnar de goda bakterierna i magen. I kombination med en hälsosam livsstil hjälper de dig att må bra.*

*Hjälper för magen i en aktiv och stressad vardag.*

Tabell 4. Antal 13.1.a-påståenden fördelat mellan olika produktgrupper

Produktkategori	Totalt antal 13.1.a-påståenden	Lågt			
		Glykemiskt Index	Mage (balans)	Stärka kroppens försvar	Normal tillväxt och utveckling
Matfett	2	0	1	0	1
Mejeri	4	0	4	0	0
Bröd	2	2	0	0	0
Pasta	7	6	1	0	0
Ris	0	0	0	0	0
Flingor/gryn/müsli	1	0	1	0	0
Drycker	8	0	5	3	0
<b>Totalt</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>1</b>

### 5.3.2 14.1-påståenden om minskad sjukdomsrisk

Sammanlagt fanns 22 stycken 14.1-påståenden om minskad sjukdomsrisk (se tabell 5). De flesta återfanns i produktgruppen ”bröd” (6 stycken). Majoriteten av påståenden om minskad sjukdomsrisk

handlade om hjärthälsa. Exempel på 14.1-påståenden om minskad sjukdomsrisk gällande hjärtat som hittats är:

*Innehåller havrefiber som kan bidra till bibehållen hjärthälsa.*

*En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom.*

*Tabell 5. Antal påståenden om minskad sjukdomsrisk fördelat mellan olika produktgrupper*

Produktkategori	Totalt antal 14.1-påståenden (minskad sjukdomsrisk)	Hjärthälsa	Minskad risk för urinvägsinfektion	Sänker kolesterolvärdet
Matfett	1	0	0	1
Mejeri	1	0	0	1
Bröd	6	6	0	0
Pasta	5	5	0	0
Ris	3	1	0	2
Flingor/gryn/müsli	3	0	0	3
Drycker	3	0	2	1
<b>Totalt</b>	<b>22</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>8</b>

### 5.3.3 14.1-påståenden om barns utveckling och hälsa

Endast ett påstående om barns utveckling och hälsa återfanns i denna undersökning. Detta handlade om ett matfett, Milda extrasaltat (se tabell 20, bilaga 7):

*Innehåller livsnödvändigt fett som behövs för att barn ska växa och utvecklas normalt.*

### 5.3.4 Ospecificerade hälsopåståenden

Tre ospecificerade hälsopåståenden återfanns i undersökningen. Dessa handlade om antioxidanter. Följande påståenden hittades:

*Rik på kraftfulla antioxidanter – kända för att kunna motverka ett flertal sjukdomar.*

*På senare tid har blåbärets mycket rika innehåll av kraftfulla antioxidanter uppmärksammas av forskare, som potentiellt gynnsamma för bland annat minnet och synen.*

*Innehåller antioxidanter.*

## 5.4 Bristfälliga/vilseledande påståenden

Sammanlagt påträffades 42 påståenden som inte överensstämmer med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006 (se tabell 6). Majoriteten av de påståenden som inte var förenliga med lagstiftningen återfanns bland kategorierna ”bröd” och ”drycker” (11 respektive 15 stycken). Antal felaktiga näringspåståenden var 18 stycken och antal felaktiga hälsopåståenden var 24 stycken. Som tidigare nämnts har ingen hänsyn tagits till övergångsbestämmelserna till förordningen då påståendena har bedömts. Bedömning har endast skett utifrån gällande lagstiftning, där hänsyn inte har tagits till att vissa livsmedel i undersökningen omfattas av övergångsreglerna i lagstiftningen.

Tabell 6. Antal felaktiga påståenden fördelat mellan olika produktgrupper

Produktkategori	Totalt antal felaktiga påståenden	Antal felaktiga näringspåståenden	Antal felaktiga hälsopåståenden
Matfett	1	0	1
Mejeri	1	1	0
Bröd	11	5	6
Pasta	6	1	5
Ris	3	0	3
Flingor/gryn/müsli	5	2	3
Drycker	15	9	6
<b>Totalt</b>	<b>42</b>	<b>18</b>	<b>24</b>

#### 5.4.1 Näringspåståenden

Flest antal felaktiga näringspåståenden hittades bland påståenden om kostfiber (se tabell 7). Detta handlade bland annat om att livsmedel hade märkning med ”innehåller fiber” eller ”högt innehåll av kostfiber” trots att livsmedlet i fråga inte innehöll den halt kostfiber som krävs enligt förordning (EG) nr 1924/2006 för att detta påstående ska få användas (se bilaga 1). Alla felaktiga näringspåståenden som observerades bedömdes som felaktiga på grund av att de inte innehöll den mängd av ett ämne som krävs för att uppfylla förordningens krav.

Tabell 7. Antal felaktiga näringspåståenden fördelat mellan olika produktgrupper

Produktkategori	Totalt antal felaktiga näringspåståenden	Kostfiber	C-vitamin	Kalcium	Socker	Omega 3	Energigivare	Övriga vitaminer och mineraler
Matfett	0	0	0	0	0	0	0	0
Mejeri	1	1	0	0	0	0	0	0
Bröd	5	2	0	0	0	1	1	1
Pasta	1	0	0	0	0	0	0	1
Ris	0	0	0	0	0	0	0	0
Flingor/gryn/müsli	2	0	0	0	1	0	0	1
Drycker	9	5	2	1	0	0	0	1
<b>Totalt</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>

#### 5.4.2 Hälsopåståenden

I undersökningen fanns inga felaktiga 13.1.a-påståenden. Detta då alla påståenden som bedöms vara 13.1.a-påståenden är tillåtna enligt förordningen fram till dess att EFSA gjort sitt utlåtande över dessa. Dock måste producenten kunna uppvisa vetenskaplig dokumentation som styrker påståendet. Totalt observerades 24 stycken felaktiga hälsopåståenden (se tabell 8). Bland 14.1-påståendena om minskad sjukdomsrisk fanns 21 stycken av det totala antalet felaktiga hälsopåståenden (24 stycken). Flest felaktiga hälsopåståenden observerades i kategorin ”hjärthälsa”. Dessa påståenden måste först godkännas av EFSA innan de tillåts att användas. Ännu icke godkända hälsopåståenden om hjärthälsa som hittats i undersökningen är exempelvis:

*En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom.*

Exempel på hälsopåståenden om kolesterol som hittats som ännu inte godkänts av EFSA är:

*Sänker aktivt kolesterolvärdet.*

*En näringsriktig kost med  $\beta$ -glukaner från korn kan sänka kolesterolvärdet.*

Exempel på hälsopåståenden om minskad risk för urinvägsinfektion som hittats i undersökningen och som ännu inte godkänts av EFSA är:

*Tranbärssjuice innehåller naturliga ämnen som försvårar för bakterier att fästa på slemhinnan för att istället sköljas ut i urinen vilket ger minskad risk för urinvägsinfektion.*

*Tranbärssaft är en klassisk och effektiv huskur mot urinvägsinfektion, eftersom det innehåller ämnen som försvårar för bakterier att få fäste i urinvägarna.*

De ospecificerade hälsopåståendena som funnits handlade som tidigare nämnts om antioxidanter. Anledningen till att dessa bedömts som felaktiga enligt förordningen är att de inte följer den mall som upprättats för godkända påståenden om antioxidanter (se avsnitt 2.6.7, ospecificerade hälsopåståenden). Endast ett påstående om barns utveckling och hälsa observerades, vilket enligt förordningens bestämmelser är korrekt utformat.

*Tabell 8. Antal felaktiga hälsopåståenden fördelat mellan olika produktgrupper*

Produktkategori	Totalt antal felaktiga hälsopåståenden	Hjärthälsa	Minskad risk för urinvägsinfektion	Sänker kolesterolvärdet	Ospecificerade hälsopåståenden
Matfett	1	0	0	1	0
Mejeri	0	0	0	0	0
Bröd	6	6	0	0	0
Pasta	5	5	0	0	0
Ris	3	0	0	3	0
Flingor/gryn/müsli	3	0	0	3	0
Drycker	6	0	2	1	3
<b>Totalt</b>	<b>24</b>	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>3</b>

## 6 Diskussion

### 6.1 Metoddiskussion

För att genomföra denna studie och besvara syftet valdes en kvantitativ metod, med vissa kvalitativa inslag. Utförandet implementerades genom att observera faktiska förhållanden i de livsmedelsbutiker som ingick i studien gällande märkning med närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar. Observation är en mycket vedertagen och grundläggande metod. Observationen har i denna studie genomförts via läsning, och till viss del även tolkning av påståenden. För att utföra undersökningen med hjälp av denna metod krävs hjälp av en ”läsguide” för att kunna genomföra en likvärdig kontroll av alla produkter som ingått i studien. Till denna undersökning har en checklista utarbetats (se bilaga 3). En hjälpredda till checklistan har även utformats för att ge vägledning i hur checklistan ska tolkas och hur produkten ska bedömas på varje punkt. Detta för att

checklistan ska kunna användas vid andra undersökningar, samt för att en likvärdig kontroll ska kunna vara genomförbar. Checklistan fungerar som en guide till vad som är viktigt att undersöka hos varje enskild produkt vid kontroll. Hjälpredan till checklistan fungerar som vägledning till hur olika påståenden ska bedömas, samt var information om detta finns. Användandet av checklistan i undersökningen ger hög reliabilitet, på så sätt att samma egenskaper har kunnat observeras hos alla kontrollerade produkter. Att bedöma och tolka påståenden som hittats i undersökningen har inte inneburit några större svårigheter. Det har vid i stort sett alla påståenden varit möjligt att mycket enkelt kategorisera dem. Checklistan och hjälpredan till denna har underlättat vid tolkning och kategorisering av påståenden.

Den främsta anledningen till att en kvantitativ forskningsansats valdes, var för att ett stort urval skulle kunna kontrolleras samt att detta skulle kunna vara representativt för de aktuella produktgrupperna på marknaden. En kvalitativ metod skulle inte kunna säkerställa detta. En kvalitativ metod hade kunnat vara användbar om syftet med studien istället hade varit att undersöka vad konsumenterna anser och tycker om närings- och hälsopåståenden eller om budskapen i påståendena skulle tolkas närmare. En kvalitativ forskningsansats är i större utsträckning ute efter att undersöka underliggande faktorer och försöka förstå hur konsumenter resonerar. För att besvara syftet med denna studie är en kvantitativ metod mycket mer användbar eftersom det ger möjlighet till att undersöka ett betydligt större urval samt att det resulterar i kvantifierbara data.

En nackdel med att använda sig av en kvantitativ metod är att människor i allmänhet har en stor tilltro till siffror och allt som kan beskrivas genom användandet av siffror. Detta gör att man lätt kan missbruka och feltolka den information som ges (Holme & Solvang, 1997). Det gäller att vara medveten om detta vid användandet av en kvantitativ metod, och försöka att inte ”stirra sig blind” på siffrorna, utan även se de underliggande faktorerna som exempelvis vad det är som gör att ett påstående är felaktigt eller kan anses vara vilseledande.

För att kunna få ett representativt urval hade det varit önskvärt att kontrollera alla tillgängliga livsmedelskedjor i Södertälje kommun. På grund av tidsbrist var detta tyvärr inte genomförbart. Istället valdes att genomföra undersökningen hos de fyra största livsmedelskedjorna i Södertälje kommun, vilket förhoppningsvis har givit ett relativt representativt urval för de produktgrupper som kontrollerats och utvärderats. Dock har produkter i mindre livsmedelskedjor som finns i kommunen inte kontrollerats, vilket skulle kunna ha inverkan på resultatet. Anledningen till att begränsning gjordes till att endast kontrollera ett visst antal produktkategorier var även detta på grund av tidsbrist. De valda produktkategorierna har visat sig innehålla ett stort antal närings- och hälsopåståenden. Valet av produktgrupper har därför varit befogat för att uppfylla syftet med studien.

## **6.2 Resultatdiskussion**

### **6.2.1 Huvudresultat**

Huvudresultaten av studien visar att sammanlagt 153 påståenden observerats, fördelat på 118 produkter. Totalt återfanns 103 näringspåståenden och 50 hälsopåståenden. Majoriteten av näringspåståendena som observerats handlade om kostfiber. Flest näringspåståenden hittades i produktgruppen ”drycker” och minst antal näringspåståenden fanns i kategorin ”ris”. Detsamma gällde för hälsopåståenden där produktgruppen ”drycker” hade flest antal hälsopåståenden och ”ris” hade



minst antal. Sammanlagt påträffades 42 stycken påståenden som inte var förenliga med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006.

### 6.2.2 Matfett

Totalt 9 produkter i kategorin ”matfett” kontrollerades, och sammanlagt 10 påståenden hittades (6 näringspåståenden och 4 hälsopåståenden). I denna produktgrupp hittades det enda hälsopåståendet om barns utveckling och hälsa:

*Innehåller livsnödvändigt fett som behövs för att barn ska växa och utvecklas normalt.*

Detta påstående hittades på *Milda extrasaltat* och är enligt bilagan till förordning (EG) 983/2009 ett godkänt hälsopåstående.

Fem av sex näringspåståenden om matfett handlade om innehåll av omega 3. Alla dessa påståenden var korrekt utformade enligt förordning (EG) nr 1924/2006. Detta innebär att de innehöll den mängd  $\alpha$ -linolensyra per 100 g som krävs (0,3 g).

### 6.2.3 Mejeri

Totalt hittades 8 stycken påståenden (3 näringspåståenden och 5 hälsopåståenden) fördelat på 7 produkter i produktgruppen ”mejeri”. *Arla F-fil* var den enda produkt i denna kategori som inte hade ett påstående som är förenligt med bestämmelserna i lagstiftningen. Produkten innehar näringspåståendet ”med fibrer”. Innehållet av kostfiber är i detta livsmedel 1 g/100 g. Kravet enligt lagstiftningen är sådant att 3 g kostfiber/100 g måste finnas i livsmedlet för att påståendet ”innehåller fiber” eller liknande ska få användas.

Fyra av fem hälsopåståenden återfanns på olika yoghurtprodukter. Påståendena handlade då om hur livsmedlet kan bidra till att stärka balansen i magen. Dessa påståenden är 13.1.a-påståenden, och är således tillåtna att använda till dess att en gemensam förteckning upprättas över godkända 13.1.a-påståenden. Det krävs dock att företaget som producerar livsmedlet kan uppvisa vetenskaplig dokumentation som styrker påståendets riktighet.

### 6.2.4 Bröd

”Bröd” var den produktgrupp som, efter ”drycker”, innehöll flest påståenden (39 stycken). Detta beror främst på att många brödförpackningar innehar påståenden om kostfiber. Sammanlagt 23 av 31 näringspåståenden om bröd handlade om kostfiber. Två felaktiga näringspåståenden om kostfiber hittades:

*Fiberrikt*

*Rik på fiber*

Dessa påståenden återfanns på *Fazer Kalaskaka* och *Östras Bröd Hälsa*. För att enligt förordning (EG) nr 1924/2006 få använda påståendet ”rik på kostfiber” eller liknande krävs att 6 g kostfiber/100 g finns i livsmedlet. Dessa observerade produkter innehöll 5 g kostfiber/100 g, vilket således inte är tillräckligt för att ett sådant påstående ska få göras.

Något som inte definieras eller diskuteras i förordning (EG) nr 1924/2006 samt vägledningen till denna, är hur näringspåståenden om kolhydrater ska bedömas. Två näringspåståenden om kolhydrater återfanns i undersökningen:

#### *Lite kolhydrater*

##### *En sockerfri, fiberrik och kolhydratsnål limpa*

Dessa påståenden observerades på produkterna *Carbzone Nystart* och *Carbzone Low carb*. Eftersom kolhydrater är ett näringsämne, precis som protein och fett, bör kolhydrater omfattas av förordningen. Dock finns inga specifika bestämmelser gällande kolhydrater i bilagan till förordningen. Den bestämmelse som skulle kunna likställas med detta är ”minskat innehåll av [namn på näringsämnet]”. Dock framgår inte i ovan nämnda påståenden som observerats i undersökningen att kolhydratinnehållet har minskats. Man kan emellertid anta att kolhydratinnehållet har minskats i jämförelse med liknande produkter på marknaden. Det som kan konstateras är dock att det hade varit betydligt enklare om en enskild bestämmelse hade funnits gällande ”låg kolhydrathalt” såsom det finns bestämmelser gällande ”låg fetthalt” och ”lågt energiinnehåll”.

Sex stycken hälsopåståenden som inte är förenliga med lagstiftningens bestämmelser observerades. Alla dessa sex påståenden handlade om hjärthälsa:

*En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. God i kvadrat är rik på fullkorn.*

*En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Smaka innehåller 50 % fullkorn.*

Alla felaktiga hälsopåståenden om bröd var utformade på detta sätt. De produkter som observerades som innehöll dessa påståenden var *Fazer God i kvadrat*, *Fazer Rågform*, *Fazer Rågkusar*, *Fazer Rallarhalvor*, *Fazer Må Bättre Råg* samt *Skogaholm Smaka* (se tabell 19, bilaga 7). Relationen mellan fullkornsprodukter och minskad risk för hjärtsjukdom är inget som godkänts av EFSA ännu, vilket gör att detta inte är tillåtet att marknadsföra. I ”egenåtgärdsprogrammet”, som innan förordning (EG) nr 1924/2006 infördes, gav riktlinjer för användandet av hälsopåståenden i marknadsföring av livsmedel, angav att för att livsmedel skulle få marknadsföras med hälsopåståenden om sambandet mellan fullkorn och hjärthälsa, skulle de innehålla minst 50 procent fullkorn. Förmodligen har livsmedel som bröd och pasta hållit fast vid dessa påståenden, baserade på livsmedelsbranschens regler, eftersom produkter som funnits på marknaden före 1 januari 2005 fortfarande får använda dessa påståenden trots att de inte är förenliga med förordningens bestämmelser.

### **6.2.5 Pasta**

Sammanlagt 16 stycken påståenden hittades i produktkategorin ”pasta”. Detta fördelat på 9 produkter. 12 av dessa 16 påståenden var hälsopåståenden. Något som var vanligt förekommande i denna produktgrupp var att *Kungsörns* pastaprodukter hade följande hälsopåståenden:

#### *Lågt GI*

*En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Kungsörns fullkornspasta innehåller 55 % fullkorn.*

Hälsopåståenden om glykemiskt index är enligt förordningen 13.1.a-påståenden, och är därmed tillåtna. Sambandet mellan fullkorn och hjärtsjukdom följer även i detta exempel riktlinjerna i egenåtgärdsprogrammet som nämndes vid diskussionen om bröd, vilka således inte är förenliga med bestämmelserna i gällande lagstiftning.

### 6.2.6 Ris

Till produktgruppen ”ris” hörde ris, bulgur, mathavre och andra former av korn. Endast 6 stycken påståenden (3 näringspåståenden och 3 hälsopåståenden) observerades fördelat på 5 produkter. Alla näringspåståenden var påståenden om kostfiber, där samtliga var korrekt utformade enligt gällande lagstiftning. Alla felaktiga hälsopåståenden som observerades var om minskad sjukdomsrisk, där ett hälsopåstående handlade om hjärthälsa och resterande två om sänkt kolesterolvärde. De produkter som hade hälsopåståenden om kolesterol och hjärthälsa på sina förpackningar var *Kungsörnen Matkorn* och *Kungsörnen Mathavre*. Exempel på hälsopåståenden från dessa produkter:

*I korn finns en löslig kostfiber som kallas  $\beta$ -glukan. En näringsriktig kost rik på  $\beta$ -glukan från korn bidrar till hälsosamt låga nivåer av kolesterol i blodet. För detta behövs 3 g per dag. En portion matkorn (35 g) innehåller 1,4 g  $\beta$ -glukan.*

*En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkorn kan bidra till bibehållen hjärthälsa. Kungsörnen Mathavre består till 100 % av fullkorn.*

Det sista av dessa två hälsopåståenden är utformat på samma sätt som flera av de tidigare nämnda hälsopåståendena, och är således inte tillåtet att använda. Hälsopåståenden om  $\beta$ -glukan är ännu inte godkända av EFSA, varför de inte är tillåtna att använda. Det finns i förordning (EG) nr 983/2009 två godkända hälsopåståenden om kolesterol. Dessa säger att växtsteroler och växtstanolestrar har visat sig sänka kolesterolhalten i blodet. Det är endast påståenden av detta slag som är godkända och tillåtna att göra gällande hälsopåståenden om sänkt kolesterolhalt i blodet. Alla övriga påståenden om kolesterol är således inte tillåtna att göra. Det måste även av påståendet framgå hur stort det dagliga intaget av växtsteroler/växtstanoler behöver vara för att gynnsam effekt ska uppnås (se bilaga 2).

### 6.2.7 Flingor/gryn/müsli

I produktgruppen ”flingor/gryn/müsli” hittades 26 stycken påståenden, 22 näringspåståenden och 4 hälsopåståenden. Majoriteten av näringspåståendena handlade om kostfiber, men även om socker och olika energigivande ämnen. Många frukostflingor innehåller en betydande mängd socker. En tendens verkar finnas till att näringspåståenden används på dessa produkter för att få produkten att verka ”nyttigare” än vad den är. Ett tydligt exempel på detta är *Honey Monster Foods Kalaspuffar* som innehåller ca 50 procent socker och innehar följande näringspåståenden:

*Innehåller järn*

*Låg fetthalt*

*Innehåller vitaminer (tiamin, riboflavin och niacin)*

Producenten av denna produkt försöker att få konsumenten att inte fokusera på sockerhalten i livsmedlet, utan istället framhäva andra ”positiva” egenskaper som produkten har, vilket till viss mån kan anses vara vilseledande, men inget som påverkar bedömningen utifrån bestämmelserna i

förordning (EG) nr 1924/2006. Exempelvis skrivs att produkten har ”låg fetthalt”, vilket den också har. Dock är andelen kolhydrater 86 g/100 g, där ca 50 g/100 g kommer från sockerarter. Detta kan anses vara vilseledande för konsumenterna.

Även i denna produktkategori fanns tre hälsopåståenden om kolesterol som inte överensstämmer med bestämmelserna i förordningen:

*Gyllenhammars Fiberhavregryn innehåller  $\beta$ -glukan.  $\beta$ -glukan kan bidra till att sänka ett förhöjt kolesterolvärde och därmed minska risken för hjärt-kärlsjukdom.*

*En näringsriktig kost med  $\beta$ -glukaner från korn kan sänka kolesterolnivån.*

*Havre bidrar till att reglera ditt kolesterol.*

Som nämnts tidigare är hälsopåståenden om sambandet mellan kolesterol och  $\beta$ -glukan ännu inte godkänt att använda enligt EFSA. Sambandet mellan havre och  $\beta$ -glukan är heller ännu inte tillåtet.

### 6.2.8 Drycker

Drycker var den produktkategori som hade flest antal påståenden av de som kontrollerades (48 stycken). Detta beror framför allt på att detta är en mycket bred produktgrupp som innefattar alltifrån juicer och mjölkdrycker (soja och havre) till välling och drickbara soppor. Bland näringspåståendena handlade de flesta om C-vitamin (13 stycken). Två av dessa påståenden överensstämmer inte med bestämmelserna i lagstiftningen. Detta handlar om *Ekströms klassiska nyponsoppa* och *Ekströms fruktsoppa* som båda har påståendet ”rik på C-vitamin”. För att, enligt bestämmelserna i lagstiftningen, få skriva ett sådant påstående krävs att livsmedlet innehåller 24 mg C-vitamin per 100 g. Dessa produkter innehåller 21 mg/100g, vilket gör att de inte uppfyller de krav som finns.

Ett annat varumärke som är mycket intressant att diskutera är *Finnerödja* och deras drycker *Havtornsdryck*, *Tranbärsdryck* samt *Blåbärsdryck*. Vid kontroll av dessa produkter gjordes endast ett urval av alla de hälsopåståenden som fanns på förpackningarna. I alla dessa drycker ingår tre stycken frukter eller bär. På baksidan av förpackningen ges detaljerad information om dessa frukter och/eller bär. På alla förpackningar fanns hälsopåståenden som verkar mycket övertygande, men som vid närmare kontroll har visat sig vara vilseledande, då de effekter som företaget skriver att bäret/frukten har, inte överensstämmer med de godkända hälsopåståenden som finns enligt förordning (EG) nr 1924/2006. Exempel på hälsopåståenden från dessa livsmedel är (se tabell 18, 19 och 21, bilaga 7):

*Rik på kraftfulla antioxidanter – kända för att kunna motverka ett flertal sjukdomar.*

*På senare tid har blåbärets mycket rika innehåll av kraftfulla antioxidanter uppmärksamats av forskare, som potentiellt gynnsamma för bland annat minnet och synen.*

*Tranbärssaft är en klassisk och effektiv huskur mot urinvägsinfektion, eftersom det innehåller ämnen som försvårar för bakterier att få fäste i urinvägarna.*

*Havtornsbär kan hämma inflammationer och stärka immunförsvaret.*

Det sista av dessa påståenden har bedömts vara ett 13.1.a-påstående, och är således tillåtet att skriva fram till dess att EFSA lämnat sitt utlåtande över detta, förutsatt att företaget på begäran kan uppvisa

vetenskaplig dokumentation som styrker det påstående som görs. De övriga tre påståendena är inte godkända enligt EFSA, och får således inte göras om livsmedel. Mycket starka ord används i dessa påståenden, som exempelvis ”kraftfulla antioxidanter”, för att trycka på hur bra och viktigt detta är enligt företaget som marknadsför produkterna. I påståendet om tranbärssaft framgår inte riktigt om tranbärssaft är effektivt för att motverka urinvägsinfektion eller för att ”bota/lindra” samma sjukdom. Hur som helst kan detta anses vara ett vilseledande hälsopåstående, då man inte helt klart och tydligt kan avgöra vad som avses med påståendet.

### **6.2.9 Vilseledande märkning**

Vilseledande information kan leda till felaktig konsumtion av livsmedel. Flera studier har visat att en av de främsta källorna till information om nutrition och hälsa är livsmedelsförpackningar. På grund av detta är det viktigt med korrekt information på livsmedelsförpackningar. I denna undersökning visade sig ca 27 procent av de kontrollerade närings- och hälsopåståendena vara felaktiga/vilseledande. Dessa påståenden överensstämmer således inte med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006.

Som nämnts flera gånger genom denna studie har hänsyn inte tagits till de övergångsbestämmelser som finns förtecknade i artikel 28 i förordning (EG) nr 1924/2006. Bestämmelserna säger att varumärken eller märkesnamn med påståenden som inte är förenliga med bestämmelserna i förordningen som funnits på marknaden före 1 januari 2005 får användas fram till 19 januari 2022. Även nya produkter som faller in under samma varumärke får släppas ut på marknaden och berörs inte av bestämmelserna i förordningen fram till den 19 januari 2022. De enda påståenden som är förbjudna från första tillämpningsdagen av förordningen (1 juli 2007) är medicinska påståenden. Inga medicinska påståenden har observerats i denna studie. Det man kan fundera kring är varför så lång övergångstid tillämpas. Detta gör att det finns många produkter på marknaden som innehåller vilseledande påståenden, men som ändå får användas enligt gällande regler. Det blir på grund av detta svårt för en konsument att veta vad som är korrekt och inte. Förordningen säger att endast 13.1.a-påståenden får göras gällande hälsopåståenden fram till dess att en gemensam förteckning upprättats av EFSA. Alla andra sorters hälsopåståenden får dock ändå göras fram till den 19 januari 2022, trots att de inte överensstämmer med förordningens bestämmelser. Detta innebär således att så länge ett hälsopåstående inte har utvärderats av EFSA, får det ändå fortsätta att användas, även om detta är ett 14.1-påstående.

## **7 Slutsats**

Av de 153 kontrollerade påståendena i studien var ca 27 procent (42 stycken) inte utformade i enlighet med bestämmelserna i förordning (EG) nr 1924/2006. De flesta av dessa påståenden anses dock ändå inte vara felaktiga på grund av att en övergångstid fram till den 19 januari 2022 tillämpas. Enligt förordningen får endast hälsopåståenden kategoriserade som artikel 13.1-påståenden göras om livsmedel fram till dess att en förteckning över tillåtna hälsopåståenden fastställts. Artikel 14.1-påståenden får dock göras fram till 2022, om de funnits före den 1 januari 2005 och ännu inte bedömts av EFSA, vilket kan anses vara en väldigt lång tid. Det känns som att denna bestämmelse har införts för att underlätta mer för producenterna än att vara till hjälp för konsumenten. I allmänhet litar konsumenterna på den märkning som livsmedelsförpackningen tillhandahåller. Risken är dock stor i nuläget att konsumenten vilseleds på grund av att de finns märkning om närings- och hälsopåståenden på marknaden som inte följer gällande lagstiftning, men ändå inte bedöms vara felaktig.

Gällande förslag till vidare studier på området skulle det vara av intresse att genomföra en kvalitativ studie som undersöker hur konsumenter uppfattar närings- och hälsopåståenden gjorda i marknadsföring av livsmedel. Vidare skulle det även vara av intresse att undersöka om vetenskaplig dokumentation finns för de hälsopåståenden som görs i marknadsföring av livsmedel.

## Källförteckning

Andersson, S. (1979). *Positivism kontra hermeneutik*. Göteborg: Bokförlaget Korpen.

Bryman, A. (2002). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.

Bureau Européen des Unions de Consommateurs (BEUC). (2005). Report on European Consumers' Perceptions of Foodstuffs Labelling – Results of Consumer Research conducted on behalf of BEUC from February to April 2005 (BEUC/X/032/2005). Tillgänglig på Internet: <http://www.noeglehullet.dk/NR/rdonlyres/1BF5B95B-3B4D-4138-B806-61DAFD0E4F20/0/20050069201E.pdf> [hämtad 2010-03-24].

Burell, K. & Kylén, J-A. (2003). *Metoder för undersökande arbete – sju-stegsmodellen*. Stockholm: Bonnier Utbildning.

Codex Alimentarius. (1997). *Guidelines for use of nutrition and health claims*. Tillgänglig på Internet: [www.codexalimentarius.net/download/standards/351/CXG\\_023e.pdf](http://www.codexalimentarius.net/download/standards/351/CXG_023e.pdf) [hämtad 2010-03-26].

Codex Alimentarius. (2006). *Understanding the Codex Alimentarius*. Tillgänglig på Internet: [ftp://ftp.fao.org/codex/Publications/understanding/Understanding\\_EN.pdf](ftp://ftp.fao.org/codex/Publications/understanding/Understanding_EN.pdf) [hämtad 2010-03-26].

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 178/2002 av den 28 januari 2002 om allmänna principer och krav för livsmedelslagstiftning, om inrättande av Europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet och om förfaranden i frågor som gäller livsmedelssäkerhet, Celex nr: 32002R0178.

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 av den 20 december 2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel, Celex nr: 32006R1924.

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 983/2009 av den 21 oktober 2009 om godkännande respektive icke-godkännande av vissa hälsopåståenden om livsmedel som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, Celex nr: 32009R0983.

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 984/2009 av den 21 oktober 2009 om icke-godkännande av vissa andra hälsopåståenden om livsmedel än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, Celex nr: 32009R0984.

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1024/2009 av den 29 oktober 2009 om godkännande respektive icke-godkännande av vissa hälsopåståenden om livsmedel som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, Celex nr: 32009R1024.

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1025/2009 av den 29 oktober 2009 om icke-godkännande av vissa andra hälsopåståenden om livsmedel än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, Celex nr: 32009R1025.

Europaparlamentets och rådet förordning (EG) nr 1167/2009 av den 30 november 2009 om icke-godkännande av vissa hälsopåståenden om livsmedel som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, Celex nr: 32009R1167.

Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1168/2009 av den 30 november 2009 om icke-godkännande av ett hälsopåstående om livsmedel annat än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa, Celex nr: 32009R1168.

European Food Safety Authority (EFSA). (2010a). *Nutrition and health claims*. Tillgänglig på Internet: <http://www.efsa.europa.eu/en/nda/ndaclaims.htm> [hämtad 2010-04-06].

- European Food Safety Authority (EFSA). (2010b). *EFSA publishes second series of opinions on 'general function' health claims*. Tillgänglig på Internet: <http://www.efsa.europa.eu/en/press/news/nda100225.htm> [hämtad 2010-03-08].
- Fullmer, S., Geiger, C.J. & Parent, M.C.R. (1991). "Consumers' knowledge, understanding, and attitudes toward health claims on food labels" *Journal of the American Dietetic Association* 91 (2): 166-171.
- Holme, I.M. & Solvang, B.K. (1997). *Forskningsmetodik – om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.
- Jacoby, J., Chestnut, R.W. & Silberman, W. (1977). "Consumer Use and Comprehension of Nutrition Information" *The Journal of Consumer Research* 4 (2): 119-128.
- Kommissionens förordning (EU) nr 116/2010 av den 9 februari 2010 om ändring av Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 när det gäller förteckningen över näringspåståenden, Celex nr: 32010R0116.
- Livsmedelsbranschens regler (egenåtgärdsprogram). (2004). *Hälsopåståenden i märkning och marknadsföring av livsmedel*. Reviderat program september 2004. Tillgänglig på Internet: [http://www.hp-info.nu/Egprog\\_2004\\_2.pdf](http://www.hp-info.nu/Egprog_2004_2.pdf) [hämtad 2010-03-24].
- Livsmedelsverket. (2008). *Sju av åtta hälsopåståenden får underkänt av EFSA*. Tillgänglig på Internet: <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Sju-av-atta-halsopastaenden-far-underkant-av-EFSA/> [hämtad 2010-03-08].
- Livsmedelsverket. (2009). *Codex Alimentarius*. Tillgänglig på Internet: [http://www.slv.se/sv/Internationellt/codex\\_alimentarius/](http://www.slv.se/sv/Internationellt/codex_alimentarius/) [hämtad 2010-03-26].
- Livsmedelsverket. (2010). *Endast åtta av 416 hälsopåståenden godkända*. Tillgänglig på Internet: <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/396-av-400-naringspastaenden-underkanda/> [hämtad 2010-03-08].
- Livsmedelsverkets föreskrifter om näringsvärdesdeklaration SLVFS 1993: 21 (H 132).
- Livsmedelsverkets föreskrifter om livsmedel för särskilda näringsändamål SLVFS 2000: 14 (H 371).
- Livsmedelsverkets föreskrifter om livsmedel för speciella medicinska ändamål SLVFS 2000: 15 (H 377).
- Livsmedelsverkets föreskrifter om kosttillskott LIVSFS 2003: 9 (H 165).
- Livsmedelsverkets föreskrifter om ändring i Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2005: 9) om användning av viss symbol LIVSFS 2009: 6 (H 128).
- Livsmedelsverkets rapport. (2000). *Livsmedel för hälsa och långt liv? – utredning om produktspecifika hälsopåståenden* (Livsmedelsverkets rapport nr 6/2000). Tillgänglig på Internet: [http://www.slv.se/upload/dokument/rapporter/functional\\_food/slvrap6\\_2000\\_functional.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/rapporter/functional_food/slvrap6_2000_functional.pdf) [hämtad 2010-03-24].
- Lundblad, N. (2005). *Hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar hösten 2004* (examensarbete). Lund: Lunds universitet, Institutionen för livsmedelsteknik.
- Lundgren, C. (2006). *Marknadsföring av livsmedel med hälsoargument* (C-uppsats). Lund: Lunds universitet, Juridiska fakulteten.



- Nätverket Matvalet. (2008). *Sviker livsmedelsindustrin konsumenterna?* Referat från seminarium. Tillgänglig på Internet: <http://www.matvalet.nu/UserFiles/File/Matvalet%20referat.pdf> [hämtad 2010-03-24].
- Olsson, H. & Sörensen, S. (2001). *Forskningsprocessen – kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber.
- Svederberg, E. (2002). *Consumers' views regarding health claims on two food packages* (Pedagogical reports, nr 21). Lund: Lunds universitet, Pedagogiska institutionen.
- Svederberg, E., Asp, N-G., Laser Reuterswärd, A. & Svensson, L. (2002). *Läser och förstår konsumenter texter och symbolmärkning om näring och hälsa på livsmedelsförpackningar?* (Pedagogiska rapporter, nr 78). Lund: Lunds universitet, Pedagogiska institutionen.
- Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel. Fastställd 2009-11-05 av Livsmedelsverket. Tillgänglig på Internet: [http://www.slv.se/upload/dokument/livsmedelsforetag/vagledningar/vagledning\\_narings\\_och\\_halsopastaenden.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/livsmedelsforetag/vagledningar/vagledning_narings_och_halsopastaenden.pdf) [hämtad 2010-03-22].
- Wang, G., Fletcher, S.M. & Carley, D.H. (1995). "Consumer Utilization of Food Labeling as a Source of Nutrition Information" *The Journal of Consumer Affairs* 29 (2): 368-380.
- Wansink, B. (2003). "How Do Front and Back Package Labels Influence Beliefs About Health Claims" *The Journal of Consumer Affairs* 37 (2): 305-316.
- Wansink, B., Sonka, S.T. & Hasler, C.M. (2004). "Front-label health claims: when less is more" *Food Policy* 29 (6): 659-667.

## **Bilaga 1 – Näringspåståenden**

Här presenteras bilaga till Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 av den 20 december 2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel samt bilaga till Kommissionens förordning (EU) nr 116/2010 av den 9 februari 2010 om ändring av Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 när det gäller förteckningen över näringspåståenden.

### **Bilaga till förordning (EG) nr 1924/2006:**

Näringspåståenden och villkor för användningen av dem

#### **LÅGT ENERGIINNEHÅLL**

Ett påstående om att ett livsmedel har ett lågt energiinnehåll, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten inte innehåller mer än 40 kcal (170 kJ)/100 g för livsmedel i fast form eller mer än 20 kcal (80 kJ)/100 ml för livsmedel i flytande form. För bordssötningemedel gäller gränsen 4 kcal (17 kJ)/portion, med sötande egenskaper som motsvarar 6 g sackaros (cirka 1 tesked sackaros).

#### **ENERGIREDCERAD**

Ett påstående om att ett livsmedel är energireducerat, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om energivärdet är minskat med minst 30 % och om de egenskaper anges som gör att livsmedlets totala energivärde minskats.

#### **ENERGIFRI**

Ett påstående om att ett livsmedel är energifritt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten inte innehåller mer än 4 kcal (17 kJ)/100 ml. För bordssötningemedel gäller gränsen 0,4 kcal (1,7 kJ)/portion, med sötande egenskaper som motsvarar 6 g sackaros (cirka 1 tesked sackaros).

#### **LÅG FETTHALT**

Ett påstående om att ett livsmedel har låg fetthalt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 3 g fett per 100 g för livsmedel i fast form eller 1,5 g fett per 100 ml för livsmedel i flytande form (1,8 g fett per 100 ml för mellanmjölk).

#### **FETTFRI**

Ett påstående om att ett livsmedel är fettfritt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 0,5 g fett per 100 g eller 100 ml. Påståenden som formuleras enligt modellen "X % fettfri" är förbjudna.

#### **LÅG HALT AV MÄTTAT FETT**

Ett påstående om att ett livsmedel har lågt innehåll av mättat fett, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om summan av mättade fettsyror och transfettsyror i produkten inte överstiger 1,5 g per 100 g för livsmedel i fast form eller 0,75 g/100 ml för livsmedel i flytande form. I båda fallen får summan av mättade fettsyror och transfettsyror inte ge mer än 10 % av energiinnehållet.

#### **FRI FRÅN MÄTTAT FETT**

Ett påstående om att ett livsmedel inte innehåller mättat fett, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om summan av mättat fett och transfettsyror inte överstiger 0,1 g mättat fett per 100 g eller 100 ml.

#### **LÅG SOCKERHALT**

Ett påstående om att ett livsmedel har låg sockerhalt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 5 g sockerarter per 100 g för livsmedel i fast form eller 2,5 g sockerarter per 100 ml för livsmedel i flytande form.

#### **SOCKERFRI**

Ett påstående om att ett livsmedel är sockerfritt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 0,5 g sockerarter per 100 g eller 100 ml.

#### **UTAN TILLSATT SOCKER**

Ett påstående om att sockerarter inte tillsattas ett livsmedel, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten inte innehåller några tillsatta

mono- eller disackarider eller något annat livsmedel som används på grund av sina sötande egenskaper. Om sockerarter förekommer naturligt i livsmedlet, bör även följande uppgift finnas på märkningen: "INNEHÅLLER NATURLIGT FÖREKOMMANDE SOCKER".

#### LÅG NATRIUMHALT/LÅG SALTHALT

Ett påstående om att ett livsmedel har låg natriumhalt/salthalt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 0,12 g natrium, eller motsvarande värde för salt, per 100 g eller per 100 ml. För annat vatten än naturliga mineralvatten som omfattas av direktiv 80/777/EEG bör detta värde inte överstiga 2 mg natrium/100 ml.

#### MYCKET LÅG NATRIUMHALT/MYCKET LÅG SALTHALT

Ett påstående om att ett livsmedel har mycket låg natrium/salthalt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 0,04 g natrium, eller motsvarande värde för salt, per 100 g eller per 100 ml. Detta påstående får inte användas om naturliga mineralvatten och annat vatten.

#### NATRIUMFRI eller SALTFRI

Ett påstående om att ett livsmedel är natriumfritt eller saltfritt, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller högst 0,005 g natrium, eller motsvarande värde för salt, per 100 g.

#### KOSTFIBERKÄLLA

Ett påstående om att ett livsmedel är en kostfiberkälla, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst 3 g kostfibrer per 100 g eller minst 1,5 g kostfibrer per 100 kcal.

#### HÖGT KOSTFIBERINNEHÅLL

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av kostfibrer, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst 6 g kostfibrer per 100 g eller minst 3 g kostfibrer per 100 kcal.

#### PROTEINKÄLLA

Ett påstående om att ett livsmedel är en proteinkälla, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om minst 12 % av livsmedlets energivärde kommer från proteiner.

#### HÖGT PROTEININNEHÅLL

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av protein, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om minst 20 % av livsmedlets energivärde kommer från proteiner.

#### [NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA]- OCH/ELLER [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA] KÄLLA

Ett påstående om att ett livsmedel är en källa till vitaminer och/eller mineralämnena, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst en betydande mängd enligt bilagan till direktiv 90/496/EEG eller en mängd som anges i undantag som beviljats i enlighet med artikel 6 i Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1925/2006 av den 20 december 2006 om tillsättning av vitaminer och mineralämnena samt vissa andra ämnen i livsmedel.

#### HÖGT INNEHÅLL AV [NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA] OCH/ELLER [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA]

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av vitaminer och/eller mineralämnena, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst dubbelt så mycket som en produkt som är en "[NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA]- och/eller [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA] källa".

#### INNEHÅLLER [NAMN PÅ NÄRINGSÄMNET ELLER ANNAT ÄMNE]

Ett påstående om att ett livsmedel innehåller ett näringsämne eller ett annat ämne för vilket inga särskilda villkor fastställs i denna förordning, eller varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten är förenlig med alla tillämpliga

bestämmelser i förordningen, särskilt artikel 5. När det gäller vitaminer och mineralämnen skall kraven för påståendet "källa" gälla.

#### ÖKAT INNEHÅLL AV [NAMN PÅ NÄRINGSÄMNET]

Ett påstående om att innehållet av ett eller flera näringsämnen, förutom vitaminer och mineralämnen, har ökats, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten uppfyller kraven för påståendet "källa" och innehållet har ökats med minst 30 % jämfört med en liknande produkt.

#### MINSKAT INNEHÅLL AV [NAMN PÅ NÄRINGSÄMNET]

Ett påstående om att innehållet av ett eller flera näringsämnen har minskats, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om innehållet har minskats med minst 30 % jämfört med en liknande produkt utom i fråga om mikronäringsämnen där en skillnad på 10 % från de referensvärden som anges i direktiv 90/496/EEG godtas, samt för natrium, eller motsvarande värde för salt, där en skillnad på 25 % godtas.

#### LÄTT/LIGHT

Ett påstående om att en produkt är "lätt" eller "light", och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, skall uppfylla samma villkor som de som gäller för begreppet "minskat". Påståendet skall åtföljas av uppgifter om den eller de egenskaper som gör produkten "lätt" eller "light".

#### NATURLIG/T

Om ett livsmedel naturligt uppfyller villkoren enligt denna bilaga för användningen av ett näringspåstående, får formuleringen "naturligt" läggas till före påståendet.

#### **Bilaga till förordning (EU) nr 116/2010:**

I bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006 ska följande text läggas till:

#### KÄLLA TILL OMEGA 3-FETTSYROR

Ett påstående om att ett livsmedel är en källa till omega 3-fettsyror, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst 0,3 g alfa-linolensyra per 100 g och per 100 kcal eller minst 40 mg av summan av eikosapentaensyra och dokosahexaensyra per 100 g och per 100 kcal.

#### HÖGT INNEHÅLL AV OMEGA 3-FETTSYROR

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av omega 3-fettsyror, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst 0,6 g alfa-linolensyra per 100 g och per 100 kcal eller minst 80 mg av summan av eikosapentaensyra och dokosahexaensyra per 100 g och per 100 kcal.

#### HÖGT INNEHÅLL AV ENKELOMÄTTAT FETT

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av enkelomättat fett, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om minst 45 % av fettsyrorna i produkten kommer från enkelomättat fett och om enkelomättat fett står för mer än 20 % av produktens energiinnehåll.

#### HÖGT INNEHÅLL AV FLEROMÄTTAT FETT

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av fleromättat fett, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om minst 45 % av fettsyrorna i produkten kommer från fleromättat fett och om fleromättat fett står för mer än 20 % av produktens energiinnehåll.

#### HÖGT INNEHÅLL AV OMÄTTAT FETT

Ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av omättat fett, och varje annat påstående som kan antas ha samma innebörd för konsumenten, får endast göras om minst 70 % av fettsyrorna i produkten kommer från omättat fett och om omättat fett står för mer än 20 % av produktens energiinnehåll.

## Bilaga 2 – Hälsopåståenden

Denna bilaga åskådliggör de hälsopåståenden som för närvarande är tillåtna samt i vilka EG-förordningar dessa bestämmelser återfinns.

Tabell 9. Bilaga till förordning (EG) nr 983/2009 över tillåtna hälsopåståenden (redigerad av författaren)

Ansökan – relevanta bestämmelser i förordning (EG) nr 1924/2006	Näringsämne, ämne, livsmedel eller livsmedelskategori	Påstående	Villkor för användning av påståendet
Artikel 14.1 a – hälsopåstående om minskad sjukdomsrisk	Växtsteroler: steroler som utvunnits ur växter, fria eller som estrar med fettsyror av livsmedelskvalitet	Växtsteroler har visat sig sänka/ reducera kolesterolhalten i blodet. En hög kolesterolhalt är en riskfaktor för kranskärlssjukdom	Information till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås vid ett dagligt intag på minst 2 g växtsteroler
Artikel 14.1 a – hälsopåstående om minskad sjukdomsrisk	Växtstanolestrar	Växtstanolestrar har visat sig sänka/reducera kolesterolhalten i blodet. En hög kolesterolhalt är en riskfaktor för kranskärlssjukdom	Information till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås vid ett dagligt intag på minst 2 g växtstanoler
Artikel 14.1 b – hälsopåstående om barns utveckling och hälsa	$\alpha$ -linolensyra och linolsyra	Barn behöver essentiella fettsyror för att växa och utvecklas normalt	Information till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås om det dagliga intaget av linolsyra utgör 1 % och det dagliga intaget av $\alpha$ -linolensyra 0,2 % av det totala energiintaget
Artikel 14.1 b – hälsopåstående om barns utveckling och hälsa	Kalcium	Kalcium är nödvändigt för att barns benstomme ska växa och utvecklas normalt	Påståendet får endast användas om livsmedel som är åtminstone en källa till kalcium i enlighet med påståendet [NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA] OCH/ ELLER [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA]KÄLLA i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006
Artikel 14.1 b – hälsopåstående om barns utveckling och hälsa	Protein	Protein är nödvändigt för att barns benstomme ska växa och utvecklas normalt	Påståendet får endast användas om livsmedel som är åtminstone en källa till protein i enlighet med påståendet PROTEINKÄLLA i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006
Artikel 14.1 b – hälsopåstående om barns utveckling och hälsa	Kalcium och vitamin D	Kalcium och vitamin D är nödvändiga för att barns benstomme ska växa och utvecklas normalt	Påståendet får endast användas om livsmedel som är åtminstone en källa till kalcium och vitamin D i enlighet med påståendet [NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA] OCH/ELLER [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA]KÄLLA i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006
Artikel 14.1 b – hälsopåstående om barns utveckling och hälsa	Vitamin D	Vitamin D är nödvändigt för att barns benstomme ska växa och utvecklas normalt	Påståendet får endast användas om livsmedel som är åtminstone en källa till vitamin D i enlighet med påståendet [NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA] OCH/ ELLER [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA]KÄLLA i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006

Tabell 10. Bilaga till förordning (EG) nr 1024/2009 över tillåtna hälsopåståenden (redigerad av författaren)

Ansökan – relevanta bestämmelser i förordning (EG) nr 1924/2006	Näringsämne, ämne, livsmedel eller livsmedelskategori	Påstående	Villkor för användning av påståendet
Artikel 14.1 a – hälsopåstående om minskad sjukdomsrisk	Tuggummi sötat med 100 % xylitol	Tuggummi sötat med 100 % xylitol har visat sig minska dental plack. En stor mängd/hög nivå av dental plack är en riskfaktor för utveckling av karies hos barn	Information till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås vid en konsumtion av 2–3 g tuggummi sötat med 100 % xylitol minst tre gånger per dag efter maten
Artikel 14.1 b – hälsopåstående om barns utveckling och hälsa	Fosfor	Fosfor är nödvändigt för att barns benstomme ska växa och utvecklas normalt	Påståendet får endast användas om livsmedel som är åtminstone en källa till fosfor i enlighet med påståendet [NAMN PÅ VITAMINET/VITAMINERNA] OCH/ELLER [NAMN PÅ MINERALÄMNET/MINERALÄMNENA] KÄLLA i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006

Se följande förordningar för hälsopåståenden som inte blivit godkända att använda:

- Förordning (EG) nr 983/2009
- Förordning (EG) nr 984/2009
- Förordning (EG) nr 1024/2009
- Förordning (EG) nr 1025/2009
- Förordning (EG) nr 1167/2009
- Förordning (EG) nr 1168/2009

## Bilaga 3 – Checklista

### Checklista vid kontroll av märkning med närings- och/eller hälsopåståenden

**Lagstöd:** Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 av den 20 december 2006 om näringspåståenden och hälsopåståenden om livsmedel. Se följande förordningar för tillägg om godkända och icke-godkända närings- och hälsopåståenden:

- Kommissionens förordning (EU) nr 116/2010 av den 9 februari 2010 om ändring av Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1924/2006 när det gäller förteckningen över näringspåståenden
- Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 983/2009 av den 21 oktober 2009 om godkännande respektive icke-godkännande av vissa hälsopåståenden om livsmedel som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa
- Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 984/2009 av den 21 oktober 2009 om icke-godkännande av vissa andra hälsopåståenden om livsmedel än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa
- Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1024/2009 av den 29 oktober 2009 om godkännande respektive icke-godkännande av vissa hälsopåståenden om livsmedel som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa
- Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1025/2009 av den 29 oktober 2009 om icke-godkännande av vissa andra hälsopåståenden om livsmedel än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa
- Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1167/2009 av den 30 november 2009 om icke-godkännande av vissa hälsopåståenden om livsmedel som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa
- Europaparlamentets och rådets förordning (EG) nr 1168/2009 av den 30 november 2009 om icke-godkännande av ett hälsopåstående om livsmedel annat än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa

Se även hjälpreda till checklistan.

---

Datum:.....

Kontroll genomförd hos:.....

Kontroll genomförd av:.....

---

#### Kontroll av närings- eller hälsopåstående

Varumärke:.....

Produkt:.....

Produktgrupp:.....

Tillverkare/importör/förpackare:.....

.....

.....  
Formulering av påstående:.....  
.....  
.....  
.....

---

Vilket sorts påstående? Näringspåstående.....

Hälsopåstående.....

Finns en näringsvärdesdeklaration på livsmedelsförpackningen? Ja.....

Nej.....

Om ja, innehåller denna en deklARATION över det ämne/de ämnen som avses i påståendet?

Ja.....

Nej.....

---

Om påståendet är ett hälsopåstående, vilket sorts påstående?

Andra hälsopåståenden än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa (artikel 13.1-påstående).....

Påståenden om minskad sjukdomsrisk och om barns utveckling och hälsa (artikel 14.1-påstående)...

---

Om påståendet är ett artikel 13.1-påstående, till vilken kategori hör påståendet?

Ett näringsämnes eller annat ämnes betydelse för kroppens tillväxt, utveckling och funktioner (artikel 13.1.a).....

Psykologiska och beteendemässiga funktioner (artikel 13.1.b).....

Bantning, viktkontroll, nedsatt hungerkänsla, ökad mättnadskänsla, eller minskning av kostens energiinnehåll (artikel 13.1.c).....

---

Om påståendet är ett artikel 14.1-påstående, till vilken kategori hör påståendet?

Medicinska påståenden.....

Påståenden om minskad sjukdomsrisk.....

Påståenden om barns utveckling och hälsa.....



---

## Bedömning av närings- eller hälsopåståendet

Är påståendet korrekt utformat enligt förordning (EG) nr 1924/2006? Ja.....   
*Med beaktande av alla relevanta artiklar i förordningen.*

Nej.....

Om ja, med vilken motivering?.....

.....

.....

.....

.....

Om nej, med vilken motivering?.....

.....

.....

.....

.....

---

Övriga kommentarer:.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Bilaga 4 – Hjälpreda till checklista

### Hjälpreda till "Checklista vid kontroll av närings- och/eller hälsopåståenden"

#### Viktiga definitioner:

*Se förordning (EG) nr 1924/2006, artikel 2.*

#### Näringspåstående:

*varje påstående som anger, låter förstå eller antyder att ett livsmedel har särskilda gynnsamma näringsmässiga egenskaper på grund av: a) den energi (det kalorivärde) det ger, ger i minskad eller ökad grad, eller inte ger och/eller b) de näringsämnen eller andra ämnen det innehåller, innehåller i mindre eller större omfattning eller inte innehåller.*

#### Hälsopåstående:

*varje påstående som anger, låter förstå eller antyder att det finns ett samband mellan en kategori av livsmedel eller en av dess beståndsdelar och hälsa.*

#### Påstående om minskad sjukdomsrisk:

*varje hälsopåstående som anger, låter förstå eller antyder att konsumtion av en kategori av livsmedel, ett livsmedel eller av en av dess beståndsdelar väsentligt minskar en riskfaktor för utveckling av sjukdom hos människor.*

#### Exempel på kontroll av näringspåstående:

Varumärke: Ekströms

Produkt: Kallvispad nyponsoppa

Produktgrupp: Drycker/soppor<sup>1</sup>

Tillverkare/importör/förpackare: Procordia Food AB

Formulering av påstående: Rik på C-vitamin, innehåller fiber

Finns en näringsvärdesdeklaration på livsmedelsförpackningen? Ja  
*Enligt artikel 7 till förordningen måste en näringsvärdesdeklaration finnas på livsmedelsförpackningen om ett närings- eller hälsopåstående finns.*

Om ja, innehåller denna en deklaration över det ämne/de ämnen som avses i påståendet? Ja  
*Det ämne/de ämnen som avses i närings- eller hälsopåståendet måste finnas med i näringsvärdesdeklarationen även om detta inte är ett krav enligt SLVFS 1993: 21.*

---

<sup>1</sup> Hur man väljer att definiera produktgruppen är upp till den som undersöker. Beaktande bör även tas till om några riktlinjer har givits för kontroll av undersökningsledaren.

## Bedömning av näringspåståendet:

*Genomförs inte på plats i livsmedelsbutiken.*

Är påståendet korrekt utformat enligt förordning (EG) nr 1924/2006?

Nej, näringspåståendet om C-vitamin är inte korrekt utformat i enlighet med artikel 8 till förordningen. Där står att näringspåståenden endast ska tillåtas om de är förtecknade i bilagan och uppfyller de krav som finns där. I bilagan till förordningen står gällande vitamin C att ett påstående om att ett livsmedel har ett högt innehåll av vitaminer får göras om produkten innehåller minst den dubbla mängden mot vad som definieras som ”betydande mängd” enligt bilagan till direktiv 90/496/EEG.<sup>2</sup> I denna bilaga står att vitamin C har ett rekommenderat dagligt intag (RDI) på 80 mg. I bilagan står även att för att räknas som betydande mängd bör innehållet av vitaminet överstiga 15 procent av RDI. 15 procent av 80 mg är 12 mg, vilket ger en dubbel mängd på 24 mg. Ekströms kallvispade nyponsoppa innehåller 21 mg C-vitamin, vilket gör att ”rik på C-vitamin” inte är ett korrekt utformat näringspåstående.

Nej, näringspåståendet om fiber är inte korrekt utformat i enlighet med förordning (EG) nr 1924/2006. Bilagan till förordningen säger att ett påstående om att ett livsmedel är en källa till kostfiber för göras om produkten innehåller minst 3 g kostfiber/100 g eller minst 1,5 g kostfiber/100 kcal. Ekströms kallvispade nyponsoppa innehåller endast 0,8 g kostfiber/100 g, vilket gör att påståendet inte uppfyller de krav som lagstiftningen ställer. Detta näringspåstående är således felaktigt.<sup>3</sup>

## Exempel på kontroll av hälsopåstående:

Varumärke: Kellogg's

Produkt: ALL-BRAN Regular

Produktgrupp: Flingor

Tillverkare/importör/förpackare: Kellogg's

Formulering av påstående: Kellogg's ALL-BRAN Regular är krispiga flingor av fullkornsvete och kli. Flingor med 15 % kostfiber, som är precis vad din mage vill ha. Fibrerna får nämligen din mage att arbeta så att den fungerar som en välsmod maskin. Dessutom binder fibrer vatten, vilket fyller ut innehållet i magen så att du känner dig behagligt mätt länge. En god start på en fiberrik dag, helt enkelt.

Finns en näringsvärdesdeklaration på livsmedelsförpackningen? Ja  
*Enligt artikel 7 till förordningen måste en näringsvärdesdeklaration finnas på livsmedelsförpackningen om ett närings- eller hälsopåstående finns.*

Om ja, innehåller denna en deklaration över det ämne/de ämnen som avses i påståendet? Ja  
*Det ämne/de ämnen som avses i närings- eller hälsopåståendet måste finnas med i näringsvärdesdeklarationen även om detta inte är ett krav enligt SLVFS 1993: 21.*

Om påståendet är ett hälsopåstående, vilket sorts påstående?

<sup>2</sup> ”Högt innehåll av” är likställt med ”Rik på” enligt ”Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006”, s. 61.

<sup>3</sup> Se ”Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006”, s. 51-63 för hjälp vid bedömning av näringspåståenden enligt bilagan till förordningen.

Påståendet är ett artikel 13.1-påstående, alltså andra hälsopåståenden än sådana som avser minskad sjukdomsrisk och barns utveckling och hälsa.<sup>4</sup>

Om påståendet är ett artikel 13.1-påstående, till vilken kategori hör påståendet?

Hälsopåståendet är ett artikel 13.1.a-påstående, alltså ett påstående om ett näringsämnes eller annat ämnes betydelse för kroppens tillväxt, utveckling och funktioner.<sup>5</sup>

Bedömning av hälsopåståendet:

*Genomförs inte på plats i livsmedelsbutiken.*

Är påståendet korrekt utformat enligt förordning (EG) nr 1924/2006?

Enligt artikel 13.3 i förordning (EG) nr 1924/2006 ska kommissionen anta en gemensam förteckning över de påståenden som enligt artikel 13.1 är tillåtna. I denna förteckning finns alla de påståenden som är tillåtna och alla nödvändiga villkor för användning av dessa påståenden. Endast de hälsopåståenden enligt artikel 13 och 14 som kommer att finnas i gemenskapsförteckningen över tillåtna hälsopåståenden kommer att få användas gällande hälsopåståenden om livsmedel. Fram till dess att förteckningen träder i kraft är endast hälsopåståenden enligt artikel 13.1.a tillåtna, och detta på företagarens eget ansvar (se artikel 13.3 samt 28.5). Detta innefattar även att företagaren vid kontroll ska kunna visa upp vetenskaplig dokumentation som styrker att de hälsopåståenden som görs om produkten är korrekta.<sup>6</sup>

Då ovan nämnda hälsopåstående är ett artikel 13.1.a-påstående är detta tillåtet så länge företagaren kan visa upp korrekt utformad vetenskaplig dokumentation som styrker att påståendet är sant. Detta får göras fram till dess att gemenskapsförteckningen över tillåtna hälsopåståenden är färdigställd.

---

<sup>4</sup> Se definitionen för ”minskad sjukdomsrisk” för bedömning av påståendet.

<sup>5</sup> Hälsopåståendet behandlar hur kostfiber kan hjälpa magen att fungera ordentligt.

<sup>6</sup> Se ”Vägledning till förordning (EG) nr 1924/2006”, s. 43 för kriterier om vad den vetenskapliga dokumentationen måste innehålla.

## Bilaga 5 – Informationsblad till livsmedelsföretagare

Informationsblad till livsmedelsföretagare  
Södertälje kommun  
Miljökontoret  
2010-04-01

Hej,

Anledningen till att Ni fått detta informationsblad är för att Er livsmedelsbutik har blivit utvald att vara en del av en undersökning som ingår i ett examensarbete. Studien syftar till att undersöka om närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar följer den lagstiftning som finns (förordning (EG) nr 1924/2006), samt i vilken utsträckning detta förekommer.

Jag, Sandra Keskisarja, är student vid Sveriges Lantbruksuniversitet i Uppsala och skriver mitt examensarbete på uppdrag av Miljökontoret i Södertälje kommun. De fyra butiker som kommer att ingå i studien är en livsmedelsbutik från vardera kedjorna ICA, COOP, Willys samt Lidl. Er butik kommer att vara anonym, och kommer således inte att omnämnas i rapporten på ett sådant sätt att det går att uttyda att det är Er butik det handlar om. Resultatet av undersökningen från just Er butik kommer inte att påverka Er på något sätt, utan jag är endast intresserad av att undersöka hur det ser ut på marknaden i allmänhet gällande närings- och hälsopåståenden på livsmedelsförpackningar. Denna kontroll kommer heller inte leda till någon form av anmärkning för Er del. Om Ni är intresserade av att ta del av den undersökning som Er butik kommer att vara en del av är Ni välkomna att kontakta mig på följande e-postadress: [sake0001@stud.slu.se](mailto:sake0001@stud.slu.se).

Studien kommer att genomföras via kontroll av ett visst antal produktgrupper, där alla varumärken som Er butik tillhandahåller inom dessa produktgrupper kommer att kontrolleras. Produkterna kommer att kontrolleras utifrån en på förhand utarbetad checklista. Fotografier kommer även att tas på alla de livsmedel som kontrolleras. Detta för att kunna koppla varje närings- och/eller hälsopåstående till varje enskild produkt. Ni är välkomna att delta vid kontrollen, men detta är inget krav.

Vid eventuella frågor, vänligen kontakta Livsmedelskontrollen i Södertälje kommun:  
Tfn: 08-523 02 700  
E-post: [livsmedelskontrollen@sodertalje.se](mailto:livsmedelskontrollen@sodertalje.se)  
Kontaktperson: Lisbet Johansson

Tack för Ert deltagande!

Med vänliga hälsningar

Sandra Keskisarja

## Bilaga 6 – Observerade näringspåståenden

Nedan presenteras alla de näringspåståenden som hittats i undersökningen. Påståendena är kategoriserade baserat på vilket ämne som påståendet handlar om. Påståendena presenteras i bokstavsordning utifrån varumärke.

Tabell 11. Näringspåståenden om kostfiber

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Arla	F-fil	Med fibrer
2	AXA	Grynblandning	Fiber
3	AXA	Dinkelmüsli	Kostfiber
4	AXA	Rågflingor	Hög fiberhalt
5	Coop	Special	Högt kostfiberinnehåll
6	Coop	Bran Flakes	Högt kostfiberinnehåll
7	Coop	Fiberhavregryn	Högt kostfiberinnehåll
8	Crownfield	Bran Flakes	Högt kostfiberinnehåll
9	Cultura	Shot	Högt fiberinnehåll
10	Dinkelboden	Heldinkel	Naturligt rika på fibrer
11	Ekströms	Nyponsoppa	Innehåller fiber
12	Ekströms	Blåbärssoppa	Innehåller fiber
13	Ekströms	Klassisk nyponsoppa	Innehåller fiber
14	Fazer	Rågtuben	Rik på fiber
15	Fazer	Kalaskaka	Rik på fiber
16	Fazer	Sviktat fullkorn	Rik på fiber
17	Fazer	Balansbröd fibertoast	Rik på fiber
18	Fazer	Potatislimpa	Rik på fiber
19	Fazer	Rund och god	Rik på fiber
20	Fazer	God i kvadrat	Rik på fiber
21	Fazer	Rågform	Rik på fiber
22	Fazer	Rågkusar	Rik på fiber
23	Fazer	Rallarhalvor	Rik på fiber
24	Fazer	Crisp	Rik på fibrer
25	Frebaco	Fullkornsbulgur	Rik på kostfiber
26	Friggs	Juice Katrinplommon	Naturligt hög halt av fibrer
27	Guldsol	Havregryn	Rik på kostfiber
28	Kavli	Flatbröd	Rik på fiber
29	Kellogg's	Rice Krispies Multi Grain	Högt fiberinnehåll
30	Kellogg's	All-bran Regular	Högt fiberinnehåll
31	Kungsörnen	Makaroner vit fiber	Innehåller kostfiber
32	Kungsörnen	Spaghetti vit fiber	Rik på kostfiber
33	Kungörnen	Cappelli fullkorn dinkel	Rik på kostfiber
34	Kvarnringen	Thin Crisp	Källa till fiber
35	Maalahden	Malaxlimpan	Fiberrikt
36	Polarbröd	Frisk & Fröig	Fiberrik och låg sockerhalt
37	Ryvita	Dark Rye	Högt fiberinnehåll
38	Semper	Frukostvälling fullkorn	Innehåller kostfiber
39	Skogaholm	Fiberrost	Med nyttiga fibrer

40	START	Crisp'n Crunch	Rik på kostfiber
41	Uncle Bens	Fullkornsris	Innehåller fibrer
42	van der Meulen	Rågbröd fullkornsbröd	Mycket fibrer
43	Wasa	Fiber plus	Rik på kostfiber
44	Weetabix	Original	Fiberrik
45	Willys	Pumpafröbröd	Fiberrikt
46	Willys	Solrosbröd	Fiberrikt
47	Willys	Flerkornsbröd	Fiberrikt
48	Östras Bröd	Hälsa	Fiberrikt

Tabell 12. Näringspåståenden om C-vitamin

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Ekströms	Nyponsoppa	Innehåller C-vitamin
2	Ekströms	Blåbärssoppa	Innehåller C-vitamin
3	Ekströms	Klassisk nyponsoppa	Rik på vitamin C
4	Ekströms	Fruktsoppa	Rik på vitamin C
5	Healthy People	Goji berry and passionfruit	Innehåller vitamin C och E
6	ICA	Nyponsoppa	Rik på vitamin C
7	ICA	Fruktsoppa	Rik på vitamin C
8	ICA	Blåbärssoppa	Rik på vitamin C
9	Knorr	Vie	Rik på vitamin C
10	Sagolika soppor	Färsk nyponsoppa	Rik på C-vitamin
11	Willys	Blåbärssoppa	C-vitaminrik
12	Willys	Nyponsoppa	C-vitaminrik
13	Vitafit	Orange Juice	Naturligt rik på vitamin C

Tabell 13. Näringspåståenden om kalcium

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Alpro Soya	Sojadryck	Innehåller kalcium, vitamin B12 och vitamin D
2	Go Green	Sojadryck	Innehåller kalcium
3	God morgon	Apelsin, mango, persika	Innehåller kalcium och vitamin D
4	Oatly	Havredryck	Innehåller kalcium och vitaminer (D och B12)
5	Rice Dream	Risdryck	Innehåller kalcium

Tabell 14. Näringspåståenden om socker

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	AXA	Dinkelmüsli	Låg sockerhalt
2	Carbzone	Low carb	En sockerfri, fiberrik och kolhydratsnål limpa
3	Frebaco	Fullkorns Havreringar	Utan tillsatt socker
4	Frebaco	Kornfiber Flakes	Utan tillsatt socker
5	God morgon	Apelsin, mango, persika	Inget socker tillsatt
6	Tropicana	Pure Premium	Inget socker tillsatt
7	Weetabix	Original	Låg sockerhalt
8	Yoggi	Mini	Utan tillsatt socker

Tabell 15. Näringspåståenden om omega 3

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Becel	Gold extra smak	Med omega 3 och 6
2	Becel	Margarin	Med omega 3 och 6
3	Lätt & lagom	Omega 3	Innehåller omega 3 från fisk
4	Milda	Culinesse	Med omega 3 och 6
5	Milda	Classic med rapsolja	Med essentiella fetter (omega 3, och A-, D- och E-vitamin)
6	Wasa	Sport +	Innehåller omega 3 fettsyror från linfrö

Tabell 16. Näringspåståenden om energi och energigivande ämnen

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Carbzone	Nystart	Lite kolhydrater
2	Crownfield	Bran Flakes	Lågt fettinnehåll
3	Fazer	Kärnor & Protein +	Naturligt rik på protein
4	Glocken Gold	Citromix	Lågkalori
5	Honey Monster Foods	Kalaspuffar	Låg fetthalt
6	Kellogg's	Special K	Lågt fettinnehåll
7	Rice Dream	Risdryck	Lågt fettinnehåll
8	van der Meulen	Rågbröd fullkornsbröd	Lite fett
9	Weetabix	Original	Låg fetthalt
10	Yoggi	Mini	Lågkalori



Tabell 17. Näringspåståenden om övriga vitaminer och mineraler

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Glocken Gold	Multivitamin	Innehåller betakaroten
2	God morgon	Apelsin, passionsfrukt, kaktusfikon	Innehåller järn och folsyra
3	Grafschafter	Wheat Crisp Bread	Innehåller vitamin B1, B2, B6 och niacin
4	Honey Monster Foods	Kalaspuffar	Innehåller järn
5	Honey Monster Foods	Kalaspuffar	Innehåller vitaminer (tiamin, riboflavin, niacin)
6	Kungsörnen	Cappelli fullkorn dinkel	Rik på mineralämnen (P, Fe, Mg)
7	Milda	Culinesse	Innehåller A-, D- och E-vitamin
8	Nestle	God Morgon Välling	Järn och kalcium
9	Ryvita	Dark Rye	Källa till järn
10	Semper	Frukostvälling fullkorn	Rik på järn och kalcium
11	Semper	Frukostvälling fullkorn	Innehåller A-, C-, D- och E-vitamin
12	Sun Exotic	Pineapple & Coconut Exotic Blend	Med vitamin A, C och E
13	van der Meulen	Bakkers roggebrood	Rik på vitamin E

## Bilaga 7 – Observerade hälsopåståenden

Nedan presenteras alla de hälsopåståenden som hittats i undersökningen. Påståendena är indelade baserat på vilken kategori av påståenden som det hör till. Påståendena presenteras i bokstavsordning utifrån varumärke.

Tabell 18. Hälsopåståenden (13.1.a-påståenden)

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	AXA	GI-ruta	Lågt Glykemiskt Index
2	AXA	Magiform	Magiform ökar ditt välbefinnande och främjar balansen i magen
3	Bravo	Friscus	En juice med tillsats av två hälsosamma bakteriekulturer ( <i>L. plantarum</i> och <i>L. paracasei</i> ). Kombinationen av bakterier har vid regelbundet intag dokumenterad effekt att stödja kroppens naturliga försvar.
4	Cultura	Aktiv fil	Balanserar din mage
5	Cultura	Dofilus	Tar hand om din mage på allra bästa sätt
6	Cultura	Shot	Balances your stomach
7	Danone	Activia yoghurt ActiRegularis	ACTIVIA - för en bättre matsmältning. Efter 1 månad känner du dig mindre uppblåst. Efter en vecka känner du minskat obehag.
8	Danone	Actimel L. casei defensis	Drick Actimel varje morgon så hjälper du till att stärka kroppens försvar
9	Finnerödja	Havtornsdryck	Havtornsbär kan hämma inflammationer och stärka immunförsvaret
10	Kungsörnen	Linguine fullkorn	Lågt Glykemiskt Index
11	Kungsörnen	Cappelli fullkorn dinkel	Lågt Glykemiskt Index
12	Kungsörnen	Makaroner vit fiber	Lågt Glykemiskt Index
13	Kungsörnen	Spaghetti vit fiber	Lågt Glykemiskt Index
14	Kungsörnen	AXA Fiber Spaghetti	Lågt Glykemiskt Index
15	Kungsörnen	AXA Fiber Spaghetti	Innehåller prebiotiska fibrer som gynnar de goda bakterierna i magen. I kombination med en hälsosam livsstil hjälper de dig att må bra.
16	Kungsörnen	Spaghetti fullkorn	Lågt Glykemiskt Index
17	Lätta	Med aktiv bakteriekultur	Två portioner Lätta med aktiv bakteriekultur dagligen - för att hålla magen i balans
18	Milda	Eco	En källa till essentiella fetter som behövs för normal tillväxt och utveckling
19	Oatly	Havredryck	Med nyttiga havrefibrer. Gott för mage och hjärta.
20	Proviva	Shot!	En om dagen räcker för att lugna en orolig mage
21	Proviva	Fruktdryck	Minskar gasbildning
22	Valio	Gefilus Max	Hjälp för magen i en aktiv och stressad vardag
23	Verum	Hälsofil	Med miljarder goda bakterier. Som en del av en sammansatt kost hjälper de till att bevara magens naturliga balans.

Tabell 19. Hälsopåståenden om minskad sjukdomsrisk

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	AXA	Spaghetti	Innehåller havrefiber som kan bidra till bibehållen hjärthälsa
2	AXA	Spaghetti	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Kungsörnens fullkornspasta innehåller 55 % fullkorn.
3	B & P Naturens skafferi	Tranbärsdrinka	Tranbärsjuice innehåller naturliga ämnen som försvårar för bakterier att fästa på slemhinnan för att istället sköljas ut i urinen vilket ger minskad risk för urinvägsinfektion
4	Becel	Pro-activ (matfett)	Sänker aktivt kolesterolvärdet
5	Becel	Pro-activ (mjölkdryck)	Med tillsatta växtsteroler som sänker kolesterolvärdet
6	Becel	Pro-activ (dryck)	Sänker aktivt kolesterolvärdet
7	Fazer	God i kvadrat	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. God i kvadrat är rik på fullkorn.
8	Fazer	Rågform	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Rågform är rik på fullkorn.
9	Fazer	Rågakusar	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Rågakusar är rik på fullkorn.
10	Fazer	Rallarhalvor	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Rallarhalvor är rik på fullkorn.
11	Fazer	Må Bättre Råg	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Må Bättre Råg är rik på fullkorn.

12	Finnerödja	Tranbärstryck	Tranbärssaft är en klassisk och effektiv huskur mot urinvägsinfektion, eftersom det innehåller ämnen som försvårar för bakterier att få fäste i urinvägarna
13	Frebaco	Kornfiber Flakes	En näringsriktig kost med betaglukaner från korn kan sänka kolesterolnivån
14	Gyllenhammars	Fiberhavregryn	Gyllenhammars Fiberhavregryn innehåller betaglukan. Betaglukan kan bidra till att sänka ett förhöjt kolesterolvärde och därmed minska risken för hjärt-kärlsjukdom.
15	Kungsörnen	Linguine fullkorn	En väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Kungsörnens fullkornspasta innehåller 55 % fullkorn.
16	Kungsörnen	Makaroner fullkorn	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Kungsörnens fullkornspasta innehåller 55 % fullkorn.
17	Kungsörnen	Fusilli fullkorn	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Kungsörnens fullkornspasta innehåller 55 % fullkorn.
18	Kungsörnen	Matkorn	I korn finns en löslig kostfiber som kallas betaglukan. En näringsriktig kost rik på betaglukan från korn bidrar till hälsosamt låga nivåer av kolesterol i blodet. För detta behövs 3 g per dag. En portion matkorn (35 g) innehåller 1,4 g betaglukan.
19	Kungsörnen	Mathavre	I havre finns en löslig kostfiber som kallas betaglukan. En näringsriktig kost rik på betaglukan från havre bidrar till hälsosamt låga nivåer av kolesterol i blodet. För detta behövs 3 g per dag. En portion mathavre (35 g) innehåller 1,5 g betaglukan.
20	Kungsörnen	Mathavre	En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkorn kan bidra till bibehållen hjärthälsa. Kungsörnens Mathavre består till 100 % av fullkorn.

21	Quaker	Havrefras	Havre bidrar till att reglera ditt kolesterol
			En hälsosam livsstil och en väl sammansatt kost rik på fullkornsprodukter minskar risken för hjärtsjukdom. Smaka innehåller 50 % fullkorn.
22	Skogaholm	Smaka	

*Tabell 20. Hälsopåstående om barns utveckling och hälsa*

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Milda	Extrasaltat	Innehåller livsnödvändigt fett som behövs för att barn ska växa och utvecklas normalt

*Tabell 21. Ospecificerade hälsopåståenden*

Nr	Varumärke	Produkt	Påstående
1	Finnerödja	Havtornsdryck	Rik på kraftfulla antioxidanter - kända för att kunna motverka ett flertal sjukdomar
2	Finnerödja	Blåbärsdryck	På senare tid har blåbärets mycket rika innehåll av kraftfulla antioxidanter uppmärksammats av forskare, som potentiellt gynnsamma för bland annat minnet och synen
3	Healthy people	Goji berry and passionfruit	Innehåller antioxidanter

I denna serie publiceras examensarbeten samt större enskilda arbeten (motsvarande 15-30 hp) vid Institutionen för Livsmedelsvetenskap, Sveriges lantbruksuniversitet.

---

**DISTRIBUTION:**

Sveriges lantbruksuniversitet  
Institutionen för Livsmedelsvetenskap  
Box 7051  
750 07 Uppsala  
Tel. 018-67 20 06

---