



**МИНИСТЕРСТВО НА ЗЕМЕДЕЛИЕТО, ХРАНИТЕ И ГОРИТЕ  
ЦЕНТЪР ЗА ОЦЕНКА НА РИСКА  
ПО ХРАНИТЕЛНАТА ВЕРИГА**

## **Португалия определя задължителни максимални нива на сол в хляба**

Португалия ще въведе задължителни максимални нива на сол в хляба от януари 2019 г., като тенденцията е през следващите четири години да се постигнат постепенно заложените цели за намаляване на солта в хляба.



От 1 януари 2019 г. 100 г хляб трябва да съдържа не повече от 1,3 g сол, от януари 2020 г. нивата на сол в хляба предстои да се понижат до 1,2 g сол, от януари 2021 г. тенденцията е това ниво да се понижи до 1,1 g, а от януари 2022 г. нивото на сол в хляба трябва да достигне 1 g на 100 г хляб.

Според данните на компетентните органи на Португалия, хлябът и хлебните продукти са сред продуктите, които допринасят най-много за увеличения прием на сол сред португалското население.

**В тази връзка се изготвя проект на нормативен документ, който ще обхване всички видове хляб, произвеждани или търгувани в Португалия, независимо от страната, в която са произведени.**

Специалните хлябове, които съдържат добавени месни заготовки или колбаси не са обвързани с максималните нива, които предстои да бъдат въведени.

Новите правила са част от Националния здравен план на Португалия, който има за цел да намали средното количество на солта в „основните хранителни продукти“ с 10%.

Според данни от последното Национално проучване на храненето на населението, проведено между 2015 и 2016 г., португалското население има среднодневен прием на сол от 7,3 g. Това потребление е с около 50% по-високо от препоръчаното от Световната

здравна организация (СЗО), а по отношение на натрия, при малко над 65% от жените и 85,9% от мъжете приемът му е над препоръчителния.

Според проектодокумента, формулата за хляб, разработена в Португалия, която има съдържание на сол, по-ниска от максималната разрешена по силата на действащото законодателство, показва, че е възможно постепенно да се намалява нивото на солта, без да се засяга потреблението и безопасността на хранителните продукти.

Този нормативен документ има за цел да наложи и разшири доброволния ангажимент, поет през октомври миналата година от Генерална дирекция "Здравеопазване и хранително-вкусова промишленост" на Португалия за сектора на хлебопроизводството и сладкарството, в някои държавни институции, като училищата

Той също така се основава на скорошен набор от мерки за ограничаване на нарастващите нива на затлъстяване сред населението в Португалия. Тези мерки включват въвеждането на данък върху напитките, подсладени със захар, който е в сила от януари тази година, а също така правителството наскоро обяви данък върху солените закуски.

### **Заключение и препоръки на ЦОРХВ**

Предприетите нормативни промени в Португалия е един добър опит да се ограничи потреблението на сол от населението и той би могъл да бъде споделен и с останалите държави-членки, вкл. България, където приемът на сол, респ. натрий също е високо.

Според извършените в България проучвания, среднодневният прием на натрий, респ. готварска сол е не само по-висок от адекватния хранителен прием, но е и над горната граница за нерисков хранителен прием при всички изследвани възрастови групи от населението, като основното му постъпление е от някои основни хранителни продукти, включително и от хляба. В тази връзка е препоръчително да се инициират нормативни промени, свързани с оптимизиране съдържанието на сол в някои основни храни, които ежедневно присъстват в менюто на средностатистическия български консуматор.

**Източник:** <https://www.foodnavigator.com/Article/2018/07/23/Portugal-to-set-mandatory-maximum-salt-levels-in-bread>

**Изготвил:**

д-р Аксиния Антонова – главен експерт в дирекция „Комуникация на риска, обучение и Контактен център“ при ЦОРХВ

25.7.2018 г.