

Produkty bezglutenowe - kontrola i porady

2021-04-01 10:49 Miejski Rzecznik Konsumentów

- Szacuje się, że blisko 400 tys. osób nie powinno spożywać glutenu ze względów zdrowotnych.
- Z myślą o tej grupie konsumentów UOKiK sfinansował badania składu produktów przeprowadzone przez organizację pozarządową - Stowarzyszenie Przyjaciół Bezglutenowej Mamy.
- Na 33 przebadane produkty - jeden, wbrew informacjom na etykiecie, zawierał przekroczone normy dla żywności bezglutenowej.

Coraz więcej osób decyduje się na stosowanie diety bezglutenowej. Niektórzy robią to ze względu na modę, ale jest również grupa osób, które nie mogą spożywać produktów zbożowych ze względów zdrowotnych. Najbardziej restrykcyjna dieta jest niezbędna dla osób z celiakią, którym zaszkodzić mogą nawet niewielkie ilości glutenu znajdujące się w produkcie. Szacuje się, że to schorzenie dotyczy ok. 1 proc. populacji, czyli może to być blisko 400 tys. osób w Polsce.

- Z myślą o konsumentach, dla których obecność glutenu w żywności stanowi zagrożenie dla zdrowia, Urząd sfinansował badanie składu produktów, które były oznaczone jako bezglutenowe bądź nie zawierały informacji o obecności tego alergenu w składzie. Chociaż od 1 lipca 2020 r. kwestie dotyczące kontroli żywności przejął od UOKiK w całości Inspektorat Jakości Handlowej Artykułów Rolno-Spożywczych, to postanowiliśmy wesprzeć projekt, który pomoże osobom o specjalnych potrzebach żywieniowych – mówi Prezes UOKiK Tomasz Chróstny.

Badanie ze środków UOKiK przeprowadziło [Stowarzyszenie Przyjaciół Bezglutenowej Mamy](#). W akredytowanym laboratorium zostały sprawdzone 33 produkty m.in. słodczy, mąki i makaron z produktów naturalnie bezglutenowych, wyroby mięsne, przekąski. W jednym przypadku - w „Krupnioku gryczanym” produkowanym przez spółkę Bacówka Towary Tradycyjne - wykryty został gluten w niedozwolonej ilości, pomimo tego że produkt był oznaczony jako bezglutenowy. Cieszy fakt, że kolejne kontrole tego produktu prowadzone przez Sanepid i Inspektorat Jakości Handlowej Artykułów Rolno-Spożywczych nie wykazywały już nieprawidłowości. Więcej informacji o wynikach badań można znaleźć na stronie internetowej <https://bezglutenowamama.pl/wyniki-badan-33-produktow-z-klosem-na-zawartosc-glutenu/>.

Przepisy dotyczące produktów bezglutenowych

Bardzo ważne dla osób na diecie bezglutenowej jest właściwe oznaczenie produktów, ponieważ nawet żywność naturalnie bezglutenowa, jak np. kasza gryczana, może zawierać gluten, który dostał się do niej z innych produktów w trakcie procesu produkcyjnego, pakowania lub transportu. Zgodnie z [unijnym rozporządzeniem](#) opis „produkt bezglutenowy” oznacza, że producent deklaruje, że zawiera on nie więcej niż 20 mg/kg glutenu. Choć jest to dobrowolne zapewnienie przedsiębiorcy, to [przepisy mówią](#), że informacje na temat żywności nie mogą wprowadzać konsumenta w błąd. Oznacza to, że w trakcie kontroli organów państwowych producent powinien przedstawić dowody na bezglutenowość produktu, np. wyniki badań laboratoryjnych. Nadzór nad prawidłowym znakowaniem żywności pochodzenia roślinnego w zakładach produkcyjnych sprawują organy [Państwowej Inspekcji Sanitarnej](#), a w przypadku żywności pochodzenia zwierzęcego – organy [Inspekcji Jakości Handlowej Artykułów Rolno-Spożywczych](#).

Jak znaleźć produkty bezglutenowe w sklepie

Na opakowaniach żywności bezpiecznej dla osób z celiakią, oprócz określenia „produkt bezglutenowy” mogą znajdować się znaki graficzne, najczęściej są to różnego rodzaju przekreślone kłosa. Oprócz symboli umieszczanych przez samych producentów konsumenci w wielu krajach mogą zauważyć taki sam znak oznaczający, że produkty posiadają licencję [Europejskiego Zrzeszenia Stowarzyszeń Osób z Celiakią \(AOECS\)](#). W Polsce przyznaje je [Polskie Stowarzyszenie Osób z Celiakią i na Diecie Bezglutenowej](#).

Brak znaku graficznego lub określenia „produkt bezglutenowy” nie oznacza, że żywność zawiera gluten. W takiej sytuacji konsumenci powinni **dokładnie przeczytać skład podany na opakowaniu**. Etykiety muszą informować o składnikach powodujących alergię, które **muszą być wyróżnione** np. napisane inną czcionką, kolorem, na innym tle. W przypadku produktów sprzedawanych luzem – informacji o alergenach należy szukać na wywieszce przy produkcie.

Reklamacja żywności

Przepisy dotyczące reklamacji produktów mówią również o reklamacji żywności. Stwierdzenie, a tym bardziej udowodnienie, że produkt wbrew etykiecie zawiera alergeny jest jednak bardzo trudne. Pomocne dla konsumentów mogą być badania produktów, takie jak przeprowadzone przez UOKiK i Stowarzyszenie Przyjaciół Bezglutenowej Mamy. **Jeżeli na podstawie badań laboratoryjnych konsument wie, że został wprowadzony w błąd może reklamować produkt w sklepie, w którym go zakupił i domagać się np. zwrotu pieniędzy bądź wymiany na inny.** Niezależnie od tego może powiadomić instytucje państwowe, takie jak, [Sanepid](#), czy [Inspekcja Jakości Handlowej Artykułów Rolno-Spożywczych](#), które mogą skontrolować producenta żywności.

Podcasty o diecie bezglutenowej

Chcesz wiedzieć więcej o diecie bezglutenowej – posłuchaj [podcastów](#) przygotowanych przez Stowarzyszenie Przyjaciół Bezglutenowej Mamy i sfinansowanych ze środków Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Dowiesz się z nich między innymi:

- [O czym należy pamiętać przy przejściu na dietę bezglutenową](#)
- [Jak wykryć i monitorować celiakię](#)
- [O przepisach prawa dotyczących znakowania żywności bezglutenowej](#)
- [O diecie bezglutenowej w szpitalu](#)

**OZNACZENIE PRODUKTÓW
BEZGLUTENOWYCH PRZEZ
PRODUCENTÓW ŻYWNOSCI**

U·K·K
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów



**OZNACZENIE PRODUKTÓW
BEZGLUTENOWYCH
Z LICENCJĄ EUROPEJSKIEGO
ZRZESZENIA STOWARZYSZEŃ
OSÓB Z CELIAKIĄ (AOECS).**

U·K·K
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów



**INFORMACJE
O OBECNOŚCI GLUTENU
MOŻNA ZNALEŹĆ NA
ETYKIETACH PRODUKTÓW**

PL Czekolada mleczna z całymi orzechami laskowymi. Składniki: cukier, orzechy laskowe (23 %), miazga kakaowa, tłuszcz kakaowy, odtłuszczone mleko w proszku, serwatka w proszku (z mleka), tłuszcze roślinne (palmowy, shea), tłuszcz mleczny, emulgatory (lecytyna sojowa, E 476, lecytyna słonecznikowa), aromat. Masa kakaowa w czekoladzie mlecznej minimum 25 %. Oprócz tłuszczu kakaowego zawiera tłuszcze roślinne. Może zawierać inne orzechy oraz pszenicę.

Produkt może zawierać gluten (pszenicę) i nie może być spożywany przez osoby z celiakią

Składniki: czekolada **MLECZNA** 50% (cukier, **MLEKO** pełne w proszku, tłuszcz kakaowy, miazga kakaowa, emulgator: lecytyny (**SOJA**); wanilina), cukier, **MLEKO** odtłuszczone w proszku (12,5%), olej palmowy, **ORZECZY LASKOWE** (5,8%), **MASŁO** odwodnione, czekolada (cukier, miazga kakaowa, tłuszcz kakaowy, emulgator: lecytyny (**SOJA**); wanilina), substancje glazurujące (guma arabska, cukier), syrop glukozowy, emulgator: lecytyny (**SOJA**); aromaty. Składniki mleka: 16,5%.

Produkt nie zawiera glutenu i może być spożywany przez osoby z celiakią

UOKiK
Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów