

Branschrekommendation om hur mängden omega-3 fettsyror, EPA och DHA ska anges på förpackningen av kosttillskott

Fastställt: 2010-03-17

Det finns ännu ingen lagstiftning som tydligt reglerar hur mängden omega-3 fettsyror i kosttillskott ska anges. Syftet med branschrekommendationen är att skapa förutsättningar för konsumenten att kunna jämföra kosttillskott innehållande omega-3 fettsyror med marint ursprung.

Branschen följer de av Livsmedelsverkets antagna föreskrifter och EU-förordningar som berör området kosttillskott och märkning.

Branschen är medveten om att;

- Förpackaren eller importören är ansvarig för att kosttillskottet har korrekt märkning i enlighet med gällande lagstiftning och Svensk Egenvårds branschriktlinje för säkra kosttillskott
- Livsmedelsverket och de lokala miljö- och hälsoskyddsnämnderna är ansvarig för tillsynen

Rekommendation:

- Ursprunget (marint) för omega-3 ska framgå.
- Mängden omega-3 per kapsel och per rekommenderad dagsdos ska tydligt framgå på förpackningen och anges i mg. Mängden omega-3 ska inte kunna förväxlas med kapselvikten.
- Innehållet deklarerar i mg för total mängd fiskolja, omega-3 fettsyror samt EPA (eikosapentaensyra) och DHA (dokosaheksaensyra).
- Innehållet ska deklarerar per rekommenderad dagsdos. När ett intervall finns angivet för rekommenderad dagsdos ska innehållet för den högsta och den lägsta dagsdosen anges.

Exempel (marint):

Innehåll per 1 kapsel:	Rekommenderad dos (2 kapslar) ger:
Fiskolja 550 mg	Fiskolja 1100 mg
Totalt omega-3 fettsyror 350 mg	Totalt omega-3 fettsyror 700 mg
varav EPA 165 mg	varav EPA 330 mg
och DHA 110 mg	och DHA 220 mg

Ovanstående exempel visar på den information som bör framgå på förpackningen. Övrig information (exempelvis *totalt omega-3 fettsyror som triglycerider*) är frivillig för leverantören.

Denna märkningsrekommendation är framtagen och fastställd av Svensk Egenvård.

Svensk Egenvård
2010