



TIEDÄTKÖ MITÄ JUOT?

Etiketti- tai pakkausmerkinnät eivät kerro, mitä alkoholijuomat sisältävät

KULUTTAJALLA ON OIKEUS TIETÄÄ, MITÄ ELINTARVIKKEET, JUOMAT JA MUUT TUOTTEET SISÄLTÄVÄT. ALKOHOLIJUOMIEN KOHDALLA TÄMÄ EI TOTEUDU, KOSKA VALMISTUSAINEITA TAI ENERGIASISÄLTÖÄ EI USEIN KERROTA PAKKAUKSESSA TAI ETIKETISSÄ.

Tieto valmistusaineista antaa kuluttajalle mahdollisuuden tehdä valintoja sekä välttää haitallisia tai muuten ongelmallisia ainesosia. Myös ravintoarvotiedot, kuten tuotteen kalorimäärä, pitäisi kertoa, jotta kuluttaja voi tarkkailla ruokavaliotaan.

Kun kuluttajille annetaan täydelliset tuotetiedot, he pystyvät tekemään tietoon perustuvia päätöksiä. Lisäksi voidaan varmistaa, että kuluttajat tietävät, mihin rahansa käyttävät.

Lähteet:

*The European Alcohol Policy Alliance (EUROCARE): What's in this drink? Eurocare's position on ingredients and nutritional information. 2018

TNS Kantar, kyselytutkimus suomalaisten näkemyksistä alkoholijuomien etiketti- ja pakkausmerkintöihin. 5/2018

SUOMALAISET HALUAVAT TIETÄÄ MITÄ JUOVAT

Ylivoimainen enemmistö suomalaisista on sitä mieltä, että alkoholijuomista pitäisi saada nykyistä enemmän tietoa.

EHYT ry:n TNS Kantarilla (5/2018) teettämän selvityksen mukaan suomalaisista 64 % on sitä mieltä, että alkoholijuomien etiketeissä ja pakkauksissa pitäisi olla samanlaiset tuotetiedot kuin elintarvikkeissa.

Myös erityisruokavaliota (elämäntapa, sairaus, diabetes, keliakia tai allergia) koskevat merkinnät kiinnostavat kuluttajia. 56 % vastaajista haluaisi alkoholijuomien etiketti- ja pakkausmerkintöihin nykyistä enemmän tietoa erityisruokavaliota noudattaville. Vastauksien perustella erityisesti alle 25-vuotiaat (70 %) kokevat tämän tärkeäksi.

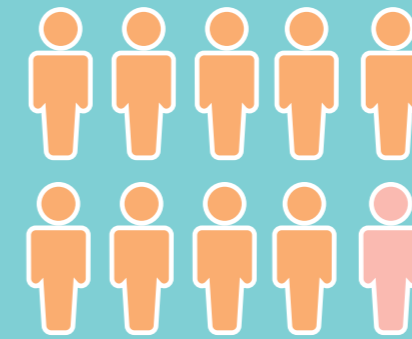


EUROOPASSA AIHE ON OLLUT JO KAUAN ESILLÄ

Euroopalaiset kuluttajat ovat kiinnostuneita alkoholijuomien pakkaustiedosta.

Euroopan unionin Joint Action on Reducing Alcohol Related Harm (RARHA) hankkeessa laadittiin tilannekatsaus kuluttajien näkemyksistä, jotka koskevat viestintää alkoholin riskeistä. Yhteensä 50 % haluaisi ainesosaluettelon, 43 % lisää tietoa kalorimäärästä ja 38 % lisää tietoa ravintoarvoista. Vastauksissa korostettiin, että mahdollisista terveysriskeistä ja sopivista tietolähteistä tarvitaan nykyistä enemmän tietoa.

Melkein puolet (49 %) Euroopan komission teettämään tutkimukseen osallistuneista halusi tietoa alkoholijuomien energiasisällöstä. Tutkimus käsitteli elintarviketiedon vaikutuksia kuluttajien päätöksentekoon.



Vastaavasti vuonna 2016 tehty The Brewers of Europe tutkimus osoitti, että 86 % kuluttajista haluaa alkoholijuomien ravintoarvoista samanlaisia tietoja kuin alkoholittomien juomien ravintoarvoista.

MIKSI ETIKETTI- JA PAKKAUSMERKINNÄT OVAT TÄRKEITÄ?

Tuote-etikettejä voi käyttää moniin tarkoituksiin: niillä voi antaa kuluttajille tietoja tuotteesta, houkutella heitä ostamaan tuotteen sekä varoittaa heitä tuotteeseen liittyvistä vaaroista ja terveysriskeistä.

Ongelmallista on, että alkoholijuomien pakkausmerkinnät ovat puutteellisia, joten kuluttajat eivät täysin tiedä juomien tarkkaa sisältöä.

EU:n asetus 1169/2011 elintarviketietojen antamisesta kuluttajille on muuttanut elintarvikkeiden merkintöjä koskevaa lainsäädäntöä huomattavasti, sillä se vaatii, että kaikkien elintarvikkeiden pakkauksissa esitetään ainesosa- ja ravintoarvotiedot.

Valitettavasti tämä tiedonantovelvollisuus ei koske alkoholijuomia, jotka sisältävät enemmän kuin 1,2 tilavuusprosenttia alkoholia.



Hyvinvointia ilman päihde- ja pelihaittoja

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry toimii koko maassa ja koko väestön parissa terveiden elämäntapojen edistämiseksi. Työ ulottuu lapsista ja nuorista työ- ja eläkeikäisiin. Alkoholiin, tupakkaan ja huumeisiin liittyvän ehkäisevän työn ohella EHYT ry ehkäisee pelaamisesta syntyviä haittoja.

www.ehyt.fi
Twitter: @EHYTry
Facebook: ehytry

RAVINTOSISÄLTÖ ON TERVEYSKYSYMYKS

Terveyden näkökulmasta on selvää, että pakkausmerkintöjen pitäisi kertoa tuotteen ravintosisältö. Alkoholissa on paljon sokeria, joten siinä on myös huomattavan paljon kaloreita, jopa 7,1 kilokaloria grammassa. Vain rasvan energiasisältö on suurempi (9 kcal/g). Moneen alkoholijuomaan on lisätty sokeria, mikä nostaa kokonaiskalorimäärää.

Isossa-Britanniassa tehdyt tutkimukset ovat osoittaneet, että liki 10 prosenttia alkoholia käyttävien aikuisten saamasta kalorimäärästä tulee alkoholista. Päivittäinen kalorimäärä voikin nousta merkittävästi alkoholia nautittaessa. Alkoholien ja liikalihavuuden välillä on selkeä syy-yhteys, vaikka myös elämäntyyllillä, geeniperimällä ja sosiaalisilla tekijöillä on merkittävä vaikutus ylipainoon.



Viinilasillisessa on suurin piirtein yhtä paljon kaloreita kuin suklaapatukassa.

ALKOHOLI JA KALORIT

Alkoholin ja ravitsemuksen yhteydestä on tehty vain vähän tutkimusta. Yhdysvalloissa tehdyissä tutkimuksissa on havaittu, että miehet saavat alkoholista kuukaudessa keskimäärin 8 210 kilokaloria ja naiset 3 790 kilokaloria. Koska useimmissa Euroopan maissa alkoholia kulutetaan tuntuvasti enemmän kuin Yhdysvalloissa, on lähdeittävä siitä, että eurooppalaiset miehet ja naiset saavat keskimäärin vähintään tämän verran kaloreita alkoholista. Miltei puolet Euroopan väestöstä on ylipainoisia tai liikalihavia, ja alkoholilla on merkittävä rooli eurooppalaisten saamassa kalorimäärässä.

Long-drink 330 ml, 5,5 % alkoholia sisältää n. 182 kilokaloria
Kuiva siideri 330 ml, 4,7 % alkoholia sisältää n. 122 kilokaloria
Olut 4,7 % 500 ml, 4,7 % alkoholia sisältää n. 190 kilokaloria
Olut 5,5 % 500 ml, 5,5 % alkoholia sisältää n. 220 kilokaloria
Punaviini 12 cl, 13 % alkoholia, sisältää n. 96 kilokaloria
Kuiva valkoviini 12 cl, 12 % alkoholia, sisältää n. 84 kilokaloria

ESIMERKKEJÄ
KALORIMÄÄRISTÄ

ERITYISRUOKAVALIOT

Yhä useampi noudattaa nykyään erityisruokavaliota. Sekä terapeuttisten (allergia, laktoosi-intoleranssi, diabetes tai keliakia) että elämäntapaan liittyvien (kasvisruokavalio, laihduttaminen) ruokavalioiden noudattaminen on lisääntynyt.

EU-direktiiveissä on ohjeita, jotka koskevat elintarvikkeiden pakollisia pakkausmerkintöjä mahdollisista allergeeneista. Ohjeet on tehty siksi, että ruoka-allergikot saavat kattavasti tietoa valintojensa tueksi.

Vuonna 2012 annetussa viiniä koskevassa asetuksessa 579/2012 vaaditaan, että tuotteessa on mainittava munat ja munapohjaiset tuotteet, sulfiitit sekä maito ja maitopohjaiset tuotteet. Edellä mainitut ainesosat ovat yleisesti tunnettuja allergeeneja. Osa kuluttajista on kuitenkin allergisia ainesosille, jotka eivät ole yleisiä allergeeneja.

Toisin kuin elintarvikkeissa, alkoholijuomien pakkausmerkinnöissä ei tarvitse olla ainesosaluetteloa. Kun ainesosia ei näy etiketissä, kuluttajat eivät pysty tunnistamaan tavallista tuntemattomampia allergeeneja. Tai mitä omaan ruokavaliioon sopimattomia ainesosia juoma sisältää.

Elintarvikkeiden pakkausmerkinnöillä, muun muassa ainesosaluetteloilla, pyritään antamaan kuluttajille kattavat tiedot elintarvikkeiden sisällöstä ja koostuksesta sekä auttamaan heitä tekemään tietoon perustuvia päätöksiä elintarvikkeita ostaessaan.

VIINIEN ETIKETEISSÄ ON ENITEN PUUTTEITA

Osa viinin tuottajista vastustaa sitä, että viineihin vaadittaisiin pakolliset pakkausmerkinnät. Perusteluna on, että viininvalmistusprosessin ainesosat vaihtelevat rypäle-erien mukaan. Myös vaatimus kääntää tiedot 27 kielelle rasittaisivat pientuottajien taloutta valtavasti.

Eurocaren* mukaan väitteet pitävät osittain paikkansa, mutta todellisuudessa suurin osa Euroopassa käytetystä alkoholista on monikansallisten suuryritysten massatuotantoa. Näiltä yrityksiltä pitäisi vaatia täydellisten tietojen antamista kuluttajille.

Elintarvikealalla on pystytty täyttämään EU:n ravintoarvotietoja koskevat vaatimukset ilman, että tuotteiden ulkoasu on kärsinyt. Alkoholiittomissa juomissa on pystytty sekä mukautumaan EU:n vaatimuksiin että pitämään pakkaukset houkuttelevina. Vakiintuneella viinialalla ei pitäisi olla vaikeuksia toimia samoin. Nykyisin EU käyttää lähes 250 miljoonaa euroa vuodessa viinin myynninedistämiseen. Varmasti osa tästä summasta voitaisiin kohdistaa siihen, että valmistetaan etikettejä, joista kuluttajat saavat kattavat tiedot ainesosista, allergeeneista ja kaloreista.