



PÕLLUMAJANDUS- JA TOIDUAMET



Euroopa Maaelu Arengu
Põllumajandusfond:
Euroopa investeeringud
maapiirkondadesse

Toitumis- ja tervisealased väited

Tiiu Rand

Põllumajandus- ja Toiduameti
toiduosakonna nõunik

14.05.2021

Sisukord

- Valdkonda reguleerivad õigusnormid
- Mida reguleeritakse
- Toitumisalane väide, tervisealane väide
- Erandid väidete määrusest
- Lubatud väited, nn ootel olevad väited, mittelubatud väited, üldine terviseväide
- Juhised, abistav teave



1 jäätis sisaldab ainult 51 kcal ja 0% rasva.

Ilma lisatud suhkruta

VITAMIIN C**

- aitab kaasa energiavahetusele
- aitab kaasa närvisüsteemi talitlusele
- aitab vähendada väsimust ja kurnatust

**Vitamiinidega rikastatud mahlajoogi tarbimine ei asenda mitmekülgset ja tasakaalustatud toitumist ning tervislikku elustiili.

EST VAARIKA-MUSTIKA MITMEVILJANEKTAR C-VITAMIINIGA

- ✓ iron
- ✓ copper
- ✓ folic acid
- ✓ vitamin B1
- ✓ phosphorus
- ✓ magnesium
- ✓ manganese
- ✓ zinc

Each 50 g serving contains

HIGH FIBRE

D-VITAMIIN HOIAB HAMBAD JA LUUD TERVED!

40% LESS FAT THAN REGULAR POTATO CHIPS
(Average Fat reduced from 10g to 5.5g per serving)

C-VITAMIINIGA

0% cholesterol

Non GMO

WHEAT free

LOW IN SODIUM

Valdkonda reguleerivad õigusnormid (1)

- Euroopa Parlamendi ja nõukogu määrus (EÜ) nr [1924/2006](#) toidu kohta esitatavate [toitumis- ja tervisealaste väidete kohta](#)
- Komisjoni määrus (EL) nr [432/2012](#), millega kehtestatakse [nimekiri tervisealastest väidetest](#), mida on lubatud esitada toidu kohta, välja arvatud haigestumise riski vähendamisele ning laste arengule ja tervisele viitavad väited
- Komisjoni rakendusotsus [2013/63/EL](#), millega võetakse vastu suunised Euroopa Parlamendi ja nõukogu määruse (EÜ) nr 1924/2006 artiklis 10 sätestatud [tervisealaste väidete eritingimuste](#) rakendamiseks
- Euroopa Parlamendi ja nõukogu määrus (EL) nr [1169/2011](#), milles käsitletakse [toidualase teabe esitamist tarbijatele](#)

Valdkonda reguleerivad õigusnormid (2)

- Komisjoni määrus (EL) nr [907/2013](#), millega kehtestatakse eeskiri [üldnimetuse](#) kasutamise avalduste esitamiseks
- Komisjoni määrus (EL) [2019/343](#), milles sätestatakse erandid Euroopa Parlamendi ja nõukogu määruse (EÜ) nr 1924/2006 (toidu kohta esitatavate toitumis- ja tervisealaste väidete kohta) artikli 1 lõikest 3 teatavate [üldnimetuste](#) kasutamiseks
- Komisjoni määrus (EÜ) nr [353/2008](#), millega kehtestatakse rakenduseeskirjad selle kohta, kuidas [taotleda tervisealaste väidete esitamise lubasid](#) Euroopa Parlamendi ja nõukogu määruse (EÜ) nr 1924/2006 artiklis 15 sätestatu kohaselt

Määruse 1924/2006 sisu ja reguleerimisala

sh üldise iseloomuga
reklaamides ja
müügiedendus-
kampaniates

Nõuded kohalduvad **kaubanduslikes teadaannetes** esitatavatele väidetele

-> **lõpptarbijale** pakutava toidu **märgistusel, esitlemisel, reklaamis**

- ka pakendamata toidu pakkumisel (teatud erisustega)

- ka toitlustusettevõttele tarnitava toidu korral

Toitumisalane väide

Toitumisalane väide -

vabatahtlik sõnum või esitus (mistahes kujul) –mis väidab, viitab või annab mõista, et

toidul on teatavad

kasulikud toitainelised

omadused energia või toitainete (või muude ainete) sisalduse tõttu, mida see toit:



sisaldab / ei sisalda

annab / ei anna

sisaldab vähem /

sisaldab rohkem

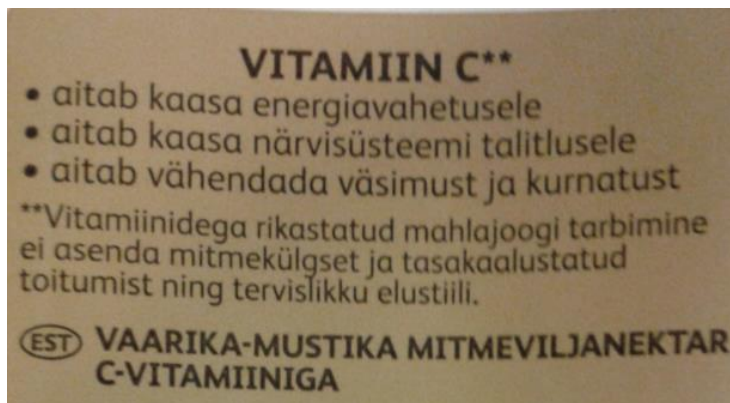
Tervisealane väide

Tervisealane väide -
vabatahtlik sõnum või esitus
(mistahes kujul), mis väidab,
viitab või annab mõista, et
**toidu (või toidu koostisosa
või toidugrupi) ja tervise
vahel on seos**

***D-vitamiin** aitab kaasa
immuunsüsteemi
normaalsele talitlusele*

***Suhkruvaba närimiskumm**
aitab vähendada suu
kuivust*

***Liha ja kala** aitavad tõsta
raua imendumist, kui teisi
rauda sisaldavaid toite
süüa koos liha või kalaga*



Toitumis- ja tervisealane väide

Toitumisalane väide

Toidul (mida pakutakse) on teatavad kasulikud toitainelised omadused

Õunamahlajook C-vitamiiniga

Eksitav on: *Apelsinijook. Apelsin on hea C-vitamiini allikas*

Tervisealane väide

Toidugrupi või toidu või koostisosa ja tervise vahel on seos

C-vitamiin aitab vähendada väsimust ja kurnatust

Toote nimetus, kaubamärk

Märgistusel, esitlemisel või reklaamimisel esinev toidu **kaubamärk**, **marginimetus** või **väljamõeldud nimetus**, mis võib olla tõlgendatav toitumis- või tervisealase väitena:

- võib kasutada, kui märgistusel, esitlemisel või reklaamis **kaasneb sellega seotud toitumis- või tervisealane väide**, mis vastab määruse 1924/2006 sätetele (nt *Proteiinikohupiimakreem*, *Terviseamps*, *Südamesepik ...*)

NB! Toodete, mis kannavad määruse sätetele mittevastavaid **enne 1. jaanuari 2005 olemas olnud kaubamärke või marginimetusi**, turustamist võib jätkata kuni **19. jaanuarini 2022**, mille möödudes kohaldatakse määruse 1924/2006 sätteid

Üldnimetused

Üldnimetusi, nagu *Cough drops*, *Kurkkupastilli*, *Hustenstopper*, *Biscotto salute*, *Tonic* vms, millega on **tavapäraselt** tähistatud mingi toidu- või joogigrupi iseärasus, mis võib jätta mulje mõju avaldamisest tervisele, on võimalik **erandina** jätkuvalt kasutada ilma väidete määruse nõudeid täitmata

- erandi saanud üldnimetused on teatud liikmesriigi traditsioonilised tooted, mis on olnud seal turul vähemalt 10. oktoobrist 1993
- erandid on kirjeldatud [Komisjoni määruses \(EL\) 2019/343](#)
- erandi saanud üldnimetusi ei tõlgita eesti keelde

Toidugrupp	Üldnimetus	Liikmesriigid, kus erand kehtib
Nii suhkrupõhised kõvad ja pehmed kompekid kui ka magusainetel (polüoolid ja/või intensiivsed magusained) põhinevad suhkruvad ja vähendatud kalorsusega variandid, mis sisaldavad taime-, puuvilja- või muid taimsete ainete (nt mentool) ekstrakte, mett või linna-seekstrakti	Brust-Caramellen Hustenbonbon	Saksamaa, Austria
	Halsbonbon, Hustenmischung, Hustenperle	Saksamaa
	Hustenstopper, Hustenzuckerl	Austria
	Cough drops	Ühendkuningriik
	Hoestbonbon, Keelpastille	Madalmaad
	Rebuçados para a tosse	Portugal

Üldnimetused (2)

- erandi saamiseks tuleb toidukäitlejal (või vastava toidusektori esindajal) esitada üldnimetuse kasutamise avaldus
- avalduse sisu- ja vorminõuded ning esitamise ja hindamise protseduur on kirjeldatud [Komisjoni määruse \(EL\) nr 907/2013](#) lisas
- avaldus esitatakse liikmesriigi pädevale asutusele - Eestis Põllumajandus- ja Toiduametile
- erandi taotlemiseks peab olema võimalik tõendada, et seda üldnimetust on liikmesriigis (liikmesriikides) kasutatud vähemalt aastast 1993

Lubatud toitumisalased väited on esitatud määruse 1924/2006 lisas

Näide lisast:

- väite sõnastus
- väite esitamise tingimus

Nt:

*vähese energiaga
vähe kaloreid
ainult 35 kcal*

LISA

Toitumisalased väited ja nende suhtes kohaldatavad tingimused

MADALA ENERGIASISALDUSEGA

Väite, et toit on madala energiasisaldusega, ja iga väite, millel on tarbija jaoks tõenäoliselt sama tähendus, võib esitada ainult siis, kui toode ei sisalda üle 40 kcal (170 kJ)/100 g tahke aine kohta või rohkem kui 20 kcal (80 kJ)/100 ml vedeliku kohta. Lauamagusainete puhul kohaldatakse piirnormi 4 kcal (17 kJ) portsjoni kohta, millel on 6 g sahharoosiga (umbes 1 tl sahharoosi) samaväärsed magustamisomadused.

Tervisealaste väidete esitamine on lubatud:

- kui terviseväide on esitatud määruse 1924/2006 artikli 13 või 14 **lubatud väidete nimekirjas**

Tervisealased väited jagunevad

Nn funktsionaalsed tervisealased väited ehk artikkel 13 väited, mis kirjeldavad:

- toitaine / muu aine tähtsust kasvamisele, arengule ja organismi funktsioonidele
- psühholoogilisi ja käitumuslikke funktsioone
- salenemist või kehakaalu iälqimist

Vt määrus 432/2012 ja selle lisa

Haigestumise riski vähendamise väited ehk artikkel 14(1)(a) väited

Võetakse vastu eraldi õigusakti(de)ga

Laste arengule ja tervisele viitavad väited ehk artikkel 14(1)(b) väited

Nt:

Vitamiin D on vajalik laste luustiku normaalseks kasvuks ja arenguks

Võetakse vastu eraldi õigusakti(de)ga

Keelatud ei ole nn ootel olevate tervisealaste väidete esitamine:

- need on terviseväited, mille hindamine EFSA poolt või käsitlemine Euroopa Komisjoni poolt ei ole veel lõpule viidud
- suurema osa ootel olevatest väidetest moodustavad **botaaniliste ainete väited**
- ootel olevad väited on avaldatud Euroopa Komisjoni veebilehel (toitumis- ja tervisealaste väidete EL [register](#)) väidete määruse artikkel 13(1) konsolideeritud nimekirja kannete **ID numbritega**
- ootel olevate väidete sõnastused konsolideeritud nimekirja põhjal on leitavad [EFSA veebilehelt](#) (vt *Database of health claims submitted to EFSA for evaluation*)
<https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/topic/ndaclaims13.zip>

NB! järgides määruse 1924/2006 üldnõudeid ja terviseväite erinõudeid

Alkohoolsel joogil

- Ei ole lubatud terviseväited
- Lubatud on:
 - vähesele alkoholisaldusele viitavad väited või
 - alkoholi- või energiasalduse vähendamisele viitavad väited

Lubatud ei ole tervisealased väited

... mis viitavad konkreetsete arstide või tervisespetsialistide antud soovitustele



... mis viitavad kehakaalu vähenemise kiirusele või määrale

... mis jätavad mulje, et toidu tarbimata jätmine võib tervist mõjutada

Terviseväide ei ole lubatud alkohoolsel
joogil

Artikkel 13 väited (432/2012 lisa)

Lisas üle 200 terviseväite

Lisa on ajas täienev:

- lisanduvad uutel teaduslikel tõenditel põhinevad väited
- lisanduvad konfidentsiaalsete andmete kaitse taotlusega väited (nn kaitstud

LISA

LUBATUD TERVISEALASTE VÄIDETE NIMEKIRI

Toitaine, aine, toit või toidugrupp	Väide	Väite kasutamise tingimused	Toidu kasutamise tingimused ja/või piirangud ja/või lisaselgitus või hoiatus	EFSA Journal nr	Asjaomane kande number EFSA-le esitatud konsolideeritud nimekirjas
Nisuklii kiudained	Nisuklii kiudained aitavad suurendada väljaheite hulka	Väidet võib kasutada üksnes toidu kohta, mis on selle kiudaine kõrge sisaldusega vastavalt määruse (EÜ) nr 1924/2006 lisas osutatud väitele KÕRGE KIUDAINESISALDUSEGA.		2010;8(10):1817	3066
Odratera kiudained	Odratera kiudained aitavad suurendada väljaheite hulka.	Väidet võib kasutada üksnes toidu kohta, mis on selle kiudaine kõrge sisaldusega vastavalt määruse (EÜ) nr 1924/2006 lisas osutatud väitele KÕRGE KIUDAINESISALDUSEGA.		2011;9(6):2249	819
Rukkikiudained	Rukkikiudained aitavad kaasa normaalsele sooletalitlusele	Väidet võib kasutada üksnes toidu kohta, mis on selle kiudaine kõrge sisaldusega vastavalt määruse (EÜ) nr 1924/2006 lisas osutatud väitele KÕRGE KIUDAINESISALDUSEGA.		2011;9(6):2258	825
Kaeratera kiudained	Kaeratera kiudained aitavad suurendada väljaheite hulka.	Väidet võib kasutada üksnes toidu kohta, mis on selle kiudaine kõrge sisaldusega vastavalt määruse (EÜ) nr 1924/2006 lisas osutatud väitele KÕRGE KIUDAINESISALDUSEGA.		2011;9(6):2249	822

Artikkel 14 väited










Haigestumise riski vähendamise väide

Laste arengule ja tervisele viitav väide

- võetakse vastu eraldi õigusaktiga (üks või rohkem väidet ühes õigusaktis)

Vt [register](#) -> registrist leiab õigusakti numברי, mille järgi saab avada eestikeelse õigusakti

Otsingusõna: *glucan*
 Vt veerg: *Commission Regulation ->*
 otsi õigusakt sobivas keeles

Claim type 	Nutrient, substance, food or food category 	Claim 	Conditions of use of the claim / Restrictions of use / Reasons for non-authorisation 	Health relationship 	EFSA opinion reference / Journal reference 	Commission Regulation 	Status 	Entry ID 
Art 13(1)	Barley beta-glucan	Odra kiudaine beeta-glükaani tarbimine suurendab küllastustunnet ehk täiskõhutunnet. Odra kiudaine beeta-glükaani tarbimine pikendab küllastustunde ehk täiskõhutunde säilimist. Clarification provided Consuming barley beta-glucan increases satiety. Consuming oats beta-glucan prolongs the feeling of satiety.	Non-compliance with the Regulation because on the basis of the scientific evidence assessed, this claimed effect for this food has not been substantiated.	increase in satiety leading to a reduction in energy intake	2011;9(6):2207		Non- authorised	852
Art 14(1)(a)	Barley beta-glucans	Barley beta-glucans has been shown to lower/reduce blood cholesterol. High cholesterol is a risk factor in the development of coronary heart disease.	Information shall be given to the consumer that the beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of barley beta-glucan. The claim can be used for foods which provide at least 1 g of barley beta-glucan per quantified portion.		Q-2011-00798	Commission Regulation (EU) 1048/2012 of 08/11/2012	Authorised	N/A

Mittelubatud väited (*Non-authorised*) – vt registrist

Nt: Sisaldab probiootikumi – see on
tervisealane väide

- sellist terviseväidet ei ole lubatud väidete loetelus

Ei ole lubatud tervisealane väide „sisaldab
probiootikumi“ ja muud samasisulised väited
(~~probiootiline jook, probiootikum...~~)



*EL arvates on märgistusel termini „probiootiline“ kasutamise puhul
tegemist täpsustamata väitega*

Mittelubatud väited (*Non-authorised*) – vt registrist

Lactobacillus fermentum ME-3

???

Claim type	Nutrient, substance, food or food category	Claim	Conditions of use of the claim / Restrictions of use / Reasons for non-authorisation	Health relationship	EFSA opinion reference / Journal reference	Commission Regulation	Status	Entry ID
Art 13(1)	Lactic acid bacterium Lactobacillus fermentum ME-3	Probiotiline piimhappebakter Lactobacillus fermentum ME-3 aitab tõsta/suurendab organismi kaitsevõimet. ME-3 toetab seedimist, suurendades kasulike laktobatsillide üldhulka soolestikus, mis kindlustavad toitainete lõhustamist kergemini omastatavateks ühenditeks.	Non-compliance with the Regulation because on the basis of the scientific evidence assessed, this claimed effect for this food has not been substantiated.	decreasing potentially pathogenic gastro-intestinal microorganisms	2011:9(4):2025		Non- authorised	3025

Üldised terviseväited

Tervislik
Hea immuunsusele

Viiteid toitainete või toidu üldistele mittespetsiifilistele eelistele seoses hea tervise ja tervise seotud heaoluga võib teha **üksnes koos konkreetse lubatud tervisealase väitega**

- selliste üldiste väidete kasutamine võib olla tarbijale abiks, sest nendega edastatakse tarbijasõbralikumaid sõnumeid

Konkreetne väide peab olema üldise väitega seotud ja asuma üldise väite „kõrval“ või „järel“

Vt Komisjoni rakendusotsus 2013/63/EL

Superfood / Supertoit / Väetoit

Sõna *supertoit / väetoit* vms on käsitletav väljamõeldud nimetusena (ka eriomaduse andmisena), mille kasutamisel toidualases teabes (toote märgistusel) tuleks lisada täpsustav teave toidu iseloomulike (*super*)omaduste kohta. Selleks võib olla täpsustav toitumis- või tervisealane väide

Toitumis- ja tervisealase väite esitamisel on **toitumisalane teave** **kohustuslik**

V.a lahtise toidu müügil ja üldise iseloomuga
reklaamis

Toitumis- ja terviseväite aluseks oleva aine
kogus, mida ei ole lubatud esitada
toitumisalases teabes, esitatakse
toitumisalase teabega samas vaateväljas (nt
oomega-3-rasvhapped, beetaglükokaanid ...)

Tervisealase väite esitamisel tuleb

mürgistusel või mürgistuse puudumise korral
esitlemisel või **reklaamis** esitada lisateave:

b, c, d –
esitatud
lubavas
õigusaktis

- a) viide mitmekülgse ja tasakaalustatud toitumise ja tervisliku elustiili tähtsusele;
- b) väidetava kasuliku mõju saavutamiseks vajalik toidukogus ja tarbimise viis;
- c) vajadusel viide inimestele, kes peaksid vältima selle toidu tarbimist;
- d) asjakohane hoiatus liigse tarbimise eest, mis tõenäoliselt kujutab ohtu tervisele

Haigestumise riski vähendamisele viitava väite juures peab olema lisateave „viidatud haigusel on mitmeid riskitegureid ning ühe riskiteguri muutmisel võib, aga ei pruugi olla kasulikku mõju“

Terviseväite teaduslik tõendatus

- Terviseväite (toidu ja tervise vahelise kasuliku põhjusliku seose) teaduslik hindaja on Euroopa Toiduohutusamet (EFSA)
- **Mitte kasutada internetist otsingutulemusena leitavaid väiteid, ka mitte teadusartikleid, „professori sõnu“, lauseid EFSA hinnangust jne**

Uue terviseväite lisamine nimekirja

- Uuele tervisealasele väitele loa saamine ja väite nimekirja lisamine toimub loataotlusega
- Rakenduseeskiri tervisealase väite esitamise loa saamiseks, sh taotluse sisunõuded on kehtestatud määrusega (EÜ) nr [353/2008](#)
- Juhised taotluse koostamiseks ning vormistamiseks on avaldatud [EFSA veebilehel](#)
- Tervisealase väite loa taotlus esitatakse liikmesriigi pädevale asutusele – Eestis Põllumajandus- ja Toiduametile (PTA)

Uue terviseväite taotluse esitamine toimub EFSA uues elektroonilises süsteemis (alates märts 2021) *e-submission food chain platform*
<https://webgate.ec.europa.eu/esfc>

(võimalik jälgida ka taotluse hindamise kulgu)

Toitainelised põhijooned

Määruse 1924/2006 art 4 lg 1:

(1) 19. jaanuariks 2009 kehtestab komisjon täpsed **toitainelised põhijooned**, sealhulgas erandid, millele toit või teatavad toidugrupid peavad vastama, et kanda toitumis- või tervisealaseid väiteid, ning **tingimused toitumis- või tervisealaste väidete kasutamiseks toidu või toidugruppide kohta**, võttes arvesse toitainelisi põhijooni.

Toitainelisi põhijooni, seega ka väidete kasutustingimusi ei ole seni vastu võetud ->

-> EL strateegia „Talust taldrikule“ algatus:

toitaineliste põhijoonte kehtestamine, et piirata suure soola-, suhkru- ja/või rasvasisaldusega toidu propageerimist – 2022. a IV kvartal

Toitumis- ja tervisealaste väidete kasutamine ei tohi

- olla vale, eksitav ega mitmeti mõistetav;
- soodustada toidu ülemäärast tarbimist;
- viidata muutustele kehafunktsioonides, mis võiksid tarbijat hirmutada;
- tekitada kahtlust muude sarnaste toitude toiteväärtuse piisavuse suhtes;
- viidata, et tasakaalustatud ja mitmekesine toitumine ei suuda tavaliselt pakkuda vajalikus koguses toitaineid

Toitumis- ja tervisealaste väidete kasutamise üldtingimused:

- toitainel või muul ainel, mille kohta väide esitatakse, on teaduslikult tõendatud kasulik toitumisalane või füsioloogiline mõju;
- toidainet või muud ainet, mille kohta väide esitatakse, sisaldub toidus koguses, millega kaasneb väidetav teaduslikult tõendatud kasulik mõju;
- toitaine või muu aine esineb toidus organismile omastataval kujul;
- keskmine tarbija saab väites esitatud kasulikest mõjudest aru

13% proteiine
???

Oluline abistav teave

- Toitumis- ja tervisealaste väidete EL [register](#)

Väidete registrist leiab:

- lubatud toitumisalased väited ja nende kasutamistingimused;
- lubatud tervisealased väited, kasutamistingimused ja -piirangud;
- viited lubatud tervisealaste väidete õigusaktidele (õigusaktide eestikeelsest tõlkest leiab väidete eestikeelsed sõnastused);
- mittelubatud tervisealased väited, mittelubamise põhjused;
- nn ootel olevad määruse 1924/2006 art 13(1) konsolideeritud nimekirja kannete ID numbritega

Oluline abistav teave

- Põllumajandus- ja Toiduameti (PTA) koduleht
<https://pta.agri.ee/>



PÕLLUMAJANDUS- JA TOIDUAMET

Otsing



Põllumehele ja
maaomanikule ▾

Ettevõtjale, tootjale ja
turustajale ▲

Tarbijale ja
eraisikule ▾

Järelevalve korraldus
ja tulemused ▾

Ametist, uudised ja
kontaktid ▾

Taimetervise
aasta

TOIDU TOOTMINE

Tegevusload ja teavitamine
Üldised nõuded
Erinõuded toidugruppidele
Mahetoit
Tootmine, töötlemine, transport
Toidu märgistamine
Toidupakendid ja materjalid
Toidukvaliteedikavad ja
kvaliteedimärgid
Toidu annetamine

MAAPARANDUS JA -KASUTUS

Maaparandussüsteemid
Hooldamine
Ehitamine
Kooskõlastamine
Ühistud

TAIMEKASVATUS

Sordid
Seemned
Väetised
[Taimekahjustajad](#)
Taimekaitse
Taimed
Kartul

KUTSELINE KALAPÜÜK

Püügiload ja -võimalused
Püügistatistika
Kala esmaost ja üleandmine
IUU püügisertifikaadid

LOOMAKASVATUS

Kaitse ja heaolu
Loomade ravi ja veterinaaria
Loomade vedu
Sööda tootmine ja müük
Taudid, tõrje ja ennetus
Tõuaretus
Loomsed kõrvalsaadused
Vesiviljelus

SISERIIKLIK KAUBANDUS

Toit
Toidu turustamisstandardid
Sööt
Taimed
Puidu märgistamine

RAHVUSVAHELINE KAUBAVAHEBUS

Taimed ja taimsed saadused
Loomad ja loomsed saadused
Mitteloome toit
Liittoit
Sööt
Mahetooted
Toidupakendid ja materjalid
ELI-välised avatud turud





PÕLLUMAJANDUS- JA TOIDUAMET

Aitäh!

Tiiu.Rand@pta.agri.ee