

Höchstgehalte für Vitamine und Mineralstoffe auf EU-Ebene in Sicht

Re-Evaluierungen der ULs für Vitamine und Mineralstoffe durch EFSA abgeschlossen – diese bilden die Basis für kommende Höchstgehalte

Amelie Biberger und Uta Verbeek

Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) veröffentlichte in den letzten Monaten weitere Re-Evaluierungen der tolerierbaren täglichen Höchstaufnahmemengen von Mangan, Vitamin A, β -Carotin und Eisen. Nun wurden Anfang Juli 2024 auf EU-Ebene bereits konkrete Höchstgehalte für Vitamine und Mineralstoffe in angereicherten Lebensmitteln und Nahrungsergänzungsmitteln diskutiert. Die Umsetzung der angedachten Höchstgehalte in eine verbindliche Rechtsform nimmt damit an Fahrt auf. Eine Veröffentlichung der Höchstgehalte im EU-Amtsblatt ist für Mitte/Ende 2025 geplant; ein Entwurf hierzu dürfte im September vorliegen.

EFSA-Mandate bezüglich Vitaminen und Mineralstoffen

Seit Mitte 2021 laufen auf EU-Ebene erneute Diskussionen hinsichtlich der Festlegung von Mindest- und Höchstgehalten für Vitamine und Mineralstoffe in angereicherten Lebensmitteln (VO 1925/2006) und Nahrungsergänzungsmitteln (RL 2002/46/EG). Die EU-Kommission erteilte der EFSA diesbezüglich im Jahr 2020/2021 neun Mandate zur Neubewertung der tolerierbaren täglichen Höchstaufnahmemengen (Tolerable Upper Intake Level; UL) folgender Mikronährstoffe:

- Vitamin A
- Vitamin B6
- Vitamin D
- Vitamin E
- β -Carotin
- Eisen
- Folsäure/Folat
- Mangan
- Selen

Im Laufe des Jahres 2023 veröffentlichte die EFSA die Neubewertungen der ULs von Selen, Vitamin B6, Vitamin D, Folat (vgl. DLR-Artikel Dezember 2023 – Verbeeks Seitenblicke; S. 501–502) und Mangan. Weitere Re-Evaluierungen der ULs von Vitamin A, β -Carotin und Eisen publizierte die

EFSA im ersten Halbjahr 2024. Mit der Veröffentlichung der finalen Neubewertung der ULs für Vitamin E ist innerhalb der nächsten Wochen zu rechnen, da die Bewertung von der EFSA bereits am 28.6.2024 angenommen wurde.

Mangan

Im Dezember 2023 veröffentlichte die EFSA die Re-Evaluierung der ULs für Mangan. Aufgrund einer unzureichenden Datenlage ist gemäß EFSA für Mangan die Ableitung von ULs nicht möglich. Stattdessen legte die EFSA auf Grundlage der geschätzten Aufnahme von Mangan über die Ernährung bei Vielverzehrerern sichere Aufnahmemengen („safe levels of intake“) fest. Bei diesen Mengen sind keine unerwünschten Wirkungen zu erwarten, allerdings ist im Gegensatz zum UL nicht fixiert, ab welcher Menge das Risiko für unerwünschte Wirkungen zu steigen beginnt [EFSA Journal. 2023;21:e8413].

Für Erwachsene – einschließlich schwangerer und stillender Frauen – leitete die EFSA eine sichere Aufnahmemenge für Mangan von 8 mg/Tag



ab, für Säuglinge von 4 Monaten bis zu 1 Jahr von 2 mg/Tag und für Kinder und Jugendliche von 1 bis 17 Jahren zwischen 4 und 7 mg/Tag. Diese neu festgelegten sicheren Aufnahmemengen gelten für die Manganaufnahme aus allen Nahrungsquellen, einschließlich angereicherter Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmitteln.

Vitamin A und β -Carotin

Im Juni 2024 veröffentlichte die EFSA eine Stellungnahme zur Neubewertung der ULs für präformiertes Vitamin A und β -Carotin [*EFSA Journal*. 2024;22:e8814].

Für präformiertes **Vitamin A** (Retinol, Retinylacetat und Retinylpalmitat) schlägt die EFSA eine Beibehaltung des ULs von 3 000 μ g Retinoläquivalente (RE)/Tag für Erwachsene vor, einschließlich schwangerer und stillender Frauen. Anhand dieses ULs leitete die EFSA mittels allometrischer Skalierung weitere ULs für Säuglinge, Kinder und Jugendliche zwischen 600 und 2 600 μ g RE/Tag ab. Auf Basis der verfügbaren Expositionsdaten ist es aus Sicht der EFSA unwahrscheinlich, dass die europäische Bevölkerung die ULs für präformiertes Vitamin A überschreitet, wenn der Verzehr von Leber, Innereien und daraus hergestellten Produkten auf einmal pro Monat oder weniger beschränkt werde. Frauen, die eine Schwangerschaft planen oder bereits schwanger sind, wird empfohlen keine Leberprodukte zu verzehren.

Für **β -Carotin** sind gemäß EFSA die verfügbaren Daten nicht ausreichend, um einen UL festzulegen. Allerdings gibt es gemäß EFSA keinen Hinweis darauf, dass die Aufnahme von β -Carotin über die normale Ernährung mit negativen gesundheitlichen Auswirkungen verbunden ist. Raucher sollten die Einnahme von β -Carotin enthaltenden Nahrungsergänzungsmitteln jedoch

Meldung

■ **Verkehrsauffassung von Smoothies bald dokumentiert?**

Vor rund 20 Jahren eroberten Frucht-Smoothies als eine Art „trinkbares Obst aus der Flasche“ die Supermarkt-Regale und führten zu manchem Rechtsstreit in Bezug auf ihre Bezeichnung, Zusammensetzung und Produktaufmachung. Jetzt hat sich die Deutsche Lebensmittelbuchkommission (DLMBK) der Sache angenommen: In einer fachausschussübergreifenden Arbeitsgruppe wird der Fachausschuss 5 (Obst, Gemüse, Pilze) gemeinsam mit Vertretern des Fachausschusses 6 für Getränke eine Beschreibung von Smoothies erarbeiten. Das geht aus einem Sachstandsbericht hervor, der im März 2024 veröffentlicht wurde. (Rempe)

vermeiden. Zudem sollte gemäß EFSA die Verwendung von β -Carotin in Nahrungsergänzungsmitteln durch die Allgemeinbevölkerung auf den Zweck der Deckung des Vitamin-A-Bedarfs beschränkt werden.

Eisen

Ebenfalls im Juni 2024 veröffentlichte die EFSA ihre Stellungnahme zur Re-Evaluierung des ULs für Eisen [*EFSA Journal*. 2024;22:e8819]. Gemäß EFSA führt eine systemische Eisenüberladung zu Organtoxizität, jedoch konnte die EFSA in Ermangelung geeigneter Daten keinen UL für Eisen ableiten. Auf Basis von Studiendaten etablierte die EFSA stattdessen eine sichere Aufnahmemenge für Eisen von 40 mg/Tag für Erwachsene – einschließlich schwangerer und stillender Frauen – aus allen Nahrungsquellen einschließlich angereicherter Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmitteln. Mithilfe von allometrischer Skalierung übertrug die EFSA diesen Wert auf Kinder und Jugendliche und leitete sichere Aufnahmemengen zwischen 10 mg/Tag (1–3 Jahre) bis 35 mg/Tag (15–17 Jahre) für diese Bevölkerungsgruppen ab. Für Säuglinge im Alter von 4–11 Monaten, die einen höheren Eisenbedarf haben als Kleinkinder, ermittelte die EFSA mittels allometrischer Skalierung eine sichere

Aufnahmemenge von 5 mg/Tag für angereicherte Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel.

Implementierung von gesetzlichen Höchstgehalten

Konkrete Höchstgehalte für Vitamine und Mineralstoffe für angereicherte Lebensmittel (VO 1925/2006) und Nahrungsergänzungsmittel (RL 2002/46/EG) wurden erneut am 2./3. Juli 2024 in der Sitzung der zuständigen EU-Arbeitsgruppe diskutiert und weitestgehend finalisiert. Im September 2024 ist eine Stakeholder-Konsultation zu dem Vorhaben geplant. Betroffene Lebensmittelunternehmer sollten die Entwicklungen im Blick behalten, um die zukünftige Verkehrsfähigkeit ihrer Produkte sicherzustellen. Die Veröffentlichung der Höchstgehalte im EU-Amtsblatt im Rahmen einer Gesetzesänderung ist für Mitte/Ende 2025 zu erwarten. ■

Kontakt

Dr. Uta Verbeek
Geschäftsführerin
meyer.science GmbH
Sophienstr. 5
80333 München
info@meyerscience.com
www.meyerscience.com