

Hanna Kosonen kesk ym.

Lakialoite laiksi elintarvikelain muuttamisesta

Eduskunnalle

ALOITTEEN PÄÄASIALLINEN SISÄLTÖ

Energiajuomien myynnin rajoittamiseen ei ole Suomen lainsäädännössä säädöksiä. Aloitteessa ehdotetaan elintarvikelakia (297/2021) muutettavaksi siten, että energiajuomien myynti alle 18-vuotiaille kielletään.

PERUSTELUT

Energiajuomat ovat virvoitusjuomia, jotka poikkeavat muista virvoitusjuomista sisältämiensä pirstävien (kofeiini, guarana, tauriini) ja muiden aineiden (esim. B-vitamiinit, glukurolaktoni, maltodekstriini, inositoli ym.) vuoksi. Niitä markkinoidaan erityisesti kestävyuden ja suorituskyvyn parantamiseen. Nimestään huolimatta ne eivät sisällä sen enempää energiaa eli sokeria kuin muutkaan tavalliset virvoitusjuomat, vaan oletetaan, että "energiaa" eli jaksamista antavat juomien pirstävät yhdisteet.

Energiajuomien runsas tai päivittäinen käyttö ei ole harmitonta. Tieteellisesti osoitetut energiajuomien haittavaikutukset johtuvat niiden sisältämästä kofeiinista, sokerista, hapoista ja yhteisvaikutuksista alkoholijuomien kanssa. Energiajuomat yhdistettynä alkoholiin aiheuttavat erityisesti nuorilla terveysriskin.

Eniten kofeiinia nautitaan sen pirstävän vaikutuksen takia juomalla kahvia, kolajuomia, kakaota ja teetä. Pirstävä vaikutus kestää muutaman tunnin kofeiinin määrästä ja henkilön aineenvaihdunnasta riippuen. Kofeiinin vaikutus on hyvin yksilöllistä.

Tölkillisessä (3,3 dl) energiajuomaa on kofeiinia jopa 160 mg, tölkillisessä kolajuomaa noin 25—60 mg ja pullollisessa (5 dl) noin 35—90 mg. Kahvikupillisesta (2 dl) kofeiinia saa noin 100 mg. Energiajuomien sisältämistä aineista kofeiinilla on selkeästi eniten haittavaikutuksia terveyden kannalta. Niitä on raportoitu kattavasti useissa tieteellisissä julkaisuissa. Tutkimukset on tehty valtaosin aikuisväestöllä ja koe-eläimillä, ja niistä saadut tulokset on johdettu lapsiin. Energiajuomia ei suositella lapsille niiden kofeiinipitoisuuden vuoksi ja siksi, koska niiden kerta-annokset esimerkiksi kahviin ja kaakaon verrattuna ovat suuremmat.

Kofeiiniherkille ihmisille, raskaana oleville, lapsille ja nuorille pienetkin kofeiiniannokset saattavat aiheuttaa unihäiriöiden lisäksi sydämentykytystä, vapinaa, kiihtyneisyyttä, ärtyneisyyttä,

Lakialoite LA 45/2024 vp

jännittyneisyyttä ja levottomuutta. Aikuisilla jo hyvinkin pieni määrä kofeiinia (60 kg:n painoisella noin 85 mg kofeiinia) voi aiheuttaa unihäiriöitä.

Pohjoismaisessa lasten ja nuorten kofeiinialtistusta koskeneessa selvityksessä todettiin, että julkaistujen tutkimusten perusteella 50 kg painavalla nuorella päivittäinen noin 15 mg:n annos kofeiinia ei yleensä aiheuta haittavaikutuksia, mutta jo yli 50 mg:n annoksilla kofeiininsietokyky voi lisääntyä. Sietokyvyn kasvu on merkki kofeiiniriippuvuudesta, joka kehittyy säännöllisessä käytössä. Ahdistuneisuutta ja jännittyneisyyttä on havaittu yli 125 mg:n päivittäisillä annoksilla. Kevyemmällä henkilöillä haittavaikutuksia esiintyy pienemmillä kofeiinimääriillä. Alttiudessa kofeiinin haittavaikutuksille näyttäisi myös olevan yksilökohtaisia eroja.

Ruokaviraston mukaan kofeiinin päivittäisen saannin tulisi alle 18-vuotiailla olla enintään 50 mg, mikäli kofeiiniriippuvuutta halutaan ehkäistä. Tämä tarkoittaisi käytännössä noin yhtä desilitraa suodatinkahvia, puolta litraa kolajuomaa tai kolmasosa tölkestä puoleen tölkkiä energiajuomaa päivässä.

Kaupat eivät voi turvautua elintarvikelainsäädäntöön rajoittaessaan myyntiä, mutta elinkeinonvapaus kuitenkin sallii kauppiaiden omat myyntikiellot. Osa kaupoista onkin rajoittanut energiajuomien myyntiä lapsille ja nuorille ikärajan ollessa joko 15 tai 16 vuotta. Toimijat voivat myös omalta osaltaan vaikuttaa lasten ja nuorten ostokäyttäytymiseen tuotteiden markkinoinnin huolellisella suunnittelulla ja tuotteiden sijoittelulla myymälöissä. Nämä toimet eivät kuitenkaan ole riittäviä.

Eri tahoilta, esimerkiksi Suomen Vanhempainliitosta, vanhempainyhdistyksistä eri puolilta Suomea ja myös kauppiailta on tullut toive lainsäädännöstä. Nykykäytäntö on kirjava, ja jos toinen kauppa kysyy papereita ja viereinen kauppa ei, niin tilanne ei ole tasapuolinen.

Useat EU:n jäsenmaat ja Iso-Britannia käyvät parhaillaan vuonna 2024 keskustelua lakimuutoksesta, joka kieltäisi energiajuomien myynnin alle 18-vuotiaille. WHO suosittaa jäsenmailleen, että energiajuomien myyntiä alle 18-vuotiaille rajoitetaan. Myös THL:n suositus tällä hetkellä on rajoittaa myyntiä alle 18-vuotiaille.

Vuoden 2023 Kouluterveyskyselyn mukaan energiajuomia käytti päivittäin tai lähes päivittäin 6—7 prosenttia perusopetuksen kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista, 5—6 prosenttia lukiolaisista ja 9 prosenttia ammatillisten oppilaitosten pojista ja 13 prosenttia tytöistä. Kolmesta viiteen kertaan viikossa energiajuomia käytti perusopetuksen 8.- ja 9.-luokkalaisista 14 prosenttia, lukiolaisista 15—17 prosenttia ja ammattioppilaitosten oppilaista yli 22 prosenttia. Energiajuomien käyttö on ollut selvässä kasvussa nuorten keskuudessa vuodesta 2015 vuoteen 2023. Sekä päivittäinen tai lähes päivittäinen käyttö että käyttö 3—5 päivänä viikossa on lisääntynyt lähes kaikissa seuratuissa ryhmissä.

Monissa kouluissa ympäri Suomea on kielletty koululaisilta energiajuomien juominen koulupäivän aikana niiden haittavaikutusten vuoksi. Energiajuomien juonnin on huomattu häiritsevän koulunkäyntiä merkittävästi. Tutkimuksissa on myös todettu kofeiinin haitalliset vaikutukset kognitiiviseen suoriutskykyyn ja käyttäytymiseen. Myös joissakin nuorisotiloissa ja urheiluseuroissa on energiajuomien käyttäminen kielletty.

Lakialoite LA 45/2024 vp

Energiajuomien myyntiä ei tilastoida erikseen sen paremmin Päivittäistavarakauppa ry:n kuin Panimoteollisuusliiton toimesta. Energiajuomien kulutus on viime vuosina ollut jonkin verran nousussa. Tässä vaiheessa paras mahdollinen arvio on, että Suomessa energiajuomien osuus virvoitusjuomien myynnistä on noin 10 prosenttia.

Julkisen vallan on perustuslain 19 §:n mukaan edistettävä väestön terveyttä, ja sen on myös tuettava perheen mahdollisuuksia turvata lapsen hyvinvointi ja yksilöllinen kasvu. Pelkkä vanhempien vastuun korostaminen ja pakkauksessa oleva varoitusmerkintä eivät ole riittäneet estämään energiajuomien ja niihin rinnastettavien tuotteiden lisääntyvää myyntiä lapsille ja nuorille. Olemassa olevat tutkimustiedot ovat riittäviä sellaisen lainsäädännöllisen ratkaisun tekemiseksi, joka tukisi paremmin lasten terveyden edistämistä ja vanhempien kasvatustehtävää.

Edellä olevan perusteella ehdotamme,

että eduskunta hyväksyy seuraavan lakiehdotuksen:

Laki

elintarvikelain muuttamisesta

Eduskunnan päätöksen mukaisesti
lisätään elintarvikelakiin (297/2021) uusi 6 a § seuraavasti:

6 a §

Vähittäismyyntikiellot

Energiajuomaa ei saa myydä henkilölle, joka on kahdeksatoista vuotta nuorempi.

Tämä laki tulee voimaan _____ päivänä _____ kuuta 20 ____.

Lakialoite LA 45/2024 vp

Helsingissä 13.12.2024

Hanna Kosonen kesk
Aino-Kaisa Pekonen vas
Tuula Väättäinen sd
Jessi Jokelainen vas
Marko Asell sd
Mai Kivelä vas
Petri Honkonen kesk
Helena Marttila sd
Markku Siponen kesk
Vesa Kallio kesk
Saku Nikkanen sd
Veronika Honkasalo vas
Jouni Ovaska kesk
Hanna-Leena Mattila kesk
Eerikki Viljanen kesk
Hanna Räsänen kesk
Sara Seppänen ps
Inka Hopsu vihr
Milla Lahdenperä kok
Ari Koponen ps
Pia Hiltunen sd
Pihla Keto-Huovinen kok
Aki Lindén sd
Timo Suhonen sd
Suna Kymäläinen sd
Eeva-Johanna Eloranta sd
Krista Mikkonen vihr
Mikko Ollikainen r
Ritva Elomaa ps
Sofia Virta vihr
Hanna Holopainen vihr
Hannu Hoskonen kesk
Oras Tynkkynen vihr
Bella Forsgrén vihr
Eeva Kalli kesk
Anne Kalmari kesk
Tuomas Kettunen kesk