

# TRANSVET VERHOOGT KANS OP BORSTKANKER



**Een hoge inname van transvetzuren kan de kans op borstkanker met 75% doen toenemen.**

Dat schrijven Franse onderzoekers in het *American Journal of Epidemiology* (april 2008) na een 7 jaar durend onderzoek onder 20.000 vrouwen. Zij adviseren om het eten van producten waarin

transvetten kunnen zitten – zoals snacks, koek en gebak – zo veel mogelijk te beperken. Transvetzuren ontstaan in de fabriek wanneer zacht vet en olie ‘harder’ worden gemaakt. Hierdoor zijn voedingsmiddelen bijvoorbeeld langer houdbaar. Het was al bekend dat transvetten de kans op hart- en vaat-aandoeningen vergroten.