Yr Asiantaeth Safonau Bwyd yn lansio ymgyrch sy'n tynnu sylw at labelu figan a'r risg i bobl ag alergeddau

Mewn ymateb i'r canfyddiadau hyn, mae'r ASB wedi lansio ymgyrch i gefnogi pobl ag alergedd i laeth, wyau, pysgod, a chramenogion neu folysgiaid (pysgod cregyn). Mae'r ymgyrch yn annog pobl ag alergeddau, neu'r rheiny sy'n prynu i rywun ag alergedd, i edrych am ddatganiad alergenau rhagofalus fel 'gallai gynnwys' ar gynhyrchion sydd â label 'Figan' i benderfynu a ydynt yn ddiogel i'w bwyta neu beidio.

Mae ymchwil gan yr ASB wedi canfod:

- bod 54% o'r rheiny sy'n cael adwaith i gynhyrchion sy'n dod o anifeiliaid wedi defnyddio labelu figan i benderfynu a yw bwyd yn ddiogel i'w fwyta o leiaf weithiau wrth brynu bwyd wedi'i becynnu.
- bod 53% o'r rheiny sy'n prynu i rywun â gorsensitifrwydd i gynhyrchion sy'n dod o anifeiliaid wedi defnyddio labelu figan yn y modd hwn o leiaf weithiau wrth brynu bwyd wedi'i becynnu.
- nid oedd 29% o'r rheiny sy'n cael adwaith i gynhyrchion sy'n dod o anifeiliaid neu sy'n prynu i rywun sy'n cael adwaith yn ymwybodol y dylen nhw fod yn edrych am label alergenau rhagofalus ar gynhyrchion figan er mwyn penderfynu a yw'n ddiogel i'w fwyta.

Dywedodd Emily Miles, Prif Weithredwr yr Asiantaeth Safonau Bwyd:

"Mae'n peri pryder bod cymaint o bobl ag alergedd i laeth, wyau, pysgod a chramenogion neu folysgiaid (pysgod cregyn) yn credu bod bwyd sydd wedi'i labelu fel 'Figan' yn ddiogel iddynt ei fwyta, gan eu bod yn cymryd yn ganiataol nad yw'n cynnwys cynhyrchion sy'n dod o anifeiliaid.

"Yn anffodus, mae realiti cynhyrchu bwyd yn golygu bod dal i fod risg o groeshalogi. Gall alergenau sy'n seiliedig ar anifeiliaid fod yn bresennol mewn cynhyrchion figan a chynhyrchion sy'n seiliedig ar blanhigion os cânt eu cynhyrchu yn yr un ffatri â chynhyrchion sy'n seiliedig ar anifeiliaid.

"Felly, mae ymgyrch bwyd figan ac alergenau'r ASB yn annog pobl i edrych ar label fel 'gallai gynnwys' bob amser a thrafod unrhyw alergenau gyda'r rhai sy'n gweini bwyd a busnesau bwyd.

"Rwy'n gobeithio y bydd yr ymgyrch hon yn cefnogi pobl i fod yn hyderus wrth wneud dewisiadau bwyd diogel."

Mae'r ymgyrch hefyd yn esbonio sut mae label 'rhydd rhag', sy'n label diogelwch bwyd, yn wahanol i label 'figan' neu label 'yn seiliedig ar blanhigion'. Defnyddir labeli figan i gefnogi dewis deietegol, ac nid yw'r cynhyrchion hyn yn cynnwys cynhwysion sy'n dod o anifeiliaid yn fwriadol. Mae dal posibilrwydd y gall bwyd figan gael ei baratoi ochr yn ochr â chynhyrchion fel wyau, llaeth, pysgod, cramenogion neu folysgiaid – ond nid yw hyn yn wir ar gyfer bwydydd 'rhydd rhag'.

Er mwyn defnyddio label 'rhydd rhag', rhaid i fusnesau bwyd ddilyn prosesau llym i ddileu risgiau o groeshalogi, fel nad yw'r cynnyrch yn cynnwys yr alergen y mae'n honni ei fod yn rhydd rhag o gwbl.

Cefnogir yr ymgyrch gan dair prif elusen alergenau'r DU, sef **Allergy UK, Anaphylacis UK a Sefydliad Ymchwil Alergedd Natasha. Gyda'i gilydd maent yn nodi:**

"Bob dydd rydyn ni'n clywed gan bobl ag alergeddau bwyd, a'u teuluoedd, sy'n wynebu anawsterau wrth ddewis bwyd sy'n ddiogel iddyn nhw ei fwyta. Gobeithiwn y bydd codi ymwybyddiaeth o'r mater hwn yn helpu pobl ag alergeddau bwyd i ddewis bwyd sy'n ddiogel iddynt.

"Mae'r ymchwil yn peri pryder ac yn dangos bod llawer o bobl ag alergeddau i gynhyrchion sy'n dod o anifeiliaid yn prynu bwyd figan a bwyd sy'n seiliedig ar blanhigion, ac yn cymryd yn ganiataol eu bod yn ddiogel i'w bwyta, heb gymryd rhagofalon pellach i wirio'r label.

"Dyna pam mae'r ymgyrch hon mor bwysig, er mwyn tynnu sylw bod posibilrwydd o groeshalogi mewn cynhyrchion figan.

"Bydd yr ymgyrch yn tynnu sylw at y risg o fwyta bwyd figan a chynhyrchion sy'n seiliedig ar blanhigion os na fydd pobl yn cymryd camau pellach i sicrhau eu bod yn ddiogel o ran alergeddau. Bydd hefyd yn helpu i godi ymwybyddiaeth am y gwahaniaeth rhwng cynhyrchion figan a chynhyrchion rhydd rhag."

Dywedodd Pennaeth Ymgyrchoedd, Polisi ac Ymchwil y Gymdeithas Figan, Claire Ogley:

"Mae labelu clir yn bwysig iawn i bobl sy'n dilyn deiet figan, ac mae labelu cywir yn gwbl hanfodol i bobl ag alergeddau bwyd.

"Mae ein Nod Masnach Figan yn dangos bod cynhyrchion yn figan i'n safonau trwyadl cyn belled ag sy'n ymarferol ac yn bosib, a bod ymdrechion wedi'u gwneud i osgoi croeshalogi. Fodd bynnag, mae'n hanfodol bod pobl yn deall nad yw label 'figan' o reidrwydd yn golygu bod y cynnyrch yn rhydd rhag alergenau, a dylai pobl ag alergeddau wirio'r label alergenau ar gynhyrchion bob tro cyn eu bwyta.

"Rydym yn cefnogi'r ymgyrch hon gan yr ASB i helpu i gadw pobl ag alergeddau yn ddiogel."

Yn ddiweddar, mae'r ASB wedi diweddaru ei chanllawiau technegol ar labelu bwyd ar gyfer busnesau a'r diwydiant bwyd. Mae'r diweddariad yn cynghori busnesau i ddefnyddio Labelu Alergenau Rhagofalus (PAL) ochr yn ochr â label figan, os na ellir dileu'r risg o groeshalogi.

Mae rhagor o fanylion am yr ymgyrch ac am ddeunyddiau sydd ar gael i gefnogi busnesau a defnyddwyr ag alergeddau bwyd ar food.gov.uk/cy/bwyd-figan.