

# Nasjonalt råd for Ernæring

## Årsrapport for 2017

Nasjonalt råd for ernæring (*ernæringsrådet*) er et uavhengig fagråd nedsatt av Helsedirektoratet. I henhold til [mandatet](#) skal Ernæringsrådet styrke Helsedirektoratets fagrolle ved å gi kunnskapsbaserte råd i arbeidet med kosthold, ernæring og helse i befolkningen og i helsetjenesten.

Det gjeldende ernæringsrådet ble konstituert i Helsedirektoratet 20. januar 2015. Ernæringsrådet er sammensatt slik at det representerer en bred faglig kompetanse innen fagområdet. Medlemmene oppnevnes for tre år av gangen. Denne rådsperioden skulle vare ut 2017, men er blitt forlenget med ett år.

Medlemmene i Ernæringsrådet for perioden 2015-2018 er:

- Liv Elin Torheim, professor og forskningsgruppelider, OsloMet – storbyuniversitetet (leder)
- Kjetil Retterstøl, professor dr. med, Universitetet i Oslo og overlege, Lipidklinikken, Oslo Universitetssykehus-Rikshospitalet (nestleder)
- Kari Hege Mortensen, seksjonsleder, Folkehelse, Nordland fylkeskommune
- Jøran Hjelmæsæth, seksjonsleder, Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold og professor II, Universitetet i Oslo
- Magritt Brustad, professor og instituttleder, Institutt for samfunnsmedisin, Universitetet i Tromsø
- Erik Arnesen, helsefaglig rådgiver, Landsforeningen for hjerte- og lungesyke
- Nina C Øverby, professor, Universitetet i Agder
- Christine Henriksen, førsteamanuensis, klinisk ernæringsfysiolog, Universitetet i Oslo
- Ahmed Madar, forsker, Institutt for Helse og samfunn, Universitetet i Oslo
- Randi Tangvik, førsteamanuensis, Senter for ernæring, Klinisk institutt 1, Universitetet i Bergen
- Helle Margrete Meltzer, forskningssjef, Område smittevern, miljø og helse, Folkehelseinstituttet
- Audun Korsæth, forskningssjef, Avdeling for Landbruksteknologi og Systemanalyse i NIBIO
- Nils Vagstad, konstituert administrerende direktør i NIBIO (permisjon)

### Ernæringsrådets arbeid i 2017

#### Antall møter og deltakelse på disse

Det har vært avholdt fire møter i ernæringsrådet i løpet av 2017 med godt oppmøte:

- 2. februar hadde tre rådsmedlemmer forfall
- 4. mai hadde ett rådsmedlem forfall
- 27. september hadde ett rådsmedlem forfall
- 30. november-1. desember hadde to rådsmedlemmer forfall

Referater fra møtene i ernæringsrådet er lagt ut på Helsedirektoratets [hjemmesider](#).

Det har vært to eksterne foredragsholdere i løpet av året. På møtet i september kom Rune Blomhoff og informerte om forprosjektet for å søke midler til å utarbeide nye nordiske næringsstoffanbefalingene (NNR 2022). Rune leder forprosjektet og søknad ble sendt til Nordisk Ministerråd. På møtet i slutten av november kom Annechen B. Bugge og redegjorde for sin forskning på befolkningens opptatthet av å spise sunt og den økende trenden hvor man tar bort matvarer og matvaregrupper fra kostholdet.

Haakon Meyer og Kristin Holvik, Folkehelseinstituttet, er medlemmer av arbeidsgruppen for vitamin D og har derfor også deltatt på deler av møter.

Sentrale personer fra Helsedirektoratet har holdt kortere innlegg om pågående aktiviteter. I tillegg har flere av ernæringsrådets egne medlemmer gitt presentasjoner om aktuelle temaer samt om pågående utredningsarbeid.

### Rapporter og seminarer i 2017

Ernæringsrådet følger [strategien](#) som ble vedtatt i 2015. Strategien beskriver både mål for arbeidet og arbeidsmetode. Ernæringsrådet behandler aktuelle saker etter forespørsel fra Helsedirektoratet og initierer også saker selv.

I løpet av 2017 har ernæringsrådet ferdigstilt arbeidet i tre arbeidsgrupper som ble startet i 2015:

- **Sykdomsrelatert underernæring.** Rapporten [Sykdomsrelatert underernæring i helsevesenet](#) ble lansert 19. januar på en konferanse i regi av Norsk selskap for klinisk ernæring ([www.nske.no](http://www.nske.no)) og Nasjonal kompetansetjeneste for sykdomsrelatert underernæring. Rapporten fikk bred pressedeckning.
- **Kostråd om fett: en kunnskapsoppsummering.** Rapporten [Kostråd om fett – en oppdatering og vurdering av kunnskapsgrunnlaget](#), ble lansert på et seminar i Helsedirektoratet 4. mai. Det var stort oppmøte på lanseringen som også ble streamet. Rapporten fikk stor oppmerksomhet og bred pressedeckning.
- **Bærekraftige kostråd.** Rapporten [Bærekraftig kosthold - vurdering av de norske kostrådene i et bærekraftperspektiv](#) ble lansert på et nordisk seminar om bærekraftig kosthold den 28. november. Rapporten ble godt mottatt.

Arbeidsgruppen om vitamin D startet i 2016, videreført:

- **Vurdering av tiltak for å sikre god vitamin D-status i befolkningen**

I tillegg ble det i 2017 nedsatt en ny arbeidsgruppe, som skal utarbeide en uttalelse om overvekt som Helsedirektoratet kan dra nytte av når de får spørsmål fra befolkningen.

- **Spørsmål og svar om overvekt og fedme.**

Ernæringsrådet har også arbeidet med følgende saker i 2017:

- Oppfølging av ernæringsrådets utredninger: Hvilke tiltak settes i gang som oppfølging av jodrapporten fra 2016, og underernæringsrapporten og bærekraftsrapporten fra 2017? Dette

har vært sentralt i diskusjonen på de fleste av ernæringsrådsmøtene og Helsedirektoratet har informert om det videre arbeidet.

- Helsedirektoratets to fagråd for sosial ulikhet i helse og for ernæring arrangerte 7. februar 2017 et felles fagseminar for å belyse sammenhengen mellom sosial ulikhet og kosthold.
  - De to fagrådene ser at det er behov for mer kunnskap om, og oppmerksomhet rundt, sosial skjevfordeling i kostholdsvaner og hvilke virkemidler i ernæringspolitikken som kan bidra til å redusere ulikhet i ernæring og helse. Disse temaene ble belyst gjennom tre foredrag.

### Uttalelser i media/foredrag

Ernæringsrådet har en blogg [www.ernaeringsradet.no](http://www.ernaeringsradet.no) og en facebook-profil <https://www.facebook.com/ernaeringsradet.no/>. Flere av medlemmene i ernæringsrådet har blitt intervjuet, har hatt kronikker og foredrag i 2017 (se vedlegg 1).

## Vedlegg 1: Oversikt over rapporter, kronikker, intervjuer og foredrag ved Nasjonalt råd for ernæring i løpet av 2017<sup>1</sup>

### Rapporter

**Tangvik, Randi J og Henriksen, Christine.** Sykdomsrelatert underernæring. Utfordringer, muligheter og anbefalinger. Oslo: Nasjonalt råd for ernæring 2017 63 s. IS-0611.

[http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2017/01/Sykdomsrelatert-underern%C3%A6ring\\_IS-0611.pdf](http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2017/01/Sykdomsrelatert-underern%C3%A6ring_IS-0611.pdf)

**Arnesen, Erik, Hjelmesæth, Jøran og Retterstøl, Kjetil.** Kostråd om fett – en oppdatering og vurdering av kunnskapsgrunnlaget. Oslo: Nasjonalt råd for ernæring 2017 166 s. IS-5625.

<http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2017/05/Kostr%C3%A5d-om-fett-en-oppdatering-og-vurdering-av-kunnskapsgrunnlaget-IS-2625.pdf>

**Øverby, Nina Cecilie, Torheim, Liv Elin, Korsæth, Audun, Mortensen, Kari Hege og Meltzer, Helle Margrete.** Bærekraftig kosthold - vurdering av de norske kostrådene i et bærekraftperspektiv. Oslo: Nasjonalt råd for ernæring 2017 86 s. IS-2678.

<http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2017/11/B%C3%A6rekraftig-kosthold.pdf>

### Kronikk/innlegg

**Hjelmesæth, Jøran; Arnesen, Erik Kristoffer; Retterstøl, Kjetil; Torheim, Liv Elin.** Statens kostråd forebygger overvekt. Aftenposten, 25.02.2017. (kort innlegg)

**Torheim; Liv Elin, Arnesen Erik og Hjelmesæth, Jøran.** Norske kostråd er helsefremmende og trygge. Dagbladet, 08.08.2018.

**Arnesen, Erik Kristoffer; Retterstøl, Kjetil.** Nok en studie som ikke frikjenner mettet fett. Forskning.no. 01.09.2017.

**Torheim, Liv Elin; Meltzer, Helle Margrete;** Dahl, Lisbeth; Brantsæter, Anne Lise; **Madar, Ahmed Ali;** Abel, Marianne Hope (2017). - Gode grunner til å ha melk og sjømat i kostholdet. Forskning.no. <https://forskning.no/meninger/debattinnlegg/2017/07/jod-gode-grunner-til-ha-melk-og-sjomat-i-kostholdet>

Abel, Marianne Hope; Brantsæter, Anne Lise; Dahl, Lisbeth; **Torheim, Liv Elin; Madar, Ahmed Ali; Meltzer, Helle Margrete** (2017). Jodsituasjonen i Norge -Et akutt behov for tiltak. Norsk Tidsskrift for Ernæring.

### Intervju

**Arnesen, Erik** (2017). Brus eller lettbrus? Det er ikke bare kaloriene kroppen reagerer på Brus eller lettbrus? Det er ikke bare kaloriene kroppen reagerer på. *Lev med diabetes*.

**Arnesen, Erik** (2017). De skjulte saltbombene. *Dagbladet*.

**Arnesen, Erik** (2017). Man blir ikke slankere av å løpe mer og spise mindre. *Fædrelandsvennen*.

---

<sup>1</sup> Medlemmer av ernæringsrådet i fet skrift.

**Arnesen, Erik, Hjelmeseath, Jøran** (2017). Godterikrigen - Raser mot lokkepriser på godteri: - Jeg finner nesten ikke ord. *Dagbladet*.

**Arnesen, Erik, Retterstøl, Kjetil** (2017). Er mettett fett farlig eller ikke? - Ekspertene strides rundt ny forskning. *Dagbladet*.

**Hjelmeseath, Jøran** (2017) Dobbling i antall slankeoperasjoner: Andre og Kine gikk ned over 50 kilo hver på ett år. *TV2*.

**Retterstøl, Kjetil** (2017). Da nettstedet frikjente mettett fett, reagerte ekspertene. *Stavanger Aftenblad*.

**Tangvik, Randi J** (19.01.2017) Underernæring i sykehus. *NRK Distriktsnyheter Østlandssendingen*.

**Torheim, Liv Elin** (2017). Alarmerende jodmangel frikjenner brunosten. *ABC Nyheter*.

**Torheim, Liv Elin** (2017). Gjenoppdag tradisjonsmaten. *Dagbladet*.

**Torheim, Liv Elin** (2017). Lege og forsker advarer mot helseartikkel i motemagasinet *Costume.minmote.no*.

**Torheim, Liv Elin** (2017). Maten ekspertene ikke vil spise. *Dagbladet*.

**Torheim, Liv Elin** (2017). Rapport om underernæring hos eldre: – Det blir ikke gjort noe som monner. *Dagens medisin*.

**Torheim, Liv Elin** (2017). Underernæring tas ikke nok på alvor. *Dagbladet*.

## Foredrag

**Arnesen, Erik** (04.05.2017) Presentasjon av rapporten Kostråd om fett – en oppdatering og vurdering av kunnskapsgrunnlaget.

**Arnesen, Erik, Jøran Hjelmeseath, Kjetil Retterstøl** (23.-26. april 2017). Poster-presentasjonen "Recommendations on dietary saturated fats for cardiovascular disease prevention in dietary guidelines world-wide" på European Atherosclerosis Societys kongress i Praha. (Abstractet er publisert i *Atherosclerosis*: [https://www.atherosclerosis-journal.com/article/S0021-9150\(17\)30779-7/abstract](https://www.atherosclerosis-journal.com/article/S0021-9150(17)30779-7/abstract))

**Meltzer, Helle Margrete** (03.03.2017) Hva skal til for at kostrådene blir bærekraftige? TIVE-seminar på Felix konferansesenter.

**Meltzer, Helle Margrete** (10.11.2017). Bærekraftig kosthold – Hvordan skal vi handle? Norsk Selskap for Ernæring, Felix konferansesenter, Oslo

**Meltzer, Helle Margrete** (16.02.2017) Om jodrapporten. For helsesøstre, HiOA

**Meltzer, Helle Margrete** (18.09.2017). Om jod og jodstatus, utfordringer og tiltak. Universitetet i Bergen.

**Meltzer, Helle Margrete** (18.10.2017). Er jodmangel igjen et folkehelseproblem? Selskapet til vitenskapens fremme, Bergen.

**Meltzer, Helle Margrete** (20.04.2017). Kostrådene og FNs bærekraftsmål som rammer for arbeidet med norsk kosthold. NHO Mat og Drikke årskonferanse.

**Meltzer, Helle Margrete** (22.11.2017). Kosthold og bærekraft. Seminarserie, Adventistene, Mjøndalen

- Meltzer, Helle Margrete** (24.11.2017). Hva er bærekraftige kostråd? Årsmøte, VKMs hovedkomitee
- Meltzer, Helle Margrete** (25.10.2017). Betydningen av jod for befolkningens helse. Nordisk fagdag om jod arrangert av HOD.
- Meltzer, Helle Margrete** (28.11.2017). Matsikkerhet i et nordisk perspektiv. I forbindelse med presentasjon av bærekraftsrapporten på Felix konferansesenter.
- Meltzer, Helle Margrete** (7.03.2017). Kosthold og bærekraft. Stavanger. Konferansen «Måltids glede – sunt for alle» der Handlingsplanen ble presentert.
- Tangvik, Randi** (19.01.2017) Presentasjon av rapporten Sykdomsrelatert underernæring. Utfordringer, muligheter og anbefalinger.
- Torheim, Liv Elin** (2017). Hvordan forbedre det norske kostholdet? Naturviterforum 2017. Naturviterne.
- Torheim, Liv Elin** (2017). Hvordan forbedre det norske kostholdet? Statens, produsentenes og dagligvarebransjens rolle. Folkehelsekonferansen 2017. Folkehelsealliansen Nord-Trøndelag.
- Torheim, Liv Elin** (2017). Hvordan kan vi forbedre det norske kostholdet? Inspirasjonssamling. Nasjonalforeningen for folkehelse, Trøndelag.
- Torheim, Liv Elin** (2017). Kosttråd og anbefalinger for hjemmeboende eldre. Hvordan legge til rette for en sunn alderdom?. Nofima.
- Øverby, Nina Cecilie** (28.11.2017) Presentasjon av rapporten Bærekraftig kosthold - vurdering av de norske kostrådene i et bærekraftperspektiv.