

Nasjonalt råd for ernæring

Referat

Møte om:

Møteleder: Jøran Hjelvesæth
Dato: 22. oktober 2019
Referent: Ole Berg
Saksnr: 18/35360

Til stede fra rådet: Liv Elin Torheim, Kari Hege Mortensen, Jøran Hjelvesæth, Erik Arnesen, Ahmed Madar, Christine Henriksen, Magritt Brustad, Lisbeth Dahl, Lars T. Fadnes, Kirsten Holven, Audun Korsæth

Sekretariat: Henriette Øien (avd.dir avd. folkesykdommer, FFFS), Ole Berg (FFFS)

Sak 14/19: Rådsleder ønsker velkommen

Rådsleder ønsket velkommen og introduserte dagens agenda. Det var enighet om møtedatoer for 2020:

- Onsdag 29. januar kl. 10-16
- Onsdag 1. april kl. 10-16
- Onsdag 9. september kl. 10-16
- Onsdag 11. november kl. 10-16

Sak 15/19: Utvikling av retningslinjer for Food Systems and Nutrition i CFS

Nestleder i rådet presenterte status fra Committee on World Food Security (CFS) fra møte i FAO, Roma i oktober 2019. CFS jobber med frivillige retningslinjer for matsystemer og ernæring (CFS policy process on the development of the Voluntary Guidelines on Food Systems and Nutrition). I arbeidet er det økt fokus på menneskerettigheter og retten til fullgod mat og til helse sammenlignet med tidligere arbeid. Det blir mye fokus på kunnskap om mat, ernæring og matlaging. Arbeidet inkluderer fagfolk fra landbruk, fiskeri, ernæring og utenrikspolitikk. Retningslinjene skal vedtas i neste møte i CFS oktober 2020.

Sak 16/19: Nytt fra Helsedirektoratet

Helsedirektoratet presenterte nytt siden forrige møte. Blant annet har Hdir utviklet en [podcast om motiverende intervju](#). Status for arbeidet med overvekt ble presentert. Det er bestilt kunnskapsoppsummering fra Folkehelseinstituttet om opprettholdelse av vekttap blant barn og unge. Dette arbeidet ferdigstilles høst/vinter 2019. I tillegg gjøres det systematiske litteratursøk etter kunnskapsoppsummeringer om

- Behandling av overvekt og fedme blant barn og unge
- Forebyggende tiltak for overvekt og fedme blant barn og unge
- Effekt av helseatferd/livsstilsintervensjon i (primær)helsetjenesten hos voksne med overvekt/fedme.

Det er ikke endelig bestemt hva arbeidet med overvekt skal bli og hvordan det skal organiseres, men det planlegges ny retningslinje både mot barn og mot voksne. Det er også

Helsedirektoratet

behov for bedre helsetjenester og tilbud til disse gruppene. I dag er det et mangelfullt tilbud for overvektige før de er kandidater for kirurgi (BMI 28-35).

Status arbeidet med å etablere ernæringskriterier i offentlige anbud ble presentert. Høringsinnspillene er ivarettatt. Hdir har en tett prosess med Direktoratet for forvaltning og IKT (DIFI) og planlegger ferdigstilling av kriterier for daginstitusjoner våren 2020.

Status for intensjonsavtalen og Saltpartnerskapet ble kort presentert. Koordineringsgruppen for intensjonsavtalen utarbeider en statusrapport for arbeidet i intensjonsavtalen for perioden 2016-2019 som ferdigstilles tidlig i 2020. Fafo ferdigstiller årsrapport 2018 som del av følgeevalueringen av intensjonsavtalen. Årsrapporten fra Fafo lanseres 21. november. I forslag til statsbudsjett for 2020 er det ingen endringer i særavgiftene på sukker og alkoholfrie drikkevarer, og høring av NOU 2019: 8 er fortsatt under behandling (per 22.10.2019).

Saltpartnerskapet videreføres ut 2021 og det etableres ny styringsgruppe som har første møte i desember. Nye veiledende saltmål for å nå mål om et redusert saltinntak til 8 g salt per person per dag er satt.

Status om Hdirs kampanjevirkosomhet. Hdir har nå en Nøkkelhullskampanje og det planlegges en ny kampanje i januar/februar 2020. *Bare Du-kampanjen* er nominert til "mest effektive kampanje" på Digiday – en av de største prisutdelingene i verden når det kommer til digital markedsføring og av INMA (Interesseorganisasjonen for digital markedsføring og kommunikasjon).

Sak 17/19: Status for arbeidet om tran til spedbarn

Helsedirektoratet presenterte status i arbeidet. Et nytt EU-regelverk for morsmelkerstatninger og tilskuddsblandinger som Norge må forholde seg til er vedtatt. Blant annet blir det obligatorisk å tilsette dokosaheksaensyre (DHA) i slike produkter. Arbeidsgruppen har jobbet ut fra spørsmålene:

1. Har spedbarn behov for ekstra tilførsel av D-vitamin og DHA i form av tran?
 - a. Hvor mye trenger spedbarn av D-vitamin og DHA?
 - b. Hvor mye er det av D-vitamin og DHA i morsmelk?
 - c. Hvor mye er det av D-vitamin og DHA i morsmelkerstatning?
2. Kan det høye innholdet av omega-3-fettsyrer, og særlig EPA, i tran ha negative konsekvenser for spedbarn, for eksempel ved:
 - a. hemmet omdannelse av linolsyre til arakidonsyre og/eller inkorporering av arakidonsyre i vev?
 - b. økt dannelse av frie radikaler og endret immunforsvar?
 - c. ugunstig balanse mellom omega-3- og omega-6-fettsyrer?
 - d. annet?

Utkast til tekst fra arbeidsgruppen sendes hele rådet før endelig ferdigstilling. Helsedirektoratet vil vurdere anbefalingen om D-vitamin tilskudd i lys av rådets konklusjoner.

Sak 18/19: Status for ekspertuttalelse/10 mest stilte spørsmål om vegetar/vegan

Gruppeleder presenterte status. Forespørsel om innspill på spørsmål er sendt til ulike interessegrupper. Arbeidsgruppen har vurdert innspill og ser at grunnet mye overlapp så kan gruppen svare ut de fleste spørsmålene. Tematikk som omtales er behov for tilskudd til barn

Helsedirektoratet

og voksne, tang og tareprodukter, fettsyrer, behov for proteiner/aminosyrer, helseeffekter, spiseforstyrrelser og plantedrikker. Ulike former for et vegetarisk kosthold vil bli belyst.

Målgruppe for arbeidet ble diskutert til å være både helsepersonell og befolkningen. Først planlegger gruppen å utarbeide en utfyllende rapport og en kronikk til Tidsskriftet for legeföreningen som baserer seg på et utdrag av spørsmålene. I etterkant av dette vil det jobbes med kommunikasjon mot befolkningen. Arbeidsgruppen har mål om ferdigstillelse av arbeidet i 2020.

Sak 19/19: Status for ekspertuttalelse/10 mest stilte spørsmål om fett

Gruppeleder presenterte status. Helsedirektoratet har samlet inn spørsmål fra forskjellige interessegrupper. Arbeidsgruppen har lagt til noen egne spørsmål og er åpen for å få inn flere spørsmål. Dette er tenkt som en kort forbrukerrettet ekspertuttalelse. Flere spørsmål ble diskutert og arbeidsgruppen planlegger å presentere forslag til svar på en del av spørsmålene i neste rådsmøte.

Det ble en diskusjon om hva en ekspertuttalelse skal være og hvilke krav til dokumentasjon som stilles. Krav til dokumentasjon vil være opp til målgruppe. Det var enighet om at uttalelser bør støtte seg på eksisterende og solid dokumentasjon, men at en del av spørsmålene er enkle og kan svares ut kort. For faglig innhold som skal på helsenorge.no er det nå krav om referanser for påstander.

Sak 21/19: Status NNR2022, involvering av rådet, innspill på tema og eksperter

Prosjektleder for NNR2022 presenterte status for arbeidet og innledet med en grundig diskusjon om bruk av ulike metodikk for å vurdere evidens/forskningslitteratur (*Strength of evidence grading tools*) som GRADE-metodikk (Grading of Recommendations, Assessment, Development and Evaluation) og World Cancer Research Fund (WCRF) sitt system.

Diskusjonen baserte seg på kjøttdebatten som er avledet fra artiklene i *Annals of Internal Medicine*, hvor en gruppe individuelle forskere har benyttet streng GRADE-metodikk for å vurdere helseeffekter av å spise rødt kjøtt. GRADE vektlegger randomiserte kontrollerte studier (RCTs) høyt og observasjonsstudier lavt. RCTs er viktig for moderne medisinsk forskning og er *state of the art* for å etablere kausal sammenheng. RCTs er derimot ikke egnet for å etablere årsakssammenhenger mellom utvikling av kroniske sykdommer og livsstilsfaktorer. Disse faktorene lar seg ikke blinde og sykdommene tar lang tid å utvikle. Å gjennomføre RCTs på levevaner som røyking, narkotika, bruk av alkohol, søvn eller stress vekker en rekke etiske problemstillinger, involverer store kostnader og har store praktiske utfordringer. Det finnes for eksempel ingen RCTs om røyking. Likevel er fagfolk og myndigheter sikre på at det er en sterk sammenheng mellom det å røyke og økt risiko for å utvikle hjerte- og karsykdom, lungekreft og kols.

Prosjektleder løftet spørsmål om hva som brukes som grunnlag for forskjellige lands offisielle kostråd. 92 av 195 land har matbaserte kostråd. De fleste land bruker ikke strengt definert *Strength of Evidence-metodikk* og ingen land bruker streng GRADE-metodikk når de utvikler kostråd. Ved å benytte en streng GRADE-metodikk vil man ikke kunne svare ut problemstillingen om helseeffekt av rødt kjøtt etter som observasjonelle studier ikke vil bli vurdert som å være av høy nok kvalitet til å inngå i vurderingen.

Hvis problemstillingen som skal vurderes er løsbart med RCTs bør GRADE benyttes. Hvis ikke bør annen metodikk benyttes. World Cancer Research Fund (WCRF) sitt system brukes

Helsedirektoratet

i NNR2012 og de norske kostrådene. WCRFs metodikk er mer åpen for ulike studietyper sammenlignet med GRADE.

Status for NNR2022: Arbeidsgruppene lager korte oppsummeringer for hvert enkelt kapittel siden forrige NNR, og argumenterer for om et fagområde bør settes på liste for systematisk review eller ikke. Involvering er ønskelig. Alle fagområder som foreslås er anonyme som betyr at NNR gruppen ikke vet hvem som har sendt inn forslagene. Dette medfører at alle innsendte forslag kan vurderes uhildet.

Det er behov for eksperter som kan bidra i Evidence-based Practice Centers (EPCs) som finansieres av NNR-prosjektet. Dette vil være nyttig for arbeidet med NNR2022, men også for Norge. Et EPC kan bli svært nyttig for fremtidig arbeid for å bygge standard og kompetanse. Prosjektleder ønsker at medlemmer i rådet stiller som eksperter, sender inn aktuelle temaer og bidrar i EPCs. Alle som bidrar vil bli synliggjort. Det ble kommentert at rådet med overlegg ikke har startet store arbeider i denne rådsperioden for å kunne bidra med en del kapasitet i arbeidet med NNR2022.

Flere forslag til tematikk ble løftet og prosjektleder oppfordret til at rådet sendte inn forslagene via nettsidene. Det kom innspill om at implementering av bærekraft blir komplisert etter som fagfeltet er veldig fragmentert. Det ble gitt ros for hjemmesiden og for involvering og åpenhet i prosessen.

16.50-17.00 Sak 22/19: Eventuelt

Det ble fremmet sak om et mulig nytt arbeidsområde for rådet med tentativ tittel *Ernæring i et folkehelseperspektiv – hvordan forplikte offentlig sektor til å forholde seg til de offentlige kostrådene*.

I folkehelsearbeidet er det nå veldig mye fokus på systemtenkning og psykisk helse. Det er ikke populært å snakke om levevaner; kosthold, fysisk aktivitet, røyk og søvn. Et spørsmål er hvordan retningslinjer/anbefalinger kan bli gjort aktuelt og gjort kjent. Hvordan kan rådet bidra til å synliggjøre og bekjentgjøre viktigheten av ernæring om man jobber i barnehage, skole eller helsestasjon? Hdir sonderer med nasjonalt senter for mat helse og fysisk aktivitet om muligheter for hvordan rådet kan bidra. Sak følges opp.