

## Nasjonalt råd for ernæring

## Referat

Møte om:

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

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

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

### **Sak 7/19: Oppfølging fra forrige møte, nytt fra Hdir**

Rådsleder ønsket velkommen. Helsedirektoratet informerte om nytt fra direktoratet og oppsummerte kort fra folkehelsemeldingen 2019 (Meld. St. 19 (2018-2019)) som ble lansert 5. april. De nasjonale folkehelsemålene er beholdt. Folkehelsemeldingen varsler en ny NCD-strategi og en ny handlingsplan for fysisk aktivitet, og ønsker å forlenge intensjonsavtalen for et sunnere kosthold til 2025.

Saltpartnerskapet videreføres ut 2021 med samme organisering som i dag. Målet er at befolkningens saltinntak skal reduseres til 8 g/person/dag innen 2021. Målet i Saltpartnerskapet 2015-2018 var at saltinntaket skulle bli redusert til 8,5 g/person/dag innen utgangen av 2018. Nye saltlistemål utvikles og rapport for perioden 2015-2018 lanseres på et seminar 11. juni. [Merknad til referat: rapporten "Saltpartnerskapet 2015-2018 Fremdrift og måloppnåelse"](#) er nå publisert.

Helsedirektoratet planlegger å revidere nasjonal faglig retningslinje for forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge. Planlagt oppstart er i 2020.

### **Sak 8/19: Prosjekt og prosess for arbeidet med neste utgave av de nordiske næringsstoffanbefalingene, NNR6. Aktuelle tema/oppgaver for rådet vurderes opp mot arbeidet med ny NNR**

Rune Blomhoff introduserte saken. Norge leder prosjektet med revisjon av nye nordiske næringsstoffanbefalinger (NNR2022). Helsedirektoratet er prosjektansvarlig og professor Rune Blomhoff er prosjektleder. Nordisk Ministerråd er prosjekteier. Prosjektet startet 01.01.2019 med mål om ferdigstilling i 2022. Styrings- og arbeidsgruppe med deltakere fra hvert land er oppnevnt og ekspertgrupper og referansegruppe skal etableres.

Blomhoff presenterte historikken for arbeidet med tidligere versjoner av NNR.

#### **Helsedirektoratet**

Datamengden – vitenskapen som ser på sammenheng mellom mat og helse har økt enormt de siste årene, noe som stiller svært strenge krav til systematikk for å utvikle næringsstoffanbefalinger.

Det vil være fokus på transparens i arbeidet, og både helsemyndigheter, fagfolk og befolkning vil inviteres til å gi høringsinnspill underveis i prosessen. Prosjektsekretariatet utvikler egne nettsider for NNR2022.

#### NNR2022-prosjektets overordnede mål:

"To reduce the burden of diseases and to improve public health in the Nordic countries by improving diet as well as reducing incidence and prevalence of diet-related NCDs and nutrient deficiencies.

The project aims at providing updated scientific evidence and developing new updated NNR."

#### Prosjektets delmål:

1. Updated NNR for energy, macro- and micronutrients
2. Develop evidence-based platform for national Food Based Dietary Guidelines (FBDG)
3. Develop evidence-based platform for integration of environmental sustainability into FBDG

Det kom spørsmål om NNR kommer til å ha økt fokus på overvekt/fedme og vektøkning sammenlignet med tidligere utgaver. Detaljene rundt dette er ikke helt klare ennå, men foreløpig plan er å utforme næringsstoffanbefalinger først, og så vurdere disse opp mot utfordring med overvekt/fedme og vektøkning. Sannsynligvis blir det et eget kapittel om overvekt/fedme i NNR2022.

#### **Sak 9/19: Tran til spedbarn**

Helsedirektoratet v/Gry Hay presenterte bakgrunn for spørsmålet om det fortsatt er grunnlag for å anbefale tran til spedbarn frem til ett års alder. I Norge har tran frem til nå vært anbefalt til ammede barn av hensyn til D-vitamin, siden morsmelk inneholder lite D-vitamin, og til barn som får morsmelkerstatning (med påbudt tilsetning av D-vitamin) av hensyn til omega-3-fettsyren DHA.

Et nytt direktiv fra EU om morsmelkerstatninger og tilskuddsblandinger blir gjeldende i Norge fra 2020. Nytt i direktivet er obligatorisk tilsetning av DHA til slike produkter, og at minimumsgrensene er høyere enn tidligere. Direktivet er allerede iverksatt av flere produsenter.

I dag anbefales det å gi spedbarn 10 µg D-vitamin fra 4 ukers alder, enten i form av D-vitaminsdråper eller tran. Det nye direktivet sikrer nok vitamin D og DHA til alle spedbarn, enten de ammes eller får morsmelkerstatning. Barn som får både morsmelkerstatning og tilskudd risikerer å få "dobbel opp" av de aktuelle næringsstoffene.

Problemstilling: Vurdere inntak av og behov for tilskudd av D-vitamin og DHA hos barn som får morsmelk og barn som får morsmelkerstatning, i lys av oppdatert kunnskap og nytt EU-regelverk for morsmelkerstatning.

Vurdere mulige uheldige effekter av tran basert på ny kunnskap om:

- Omsetning av fettsyrer hos spedbarn
- Dannelse av frie radikaler og påvirkning av immunforsvar
- Innhold av miljøgifter i tran.

Vurderingen av mulige uheldige effekter av tran til spedbarn vil sees i sammenheng med Mattilsynets bestilling til VKM om en nytte-risikovurdering av tran og marine oljer.

Arbeidsgruppe: Gry Hay (leder), Ahmed, Nina, Kirsten, Lars og Christine.

### **Sak 10/19: NOU 2019:8 sukker, høring med frist 12.07.2019**

Helsedirektoratet v/Ole Berg introduserte saken. Utvalget fikk i oppgave å gjennomføre en helhetlig vurdering av avgiftene på sjokolade- og sukkerverer og alkoholfrie drikkevarer, herunder helseeffekter og konsekvenser for bransjen og avgiftsmyndighetene. Utvalget skulle særlig vurdere om dagens avgifter kan og bør utformes slik at de i større grad tar hensyn til helse- og ernæringsmessige formål innenfor rammen av EØS-avtalens statsstøtteregler. Utvalget leverte sin innstilling 9. april 2019. Finansdepartementet har sendt [NOU 2019:8 på høring](#) med frist 12. juli 2019. Rådet mener at det er viktig å sende inn høringsinnspill.

Arbeidsgruppe for høringsinnspill: Erik, Lars, Liv Elin og Jøran.

### **Sak 11/19: Bærekraft og EAT**

Audun Korsæth introduserte sak om bærekraft og EAT-Lancet rapporten, og belyste rapporten fra fire ulike ståsted – vitenskapelig, realpolitisk, nasjonalt og fra et norsk forbrukerståsted.

I forrige rådsperiode utarbeidet Nasjonalt råd for ernæring en rapport som belyste [bærekraften i dagens kostråd](#) – hvor hovedkonklusjonen er at det er et stort samsvar mellom et kosthold som blir anbefalt for å fremme helse, og et kosthold som er mer bærekraftig. Ifølge Korsæth endrer ikke innholdet i EAT-rapporten på konklusjonene fra rådets rapport så lenge kostrådene består slik de er i dag.

Rådet er positive til at EAT-Lancet rapporten setter søkelys på en viktig og komplisert tematikk – koblingen mellom miljø og helse. Oppmerksomheten rundt rapporten kan bidra positivt til å stimulere fremtidig forskning slik at gode svar på spørsmålene og problemstillingene som løftes kan etableres. Kostholdsdelen av rapporten anses som ok da den bygger på etablerte kostråd.

Rådet mente at Korsæths betraktninger var viktige og at disse bør publiseres.

Merknad til referat: betraktningene er publisert på [NIBIO sine nettsider](#).

### **Sak 12/19: Kommunikasjon**

Helsedirektoratet v/Sigvor Melve introduserte saken. Nasjonalt råd for ernærings offisielle Facebook-side (FB) har engasjerte følgere som bidrar til god spredning av sakene rådet publiserer. Rådets FB-side er en god anledning til å nå fagfolk innen ernæring og helse. Den kan med fordel brukes til videreformidling av rådets egne saker og i pressesaker hvor rådet har uttalt seg. Det var enighet om at rådets FB-side kun bør brukes der rådet er direkte involvert.

Rådet har også en blogg hvor rådet kan kommentere oppslag i media. Disse innleggene kan deles på FB. Twitter er en aktuell kanal som bør vurderes fremover.

### **Sak 13/19: Eventuelt**

Det kom spørsmål om rapportene fra rådet kan oversettes til engelsk, da rapportene har internasjonal interesse. Et minimum er at det skrives et engelsk sammendrag av hver rapport. Faglige retningslinjer oversettes ikke til engelsk, da disse er tilpasset nasjonale forhold, men materiell til befolkningen oversettes ofte til flere språk tilpasset mottakerne. Helsedirektoratet følger opp saken.

### **Andre oppgaver/tema for rådet:**

#### **Vegetar/vegan – ekspertuttalelse/10 mest stilte spørsmål om vegetar- og vegankosthold**

Rådet er positive til å skrive en ekspertuttalelse om vegetar-/vegankosthold i samme format som uttalelsen på overvekt.

Noen aktuelle spørsmål som ble løftet var:

"vegan- og vegetarkost i et matsikkerhets- og bærekraftsperspektiv"

"vegankost til barn"

Arbeidsgruppe: Helle Margrete, Audun, Christine og Lars – som lager forslag til formuleringer/spørsmål

#### **Ekspertuttalelse fett/10 mest stilte spørsmål om fett - Oppfølging av fettrapporten – hvordan kommunisere om fett, mett/umettet**

Rådet er positive til å skrive en ekspertuttalelse med fokus på kommunikasjon om fett som baserer seg på fettrapporten.

Arbeidsgruppe: Erik, Jøran, Kirsten og Liv Elin