

Nasjonalt råd for ernæring

Referat

Møte om:

Møteleder: Jøran Hjelvesæth
Dato: 29. januar 2019
Referent: Ida Kristoffersen, Johanne Haneberg, Elisabeth Austad, (praksisstudenter ved Helsedirektoratet), 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, Helle Margrete Meltzer, Randi Tangvik

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

Sak 01/20: Rådsleder ønsker velkommen

Rådsleder ønsket velkommen og introduserte dagens agenda. Habilitet ble gjennomgått. Ved endring i habilitet bes rådsmedlemmene om å sende oppdatert habilitetserklæring til sekretariatet.

Sak 02/20: Nytt fra Helsedirektoratet

Helsedirektoratet presenterte nytt siden forrige møte. Fra 1. januar 2020 er [Forskrift om tilsetning av vitaminer, mineraler og visse andre stoffer til næringsmidler](#) revidert.

Revideringen omfatter bl.a. endringer som gjør at virksomheter som ønsker det kan tilsette de vitaminene og mineralene som til enhver tid er oppført i positivlisten til de aktuelle næringsmiddelkategoriene uten å søke om dette. Forutsetningen for dette er at tilsetningen skjer i samsvar med vilkårene som framgår av positivlisten. Nasjonalt råd for ernæring tok saken til etterretning.

Status om samarbeid med næringslivet

Koordineringsgruppen for intensjonsavtalen for et sunnere kosthold utarbeider en statusrapport for arbeidet i intensjonsavtalen for perioden 2016-2019. Rapporten publiseres i løpet av våren 2020. Fafo ferdigstilte i november 2019 [årsrapport for Intensjonsavtalen 2018](#). Dette som en del av følgeevalueringen av intensjonsavtalen. Nær alle partnere har resignert Saltpartnerskapet og ny styringsgruppe er etablert. Rapporten om fremdrift og måloppnåelse i Saltpartnerskapet 2015-2018 oversettes til engelsk.

Helsedirektoratet planlegger lansering av ny kampanje om Nøkkelhullsmerket i uke 9 og #MerAv i uke 10. Det ble stilt spørsmål til hvorfor Helsedirektoratet ikke har kampanje med fokus på overvekt/fedme som en av de store folkehelseutfordringene i Norge og verden. Helsedirektoratet kommuniserer helse med fokus på de gode valgene og benytter kampanjer som et verktøy for å understøtte andre tiltak. Det ble en diskusjon om hvordan en
Helsedirektoratet

befolkningsrettet kampanje mot overvekt/fedme kan utformes uten å stigmatisere. Tema følges opp på et senere møte.

Midtveisevaluering av nasjonal handlingsplan for kosthold 2017-2021

Folkehelseinstituttet har på oppdrag fra Helse- og omsorgsdepartementet gjennomført en ekstern midtveisevaluering av Handlingsplan for bedre kosthold 2017-2021.

Helsedirektoratet presenterte oppdraget og hovedpunktene av ekspertutvalgets anbefalinger og vurderinger. Formålet med evalueringen er å vurdere status og behov for justeringer og prioriteringer i resterende handlingsperiode. Punkt om behov for hyppigere kostholdsundersøkelser ble diskutert. Adferdsendring blant befolkningen er vanskelig å måle, derimot kan holdninger og kunnskap monitoreres. Evalueringen synliggjør at det er mangel på kompetanse i kommunene. Det er satt inn tiltak for dette, for eksempel gjennom "BraMat-kurs", retningslinjer for mat og måltider i barnehage og skole etc.

Sak 03/20: Ernæring i et folkehelseperspektiv

Forslag til ny oppgave for rådet ble diskutert. Fra midtveisevalueringen av Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold 2017-2021 ble fremhevet at implementeringen av planen er utfordrende ute i kommunene, og at det er behov for kompetanseheving, spesielt innen ernæring. Rådet er enig i at det er et stort implementerings-gap. I dag er det ikke lovpålagt med ernæringskompetanse i kommunene. Det ble fremmet et behov for å undersøke hvordan helsemyndighetene kan sikre kompetansen innen ernæring, da dette ansees som avgjørende for å lykkes.

Rådet er positive til å sette sammen en arbeidsgruppe som kan lage en oversikt/analyse over alle aktører innen ernæring i kommunal sektor og kartlegge implementeringsgapet kommunene står ovenfor, samt synliggjøre hvilke barrierer som finnes. Foreløpig arbeidsgruppe: Liv Elin, Kari Hege, Magritt, Nina og Randi.

Sak 04/20: Mat og ernæring i et livsløpsperspektiv, nytt toppforskningscenter ved Universitet i Agder

Det nye [toppforskningscenteret ved Universitetet i Agder](#), ble presentert. Bakgrunnen for etableringen av senteret var ønsket om å undersøke grunnlag for livslang helse. På senteret fokuseres det særlig på de 1000 første dagene av livet, samt epigenetikk og tiden før unnfangelse. Det ble fremmet at et særskilt mål er å undersøke hvordan kosthold, i alle livsfaser, kan ha sammenheng med helse. Senteret har ansatt 32 forskere, innen ulike fagområder, som har arbeidet sammen siden 2013.

Senteret har 3 fokusområder;

1. Å få økt forståelse for hva som påvirker kosthold i ulike livsfaser, og hvilke faser en er mest "sårbar" for svakheter i kostholdet.
2. Å utvikle og evaluere intervensjoner og tiltak for å fremme kosthold og helse gjennom livsløpet.
3. Å sette kunnskap ut i praksis gjennom innovativ og fremtidsorientert utdanning av studenter, som vil kunne implementere denne kunnskapen i sin yrkespraksis.

Gjennom forskning, utvikling og evaluering ønsker forskningssenteret å bidra til økt kunnskapsgrunnlag, som kan hjelpe lokale og nasjonale beslutningstakere i arbeidet med å utvikle tiltak rettet mot barn, familier, skoler og andre målgrupper.

Helsedirektoratet

Sak 05/20: Status for arbeidet om tran til spedbarn

Helsedirektoratet presenterte bakgrunnen for arbeidet. Et nytt EU-regelverk for morsmelkerstatninger og tilskuddsblandinger vil være gjeldende fra 22.februar 2020, etter en overgangsperiode. Regelverksendringen innebærer endret innhold av enkelte næringsstoffer i morsmelkerstatninger og tilskuddsblandinger. Med bakgrunn i dette, har en arbeidsgruppe i Nasjonalt råd for ernæring gjennomgått anbefalingen om kosttilskudd til spedbarn, for å vurdere om det er behov for justeringer. Arbeidsgruppen presenterte beregninger av inntak og implikasjoner knyttet til anbefalinger om tilskudd. Rådet sluttet seg til arbeidsgruppens vurderinger.

Sak 06/20 Vegansk kosthold til utsatte grupper (inkl. spedbarn)

Sak om vegankost til utsatte grupper startet med å henvise til en [debatt](#) i Aftenposten hvor blant annet [Helsedirektoratet svarte](#). Utfordringer ved vegankost og ernæringsstatus, særlig hos barn og de som skal ha barn, ble drøftet. Helsedirektoratet og nasjonalt råd for ernæring støtter seg til nåværende anbefalinger fra NNR (2012), som hevder at vegankost er trygt. Kommer det endringer i oppdatert NNR vil dette imidlertid tas til etterretning. Et vegansk kosthold til barn er ikke noe Helsedirektoratet advarer mot, men det er heller ikke noe direktoratet anbefaler.

Helsedirektoratet skal arbeide med å veilede til sunne og trygge liv og gi relevante råd, uavhengig av livssyn. Helsenorge.no skal være en god kilde til enkel og konkret informasjon, slik at de som ønsker en vegansk livsstil ikke oppsøker andre kilder, med potensielt mangelfull informasjon. Helsedirektoratet er i gang med å oppdatere artikler om vegetarisk og vegansk kosthold på helsenorge.no.

Sak 07/20 Status for ekspertuttalelse/10 mest stilte spørsmål om vegetar/vegan

Status for arbeidet med ekspertuttalelsen om vegetar/vegankost ble presentert. Det ble vist til påbegynt besvarelse på spørsmålene som omhandler følgende tema;

- Tang og tareprodukter – eksempelvis vurdering av tungmetallnivå og jod-innhold, samt biotilgjengelighet.
- Tilskudd til voksne - Hvor mye D-vitamin og folat som bør anbefales.
- Tilskudd til barn
- Fettsyrer - EPA og DHA
- Proteiner/aminosyrer
- Helseeffekt av vegankost
- Spiseforstyrrelser iht. vegetar/vegankost
- Morsmelkerstatninger - Hvordan situasjonen er iht. veganske alternativer.
- Hvilke plantedrikker kommer best ut. – Stor ulikhet i næringsinnhold.

Kostpyramide eller tallerkenmodell ansees for øyeblikket som mest aktuelle fremstillingsmetode for illustrasjon av sammensetning av et optimalt vegansk kosthold. Videre arbeidsplan ble presentert. Vegetargruppen i KEFF er positiv til å bidra i arbeidet med uttalelsen. Det er mål om at et førsteutkast til fullstendig dokument vil være klart til neste rådsmøte.

Sak 08/20: Eventuelt**Helsedirektoratet**

Det ble informert om at studenter fra bachelorgraden i samfunnsnærings ved OsloMet er gitt i oppgave å utarbeide et utkast til ekspertuttalelsen om fett.