

Til: **Nasjonalt råd for ernæring**

Fra: May Cecilie Lossius

Referat

Dato: Fredag 27. september 2024

Sted: Helsedirektoratets møtesenter/Ytringsrommet og Teams

Tid: 10.00-15.00

Emne: Møte i Nasjonalt råd for ernæring

Til stede: Lene Frost Andersen, Kirsten Holven, Guri Skeie, Liv Stray Breistein, Eli Skeie, Simon Dankel, Aysha Grönberg, Helle Margrete Meltzer, Amund Måge, Nanna Lien, Elsie Brenne, Lars Fadnes (digitalt), Mette Svendsen (digitalt) og Camilla Sandvik (digitalt). Anine Medin, medlem av faggruppen for ernæring, dietetiske produkter, ny mat og allergi i VKM, deltok i sak 28/24 (digitalt).

Fra Helsedirektoratet: Gry Hay, Eva Rustad de Brisis, Henriette Øien, Britt Lande, Madeleine Boberg, Erica Wie Dia, Erik Arnesen, Thea Nørgaard Breili, Guro Berge Smedshaug, Vegard Lysne, Ole Berg, Linda Granlund og Henriette Walaas Krogh (referent).

Sak 26/24: Velkommen v/rådsleder Lene Frost Andersen. Godkjenning av innkalling og av referat fra møtet 21. mai 2024.

Referat fra 21. mai og innkalling til dagens møte ble godkjent uten kommentarer.

Sak 27/24: Nytt fra Helsedirektoratet.

Det er nylig publisert to nye rapporter på oppdrag fra Helsedirektoratet, "[Mat og måltider i hjemmesykepleien 2](#)" fra Høgskolen i Østfold, og "[Nasjonal kartlegging av ernæringsområdet i spesialisthelsetjenesten](#)" fra Nasjonal kompetansetjeneste for sykdomsrelatert underernæring. Sammen med tre rapporter om henholdsvis mat og måltider i sykehjem, mat og måltider i sykehus og matfaglig kompetanse (se referat fra mai 2024) vil disse to rapportene ligge til grunn for Helsedirektoratets videre arbeid med ernæring i helse- og omsorgstjenesten samt inngå i grunnlaget for revisjon av Kosthåndboken.

Retningslinjestyret i Helsedirektoratet har godkjent at arbeidet med revisjon av Kosthåndboken – veileder i ernæringsarbeid i helse- og omsorgstjenesten igangsettes høsten 2024. Første steg er et [rådslagsmøte 30. oktober](#).

Webinar 16. oktober (ingen påmelding – opptak legges ut): [Risikovurdering av underernæring. To år med MST – hva er status?](#)

Sak 24/24: Forts. sak 24/24 Strategi for rådsperioden.

Rådsleder viste og gikk raskt gjennom utkast til strategi for rådsperioden. De fleste rådsmedlemmene hadde sett på og gitt innspill til utkastet i forkant av møtet. I møtet var det en innspillsrunde på hovedsatsningsområdene for ernæringsrådets arbeid i rådsperioden, herunder hvilke punkter som skal være med og rekkefølgen på disse.

Arbeidsgruppen (Lene, Guri og Aysha) jobber inn innspillene i utkastet, og endelig versjon landes i neste ordinære rådsmøte.

Helsedirektoratet

Postboks 220 Skøyen, 0213 Oslo • Besøksadresse: Vitaminveien 4 • Tlf: (+47) 47 47 20 20
Org. nr. 983 544 622 • postmottak@helsedir.no • www.helsedirektoratet.no

Sak 28/24: Presentasjon av VKM-rapporten "[Vurdering av næringsstoffer i utkast til nasjonale kostråd](#)".

Anine Medin, medlem av faggruppen for ernæring, dietetiske produkter, ny mat og allergi i VKM, presenterte kort oppdraget fra Helsedirektoratet, de to scenariene (lavt og høyt) som ligger til grunn for beregningene og hovedprinsippene bak matvarer som er tatt med i scenariene. Det er kun matvarer som dekkes av kostrådene som er tatt med i beregningene. Norkost 3 er utgangspunkt for mengdeangivelser av de ulike matvarene, og så er disse ned- eller oppjustert iht. de to scenariene. Det er ikke laget fullkostscenarier, men scenarier innenfor rammen av kostrådene. Energi er derfor dekket i varierende grad for ulike aldersgrupper i befolkningen i scenariene.

Sak 29/24: Kostrådene er lansert – kort om prosess, erfaringer så langt og videre plan.

Helsedirektoratet presenterte kort prosessen for hvordan kostrådene ble til. I det videre ble hvert kostråd gjennomgått, med vekt på endringer som er gjort i kostrådene fra de var på ekstern høring våren 2024 til det som er blitt endelig versjon. Endringer er gjort både på bakgrunn av gode innspill i høringen, og med utgangspunkt i VKM sin rapport. Å omtale klima og miljø i en egen artikkel var en politisk beslutning. Medieomtalen har i hovedsak vært positiv i etterkant av lanseringen. På [Kostholdsplanleggeren.no](#) ligger det ute nye eksempelmenyer for ulike grupper i befolkningen, basert på de nye kostrådene.

Sak 30/24: Implementering av kostrådene.

Del 1:

- Helsedirektoratet presenterte lanseringskampanjen, bakgrunnen for denne, kommunikasjonsmål (tillit og kjennskap), målgruppe (unge voksne) og "tone of voice" (ingen pekefinger, matglede). Kanaler for kommunikasjon er bl.a. sosiale medier, bannerannonser på nettavis, presse, med mer. Har hatt live-chat på VG. Eksempler på filmer, plakater og innholdssamarbeid ble vist, i tillegg til materiell som er lagt ut i "[Kostråd-verktøykassen](#)". I tillegg ble pågående og foreløpig planlagte løp for implementering/oppfølging av kostrådene fra Helsedirektoratet presentert.
- Spørsmål som kom i møtet, var om det er aktuelt med en egen anbefaling til gravide mtp. søtstoffer. Helsedirektoratet har fokus på dette og har nylig vært i dialog med VKM som opplyste om at [EFSA for tiden arbeider med faglig oppdatering av nytte- risiko på en rekke søtstoffer](#).

Del 2: Gruppevis diskusjon og refleksjon. Helsedirektoratet ønsker å samarbeide med ernæringsrådet om implementering og ønsker innspill på hva rådet kan bidra med. Flere rådsmedlemmer har kompetanse på implementeringsforskning og kan bidra i de store linjene, det kan være mest å hente på å samarbeide på strukturelle og ikke detaljerte implementeringstiltak, på en rekke relevante arenaer, gjerne en proaktiv tilnærming, bør sees i lys av bl.a. anbefalingene fra [ekspertutvalget om kostnadseffektive kostholdstiltak](#). Kompetansehevende tiltak hos nøkkelgrupper er også viktig. Må i fellesskap se hvilke virkemidler vi har. Rådet kan i første omgang bidra til å "mappe" ut hvilke aktører som er målgrupper på systemnivå, hva de gjør i dag, og potensialet i hva de kunne bidratt med. Mindre grupper som kan jobbe mer konkret med enkelttemaer. En "mapping" er allerede gjort, se her: Matdugnaden.no – [kart over det norske matsystemet](#).

Neste steg: Konkretisere rådets innsats ytterligere. Saken tas opp på neste rådsmøte, og det er muligens også aktuelt med et ekstra digitalt møte om implementering før jul.

Helsedirektoratet

Sak 31/24: Observatører i rådsmøtene.

Helsedirektoratet vurderer muligheter for i større grad å tilgjengeliggjøre det faglig solide og viktige arbeidet Nasjonalt råd for ernæring gjør. I dag legges innkallinger, agenda og referater fra møtene ut på Helsedirektoratets nettsider, og rådet gjennomfører lanseringsarrangementer av rapporter og ekspertuttalelser. Observatører kan være både andre instanser i sentral (helse)forvaltning, interesseorganisasjoner og meningsbærere på kostholds- og ernæringsfeltet. Forslag som framkom i møtet var bl.a. å invitere interessenter til enkelte møter i en fast/regelmessig struktur, eller ha et åpent "spør ekspertene"-møte årlig. Saken følges opp i neste rådsmøte.

Sak 32/24: Kostråd til eldre på Helsenorge.no.

Utkast til kostråd til eldre på Helsenorge.no ble lagt frem. Dette er et tiltak i Nasjonal ernæringsstrategi for eldre (2021-2023), og kommer også på henvendelser fra publikum. Hovedtemaer er bl.a. endringer i kostbehov med alderen, vitamin D, protein, fysisk aktivitet, alkohol, overvekt og fedme og feil-/underernæring.

Helsedirektoratet ønsker innspill på det faglige innholdet: Er det noe som mangler eller kan tas ut, er det kilder/litteratur som ikke er tatt med og bør legges til grunn. Redaksjonen vil foreta nødvendige språklige endringer for å tilpasse til artikkelformat på Helsenorge.no. Rådsmedlemmer som ønsker, gir innspill via Teams-dokument innen fredag 1. november (lenke sendes ut med referatet).

Innspill som kom i møtet: Må sørge for å samkjøre og koordinere kostrådene til eldre med de nye nasjonale kostrådene, og også scenariene i VKM-rapporten. Proteinbehovet hos personer med overvekt – kunnskapsgrunnlaget for eldre er ikke så godt, må også legges det til grunn.

Sak 33/24: Oppfølging av aktuelle oppdrag fra Helsedirektoratet.

Vitamin D (Rune, Mette og Lene):

- Bakgrunn og status for arbeidet med vitamin D ble lagt frem. Innspill som kom i møtet: Utfordringen med regelverket vi har nå er at det ikke er noen oversikt over hvilke produsenter som har tilsatt vitamin D i matvarer. Mattilsynet bør involveres for å få en oversikt over hva som er skjedd de senere årene. Det har tradisjonelt vært en restriktiv holdning til berikning, kan det påvirke at aktørene ikke kjenner til mulighetsrommet? Hvor mye får vi i oss fra kosttilskudd? Det er et spørsmål i Norkost 4, men om lag 50 % av det folk spiser er ikke kjøpt i Norge.

Tran til barn 1-3 år (Amund, Kirsten, Lars):

- I forbindelse med revisjon av Nasjonal faglig retningslinje for spedbarnskost er dette et aktuelt tema. Retningslinjen skal omhandle barn opp til 2 år. Arbeidet i VKM med risikovurdering av dioksiner er imidlertid for tiden satt på vent i påvente av resultater av et arbeid som pågår i EFSA. Derfor settes dette oppdraget til ernæringsrådet på vent inntil rapport fra EFSA og VKM foreligger.

Sukker (Aysha, Elsie, Lene, Rune, Simon):

- Bakgrunn og status for arbeidet med sukker ble presentert. Med utgangspunkt i bl.a. NNR 2023 er det hensiktsmessig at arbeidet tar utgangspunkt i sped- og småbarnsmat da sukker fort kan utgjøre en stor del av kostholdet. Konkrete problemstillinger og oppdragstekst ble skissert. Mål om ferdigstilling høsten 2025.

Helsedirektoratet

Innspill som kom i møtet: I hvilken grad er det sanksjoneringsmulighet? Man kan sende inn klage til Mattilsynet lokalt dersom man oppdager brudd på bestemmelser om merking. Vil ernæringsrådets leveranse ligge til grunn for endring av merking? Det er EU sitt regelverk som ligger til grunn, men definisjonen av sukker kan bidra til endring av tolkning. I neste Norkost-undersøkelse regner man både på fritt og tilsatt sukker.

Oppfølging av Handlingsplan for bedre kosthold (Kirsten, Mette, Guri, Eli, Liv, Lars, Camilla):

- Det vil sannsynligvis komme en nasjonal kostholdsstrategi, som bygger på bl.a. Helsedirektoratets sluttrapport, anbefalingene fra ekspertgruppen på kostholdsområdet om kostnadseffektive kostholdstiltak, rapporten [Kartlegging av hvordan fylker og kommuner arbeider for å fremme et sunt, bærekraftig og klimavennlig kosthold](#), erfaringer fra den pågående JA PreventNCD og foreslått NCD-strategi. Saken følges opp i senere rådsmøter.

Sak 34/24: Markedsføring av usunn mat og drikke rettet mot barn og unge.

Bakgrunn for [høringen fra Helse- og omsorgsdepartementet](#) ble presentert. Barn og unge er sårbare for og veldig eksponert for markedsføring av mat og drikke. I juni 2023 ble det flertall for et anmodningsvedtak under behandlingen av Folkehelsemeldingen i Stortinget. Det er snakk om markedsføringen av produkter og ikke produktene i seg selv. Høringsfrist 22. november 2024.

Rådet vil sende høringsinnspill basert på forslaget som ble presentert, hvor også eventuelle mangler i høringsutkastet kan påpekes som forslag til utvidelser/presiseringer i forskriften. Lars, Simon, Guri og Aysha meldte seg til arbeidsgruppen. Sekretariatet oppretter en Teams-kanal hvor et utkast til høringsssvar utarbeides og sendes på sirkulasjon før neste rådsmøte.

Sak 35/24: Eventuelt.

- Foreløpig dato for lansering av Norkost 4-rapporten er 1. november (kl. 10.30). Det blir sendt ut offisiell invitasjon etter høstferien.
- For dem som er interessert i bærekraft - Torill Jensen disputerer 10. oktober. **Prøveforelesning over oppgitt emne** holdes kl. 10.15: «**Sustainable dietary transition in the Nordics**» og kan sees både realtime og i opptak her: <https://uit.cloud.panopto.eu/Panopto/Pages/Viewer.aspx?id=7804782d-0f66-4d35-abf0-b1ea0078890f>
- Det blir felles middag rett etter neste rådsmøte den 19. november på "Lille Ó" på Sandaker/Storo. Mer informasjon og påmelding sendes ut per e-post.

Helsedirektoratet