



DTU Fødevareinstituttet

### **Høringsvar for Evidensgrundlaget for danske råd om kost og fysisk aktivitet**

DTU Fødevareinstituttet har den 22. marts fremsendt udkast til Evidensgrundlaget for danske råd om kost og fysisk aktivitet.

Kost & Ernæringsforbundet vil gerne kvittere for et godt stykke arbejde, som danner et godt grundlag for arbejdet med at formulere de nye kostråd i formuleringsgruppen, som forbundet er en del af. Kostrådene skal støtte arbejdet for at opbygge sunde måltidsvaner og dermed hjælpe danskerne til at træffe et sundere valg.

I Kost & Ernæringsforbundet er vi især optagede af, at det skal kunne lade sig gøre at få formidlet og forankret kostrådene. Kostrådene skal være realistiske at implementere og tage højde for danskernes hverdag, kultur og måltidsvaner. Samtidig skal kostrådene adressere de udfordringer, som vi ved at samfundet står over med en stigende forekomst af overvægt og fedme og ikke mindst ulighed i sundhed. Vi har i vores høringssvar ikke fremsat forslag til, hvordan anbefalingerne i evidensrapporten kan udmønte sig i konkrete forslag. Dette arbejde ser vi som en naturlig del af formuleringsgruppens arbejde.

Kost & Ernæringsforbundet er særligt optaget af, hvordan denne viden bliver formidlet i praksis, men også hvordan danskerne tager de nye kostråd og den nyeste viden til sig. Vi har dog især fokus på, hvordan kost, ernærings- og sundhedsfaglige kan få forankret denne nye viden i deres arbejde med sundhedsfremme, forebyggelse, rådgivning og vejledning og ved mad- og måltidsproduktion. Vi ser vores medlemmer, som en aktiv og vigtig medspiller, som har afgørende betydning for danskernes folkesundhed.

Af specifikke kommentarer har vi:

Resumeeet:

3. maj 2013

#### **Kost & Ernæringsforbundet**

Nørre Voldgade 90  
1358 København K  
T: 3341 4660

D: [xxxx xxxx]  
M: [xxxx xxxx]  
E: [xx]@kost.dk

[www.kost.dk](http://www.kost.dk)  
[facebook.com/forbundet](https://facebook.com/forbundet)

Vi anbefaler at målgruppen for kostrådene præciseres i resumeet: Altså at kostrådene er målrettet normalvægtige og overvægtige sunde og raske danske voksne, børn og unge.

Vi anbefaler også en konsekvens i brugen af begrebet rødt kød (jf. linie 26 og 30 i resumeet).

Side 15, sidste afsnit: Målgruppe for de danske kostråd. Her nævnes det at kostrådene ikke gælder svært overvægtige. Vi anbefaler, at det præciseres at man ikke har valgt at lave differentierede kostråd til svært overvægtige, pga. den manglende evidens jf. referat af kostrådsmøde i Evidensgruppen, 30/01/2012. For at undgå spørgsmål mv. i forhold målgruppen anbefaler vi at der tilføjes syge og personer med særlige diæter, da disse ikke specifikt omfattes af Sundhedsstyrelsens undergrupper. Denne gruppe er meget bred og bør derfor vejledes og behandles specifikt af kost, ernærings- og sundhedsfaglige.

Side 63, Danskernes indtag af kaffe. Vi anbefaler at det tydeliggøres, om hvorvidt kaffe indgår som en drikkevare, som kan indgå i den daglige mængde.

Side 88. Pkt. 17 Kostråd og Miljø: Kost & Ernæringsforbundet vil gerne kvittere for en etisk, bæredygtig og ansvarlig vinkel på kostrådene, bl.a. ved mængdeangivelse på rødt kød, gul ost mv.

Side 90, afsnittet omkring madspildet i husholdningen, anbefaler vi at der også inkluderes en sætning omkring food service sektoren, der ligeledes ønsker at bidrage til at reducere madspildet.

Side 154. vi synes det er problematisk, at man sætter en værdi for vitamin D, hvis ingen af de modellerede kostsammensætninger, når op til anbefalingerne for vitamin D.

Generelt ville det være ønskværdigt at man italesatte det som tidligere var et kostråd, nemlig Spis varieret og bevar normalvægten. I Evidensgrundlaget beskrives, at fysisk aktivitet har overbevisende eller sandsynlig årsagssammenhæng med kroniske sygdomme, herunder vægtøgning og svær overvægt. Vi efterlyser et fokus på energiindtag og balance og kostens betydning i forhold til at bevare normalvægten. Særligt når målgruppen også er overvægtige, defineret som BMI ml. 25-29,9. Den samme problematik afspejler sig også i de kvantitative råd, hvor rammerne for mængderne sættes for voksne af energibehovet ved vægtvedligehold og ikke vægttab. Dette kunne man formode var ønskeligt ved en BMI i den høje ende af gruppen overvægtige.

Kost & Ernæringsforbundet bidrager gerne til yderligere uddybning og præcisering af vores kommentarer til Evidensgrundlaget for de danske kostråd.

Med venlig hilsen

Camilla Blicher Lærke