

Synpunkter från Svensk Förening för Klinisk Nutrition 060210 över remissen:

Grönbok om att främja goda kostvanor och motion: En europeisk dimension i arbetet för att förebygga övervikt fetma och kroniska sjukdomar

Allmänt

Svensk Förening för Klinisk Nutrition ser mycket positivt på syftet med grönboken: "att genom brett samråd & djupgående diskussionfastställa hur (EU) gemenskapen kan bidra till att främja goda kostvanor och fysiskt aktivitet".

Det är också tillfredställande att förslaget till nytt hälso & konsumentskyddsprogram är starkt inriktat på förebyggande (§ IV.4.3)

Synpunkter & förslag till svar på grönbokens specifika frågor

Latinska & arabiska nummer hänvisar till motsvarande avsnitt i grönboken

IV. 3.2

Andra relevanta politikområden torde vara inom bygg/planering liksom inom kommunikation/infrastruktur och trafik.

Minskade skyddstullar på livsmedel inkl frukt och grönt bör leda till lägre priser.

Ytterligare forskningsinsatser krävs bland annat kring sambandet mellan kost och moderat fysisk aktivitet, liksom om hur man bäst ändrar vanor & livsstil, och kanske allra viktigast: interventionsstudier med lång varaktighet och god kontroll för att visa vad som finns att vinna, och samtidigt pröva olika sätt att genomföra dessa förändringar.

IV.4.3

Fetmaförekomsten bör kartläggas genom en samordnad studie med samma metoder och kriterier inom hela EU (och helst övriga länder i Europa också).

Vetenskapliga rön bör spridas utanför forskarvärlden bl a via obundna populärvetenskapliga tidskrifter, men också via t ex TV.

V.1.2

SFKN anser att ALLA energigivande näringsämnen ska ingå i näringsdeklarationer på livsmedel, liksom uppgifter om salt, samt ev. tillsatser, med kodnummer.

De viktigaste produktkategorierna är dels alla förpackade livsmedel, samt färdigmat, men också "snabbmat" och godis.

Viktigaste utbildaren av konsumenterna borde vara skolan, om inriktningen ska vara förebyggande enligt ovan.

Självreglering för reklam begränsning kan vara adekvat om den övervakas av branschorgan med oberoende experter, av typ Bedömningsnämnden för Kost och Hälsopåståenden (BKH).

V.2.1

Centrala budskap att förmedla:

- Ju mer du rör dig desto mer kan du äta – eller minska i vikt
- Hellre lätt/måttlig daglig fysisk aktivitet än kort intensiv träning på helgen
- Använd benen, inte bensinen!
- Frukt till mellanmål
- Börja måltiden med grönt, och avsluta med frukt
- Ta trappan – lämna hissen till varutransporter

V.3.2

Bra exempel på bra skolmat: svenska modellen med just näringsriktig, lagad mat utan kostnad för enskild elev.

Goda lösningar för fysisk aktivitet: Bunkefloprojektet med en timmes gymnastik/fysisk aktivitet varje dag i skolan, - bör gälla alla skolor, alla läsår.

För att undvika ohälsosamma ovanor i skolan bör det inte alls finnas tillgång till godis & läsk o d inom skolans område – istället kan ev. fruktmellanmål erbjudas.

V.4.1

Bättre lunchalternativ kan erbjudas genom bättre näringskompetens i planering/tillagning samt bra märkning av vettiga alternativ.

Mer motion på jobbet kan uppnås med

- slopad skattesubvention av arbetsresor
- inga "gratis" parkeringsplatser vid arbetet
- "stretch-pauser" istället för rökpauser

Främjandet av goda kostvanor och motion är inte primärt ett problem för hälso & sjukvården, eftersom den inte kan behandla hela befolkningen. Däremot viktigt att genom interventionsinsatser visa vad som kan uppnås med goda kost & motionsvanor.

V.6.1

Offentlig politik kan bidra till motion som del i vardagen bl a via insatser föreslagna i p V.4.1, men också genom att tillhandahålla motionsmöjligheter på nära håll, främja cykling till och från arbetet.

Motionsfrämjande miljöer innebär att alla bostäder ska ha nära till grönområden, och att alla gator ska omfatta både trottoar och cykelbana.

V.7.1

Stöd bör ges till både idrott & fritidsaktiviteter så att ekonomiska skäl inte utestänger svaga grupper i samhället.

Dessa grupper torde vara i behov av en trygg socialpolitik.

V. 8.2

Allra viktigaste strategin är att börja med barnen, eftersom prevention är bättre än behandling.

V.9.3

Kostråd kan vara livsmedelsbaserade om man använder god dietetisk kompetens såsom främst dietister, men även näringsfysiologer och nutritionister.

Viktigaste medlet att minska skillnaderna mellan teori och verklighet är nog att reformera jordbrukspolitiken, som f n motverkar nutritionsmålen. Exempel:

- Skyddstullar ökar priset på frukt som importeras från icke-EU-länder
- Subventioner till mjölkproduktion ger överskott av mjölkfett, vilket sedan slumpas bort genom EU-bidrag till fet – men inte mager! mjölk till skolorna

Poängsystem för lätt näringsinformation kan vara en hjälp, men kan aldrig ersätta den ovan föreslagna märkningen av livsmedel.

V. 10.2

SFKN anser att t ex näringsrekommendationer bör vara globalt kongruenta.

V.11

Samspelet mellan EU:s jordbrukspolitik och påverkan på utbud & prisnivåer av nyttigare & mindre nyttiga livsmedel bör beaktas.

Högsta prioritet bör ges till åtgärder att öka den fysiska aktiviteten från dagis till högskola, samt i vardagslivet, då alltmer talar för att det är mindre muskelarbete som främst ligger bakom den ökande fetmaförekomsten.