

Nasjonalt råd for Ernæring

Årsrapport for 2016

Nasjonalt råd for ernæring (*ernæringsrådet*) er et uavhengig fagråd nedsatt av Helsedirektoratet. I henhold til [mandatet](#) skal Ernæringsrådet styrke Helsedirektoratets fagrolle ved å gi kunnskapsbaserte råd i arbeidet med kosthold, ernæring og helse i befolkningen og i helsetjenesten.

Det gjeldende ernæringsrådet ble konstituert i Helsedirektoratet 20. januar 2015. Ernæringsrådet er sammensatt slik at det representerer en bred faglig kompetanse innen fagområdet. Medlemmene oppnevnes for tre år av gangen, og denne rådsperioden varer ut 2017.

Medlemmene i Ernæringsrådet for perioden 2015-2017 er:

- Liv Elin Torheim, professor og forskningsgrupeleder, Høgskolen i Oslo og Akershus (leder)
- Kjetil Retterstøl, professor dr. med, Universitetet i Oslo, overlege ved Lipidklinikken, Oslo Universitetssykehus-Rikshospitalet, (nestleder)
- Kari Hege Mortensen, seksjonsleder for Helsefremmende arbeid, Nordland fylkeskommune
- Jøran Hjelvesæth, seksjonsleder for Senter for sykkelig overvekt, Sykehuset i Vestfold, professor II, Universitetet i Oslo
- Magritt Brustad, professor og instituttleder, Institutt for samfunnsmedisin, Universitetet i Tromsø
- Erik Arnesen, helsefaglig rådgiver, Landsforeningen for hjerte- og lungesyke
- Nina C Øverby, professor, Universitetet i Agder, Institutt for folkehelse, idrett og ernæring
- Christine Henriksen, førsteamanuensis, klinisk ernæringsfysiolog, Universitetet i Oslo
- Ahmed Madar, forsker, Institutt for Helse og samfunn, Universitetet i Oslo
- Randi Tangvik, leder for Nasjonal kompetansetjeneste for sykdomsrelatert underernæring ved Senter for klinisk ernæring OUS og UiO
- Helle Margrete Meltzer, forskningssjef, Divisjon for miljømedisin, Folkehelseinstituttet
- Audun Korsæth, forskningssjef ved Avdeling for Landbruksteknologi og Systemanalyse i NIBIO
- Nils Vagstad, konstituert administrerende direktør i NIBIO (permisjon)

Ernæringsrådets arbeid i 2016

Antall møter og deltakelse på disse

Det har vært avholdt fire møter i ernæringsrådet i løpet av 2016 med godt oppmøte:

- 3.-4. februar var alle tilstede
- 21. april var alle tilstede
- 8. september var alle tilstede
- 24. november hadde tre rådsmedlemmer forfall

Referater fra møtene i ernæringsrådet er lagt ut på Helsedirektoratets [hjemmesider](#).

Det har vært to eksterne foredragsholdere i løpet av året. På møtet i februar kom Haakon Meyer, Nasjonalt folkehelseinstitutt, og fortalte om endring i forekomst av rakitt i Norge. På møtet i april kom Kaare Norum, professor emeritus og mangeårig leder av forløperen til Nasjonalt råd for

ernæring, Statens ernæringsråd (som inngikk i «Sosial- og helsedirektoratet» i 2002). Kaare drøftet rollen til Ernæringsrådet i dag sammenlignet med tidligere. Sentrale personer fra Helsedirektoratet og Helse- og omsorgsdepartementet har holdt kortere innlegg om pågående aktiviteter. I tillegg har flere av ernæringsrådets egne medlemmer gitt presentasjoner om aktuelle temaer samt om pågående utredningsarbeid.

Saker som har vært drøftet og vurdert

Ernæringsrådet følger [strategien](#) som ble vedtatt i 2015. Strategien beskriver både mål for arbeidet og arbeidsmetode. Ernæringsrådet behandler aktuelle saker etter forespørsel fra Helsedirektoratet og initierer også saker selv.

I løpet av 2016 har ernæringsrådet arbeidet videre med fire arbeidsgrupper som ble startet i 2015:

- **Risiko for jodmangel i Norge**
- **Kostråd om fett: en kunnskapsoppsummering.**
- **Sykdomsrelatert underernæring**
- **Bærekraftige kostråd**

I tillegg ble en ny arbeidsgruppe nedsatt:

- **Vurdering av tiltak for å sikre god vitamin D-status i befolkningen**

I løpet av perioden ble [rapporten om jodmangel i Norge](#) ferdigstilt og publisert. Rapporten fikk god pressedekning og stor oppmerksomhet. Helsedirektoratet har igangsatt et arbeid for å følge opp anbefalingene i rapporten. De andre arbeidsgruppene har gjennomført litteraturgjennomganger og de fleste har presentert utkast av arbeidet på rådsmøter. Alle arbeidsgruppene ligger godt an til å ferdigstille rapportene i løpet av 2017.

Ernæringsrådet har også arbeidet med følgende saker i 2016:

- Den nye **handlingsplanen for bedre kosthold** fra Helse- og omsorgsdepartementet: Ernæringsrådet har blitt holdt informert om arbeidet med handlingsplanen og har gitt innspill til flere av bakgrunnsrapportene fra Helsedirektoratet. Ernæringsrådet sendte inn innspill til den åpne høringen, og disse kan leses [her](#).
- En liten gruppe ble nedsatt for å vurdere om det er grunnlag for å opprettholde søknadsfritaket for berikning av vitamin A til margarin, matolje og andre typer spise fett, etter forespørsel fra Mattilsynet. Konklusjonen fra ad-hoc-gruppen var at det trengs noe mer kunnskap om vitamin A-status og -inntak i befolkningen før man kan gjøre en vurdering.

I tillegg har Ernæringsrådet vært med og organisert følgende seminar:

- Human Rights and Health Diets i samarbeid med FoHRC og FIAN Norge, 8. desember 2016 (<http://www.fian.no/human-rights-and-healthy-diets/>),

Uttalelser i media/foredrag

Ernæringsrådet har en blogg www.ernaeringsradet.no og en facebook-profil <https://www.facebook.com/ernaeringsradet.no/>. Flere av medlemmene i ernæringsrådet har blitt intervjuet, har hatt kronikker og foredrag i 2016 (se vedlegg 1).

Vedlegg 1: Oversikt over rapporter, kronikker, intervjuer og foredrag ved Nasjonalt råd for ernæring i løpet av 2016¹

Rapport

Meltzer, Helle Margrete, Torheim, Liv Elin, Brantsæter, Anne Lise, **Madar, Ahmed**, Abel, Marianne Hope, Dahl, Lisbeth. Risiko for jodmangel i Norge. Identifisering av et akutt behov for tiltak. Oslo: Nasjonalt råd for ernæring 2015 77 s. IS-0591. http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2016/06/IS-0591_RisikoForJodmangeliNorge.pdf

Kronikk/innlegg

Aas, Anne-Marie, **Hjelmesæth, Jøran, Retterstøl, Kjetil, Torheim, Liv Elin** (2016). Hva skal kostråd ved diabetes baseres på? Dagens Medisin. 22.02.2016.

Arnesen, Erik, Hjelmesæth, Jøran, Retterstøl, Kjetil. Fettråd ikke basert på bløff. Vårt Land, 29.04.2016.

Intervju

Torheim, LE. En av fire vil kutte kjøttforbruket. Aftenposten, 05.01.2016

Torheim, LE. Hvilke brødskeer er de største kaloribombene? Aftenposten 11.01.2016

Arnesen, E. Mer salt i søt kjeks enn i flere typer potetgull. Aftenposten, 03.02.2016

Arnesen, E. Ti ting det er smart å vite om salt. Aftenposten, 07.02.2016

Hjelmesæth, J, Torheim, LE. Helseministeren mener du kan fylle egget med god samvittighet: - *Kos deg!* TV2, 09.03.2016

Hjelmesæth, J. - *Situasjonen i Norge er veldig alvorlig. Før røykte vi oss i hjel, nå spiser vi oss i hjel.* Dagbladet. 10.03.2016.

Torheim, LE. Egget er friskmeldt. DN.no, 17.03.2016

Hjelmesæth, J. Dette forslaget vekker oppsikt i Storbritannia. Sunnmørsposten, 12.04.2016.

Hjelmesæth, J. Vil merke mat med treningsikoner. Bergens Tidende, 13.04.2016

Hjelmesæth, J. -*Skam deg, tjukkas!* Stavanger Aftenblad, 14.04.2016

Arnesen, E. Må finne mer omega-3 til oppdrettslaksen. Adresseavisen, 22.04.2016

Arnesen, E. Sukker og konspirasjonsteorier. BraMat.no, 25.04.2016

Torheim, LE. Angriper kostfadese. Vårt Land, 24.05.2016

Presseoppslag i forbindelse med jodrapporten

Torheim, LE. Nordmenn trenger mer jod. NRK, 13.06.2016

¹ Medlemmer av ernæringsrådet i fet skrift.

- Torheim, LE.** Akutt behov for jod. NRK Hordaland, 13.06.2016
- Torheim, LE.** Ernæringsråd etter urovekkende rapport: - Drikk mer melk. Adresseavisen, 13.06.2016
- Torheim, LE.** Vi treng meir jod. Nynorsk Pressekontor, 13.06.2016
- Torheim, LE.** Urovekkende lavt inntak av jod blant gravide og ammende. Mammanett, 13.06.2016
- Torheim, LE.** Klart råd: - *Drikk mer melk.* Bergens Tidende, 14.06.2016
- Torheim, LE.** MELK GJØR DEG SMARTERE. Radio Haugaland, 14.06.2016
- Torheim, LE.** - *Drikk melk, spis yoghurt.* Aftenposten, 16.06.2016
- Torheim, LE.** Vi treng meir jod. Grannar, 16.06.2016
- Retterstøl, K.** Fet fisk kan lage farlige stoffer i tarmen. Forskning.no, 14.07.2016.
- Torheim, LE.** - *Krever mye kompetanse.* Romerikes Blad, 02.08.2016
- Torheim, LE.** Spiser ikke animalske produkter. Østlandets Blad Pluss, 03.08.2016
- Torheim, LE.** Økobarna. Dagens Næringsliv, 15.10.2016
- Retterstøl, K, Torheim, LE.** Så lite skal til for å senke et farlig høyt kolesterolnivå. Dagbladet Pluss. 31.10.2016
- Arnesen, E.** -*Vi vil så gjerne, men forvirres.* Kjøkkenskriveren, 12.12.2016
- Arnesen, E., Retterstøl, K, Torheim, LE.** Vær kritisk til disse fem diettene. ABC Nyheter, 28.10.2016.
- Arnesen, E.** Er frukt egentlig så sunt? Forskning.no, 08.10.2016
- Arnesen, E.** Maten som øker eller reduserer risiko for diabetes. Dagbladet Pluss, 18.06.2016
- Arnesen, E.** -*Spis deg friskere.* Dagbladet, 18.06.2016

Foredrag

- Meltzer, HM.** Hva er bærekraft? MEETEat-konferansen, 16.-17.03.2016.
- Arnesen, E.** Nyere metaanalyser om fettsyrer i kostholdet - grunn til å endre kostrådene? MEETEat-konferansen, 16.-17.03.2016.
- Vagstad, N.** Norske kostråd - skal de også favne bærekraft? MEETEat-konferansen, 16.-17.03.2016.
- Torheim, LE.** Nasjonalt råd for ernæring og Saltstrategien. Møte i NEFF, 28.04.2016
- Torheim, LE.** Hvordan legge til rette for sunne matvalg? NHO Mat og Drikkes årskonferanse. 19.05.2016.
- Torheim, LE.** Kan markedsføring av usunn mat være brudd på retten til mat? Fian Norges årsmøte, 10.05.2016.
- Torheim, LE.** Norwegian and Nordic dietary recommendations on fat – and trends and challenges. Fagseminar om fett, NOFIMA, 14.06.2016.
- Meltzer, HM.** Er jodmangel på fremmarsj i Norge? Presentasjon av jodrapporten. Fagseminar, Opplysningskontoret for meieriprodukter. 15.06.2016.
- Torheim, LE.** Ensuring nutritious diets in a climate constrained world. Side-event at the 43rd meeting of the Committee on World Food Security, Rome, 18.10.2016.