

Til
Helse- og omsorgsdepartementet

Fra
NOAH – for dyrs rettigheter
Dronningens gate 13
0152 Oslo
support@dyrsrettigheter.no

12.09.18

Innspill til ny folkehelsemelding

NOAH – for dyrs rettigheter ønsker med dette å komme med innspill til den nye folkehelsemeldingen. Vi ønsker å fremme behovet for et mer plantebasert kosthold, og hvilke virkemidler og tiltak som kan brukes for å oppnå dette.

Redusert kjøttforbruk bør være et mål

Kostholdsending mot mer plantebasert mat vil kunne gi store besparelser i helseutgifter på sikt. Rapporten «*Samfunnsgevinster av å følge Helsedirektoratets kostråd*» (2016) har beregnet gevinsten av å følge rådet om å spise mindre ferdigprodukter av kjøtt og mindre rødt kjøtt til omtrent 30 milliarder kroner i året. Gevinstene av et lavere kjøttforbruk kan altså gi lengre og friskere liv, mindre helse- og pleieutgifter, sykemeldinger og uføretrygd.

Myndigheter i Norge og internasjonalt oppfordrer til redusert kjøttforbruk og et mer plantebasert kosthold. Statistikk fra helsemyndighetene viser at over halvparten av nordmenn spiser for mye rødt kjøtt og bearbeidet kjøtt, og at 80 % av nordmenn spiser for mye mettet fett.¹ Meieriprodukter og rødt kjøtt er hovedkildene til mettet fett i et typisk norsk kosthold.²

Det er bred faglig enighet om at et mer plantebasert kosthold (kosthold med lavere andel kjøtt og fete meieriprodukter, og uten økt andel egg, og med større andel av matvarer fra planteriket som fullkorn, grønnsaker, frukt, nøtter og belgvekster) er mer helsefremmende enn et typisk vestlig kosthold. Helsedirektoratet har anerkjent at riktig sammensatt vegetarkost er helsefremmende og velegnet i alle livets faser. Kostråd nummer en i kunnskapsgrunnlaget til de norske offentlige kostråd anbefaler et hovedsakelig plantebasert kosthold.

Vegetarisk mat har mange fordeler for helsen, og er lett å gjøre både næringsrik og sunn. En annen grunn til å spise mindre kjøtt er at kjøtt ofte fortrenger svært helsebringende, plantebaserte matvarer. Ikke overraskende ser en derfor at svært mange studier viser gunstige helseeffekter av vegetarisk kost med tanke på redusert risiko for hjerte- og karsykdommer, lavere forekomst av flere kreftsykdommer, lavere forekomst av diabetes, mindre overvekt og

¹ Handlingsplan for bedre kosthold 2017 – 2021, side 13 og 9,
https://www.regjeringen.no/contentassets/fab53cd681b247bfa8c03a3767c75e66/handlingsplan_kosthold_2017-2021.pdf

² Utviklingen i norsk kosthold 2017 side 45,
<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1414/Utviklingen-i-norsk-kosthold2017-IS-2680.pdf>

fedme samt lavere risiko for å dø tidlig. Vegansk kost ser ut til å komme best ut av de vegetariske kostholdene.

Folkehelse-, landbruks- og klimapolitikken bør henge bedre sammen

Staten bør jobbe for at folkehelsepolitikk, landbrukspolitikk og klimapolitikk henger bedre sammen enn de gjør i dag.

Et stort problem i dag er at staten gir mange milliarder kroner i subsidier til produksjon av kjøtt og meieriprodukter, og langt mindre til produksjon av plantebasert mat. Et annet problem er at staten pålegger bønder gjennom omsetningsloven til å drive generisk reklame for kjøtt og meieriprodukter. Dette gjøres gjennom opplysningskontorene for egg og kjøtt, og for melk og meieriprodukter.

Å redusere kjøttforbruket er et av mest kostnadseffektive tiltakene enkeltpersoner kan gjøre for å redusere klimagassutslipp i Norge.³ Husdyrproduksjon er i dag ansvarlig for nærmere 14% av de norske klimagassutslippene - til sammenligning gir utslipp av et kilo CO₂-ekvivalenter rundt 500 gram protein fra erter og bønner, mens det bare gir 7 gram protein fra storfe kjøtt.⁴ I motsetning til mange andre klimatiltak antas kostholdsending mot mer vegetabilsk mat å kunne føre til kostnadsbesparelser i form av lavere utgifter til mat og lavere helseutgifter.

Mer planteproduksjon i Norge

De nylig publiserte landbruksrapportene og utredningsnotatene viser at norsk jordsmonn er godt egnet til å produsere langt mer plantebasert mat, slik som erter, bønner, kålvekster og rotgrønnsaker.⁵

I dag brukes 90 % av norsk dyrket jord til å dyrke husdyrfôr.⁶ I tillegg importerer vi 40-50 % av kraftfôret som brukes. I følge forskning fra Nord universitet kan vi øke selvforsyningen til 80 % dersom vi reduserer kjøttforbruket betydelig, og fokuserer på mer planteproduksjon på norsk jord.⁷

³ Miljødirektoratet. 2014. Kunnskapsgrunnlag for lavutslipp utvikling.

⁴ Gonzales et al. 2011. Protein efficiency per unit energy and per unit greenhouse gas emissions: Potential contribution of diet choices to climate change mitigation.

⁵ Mittenzwei, Milford, Grønlund. NIBIO, 2017. Utredningsnotat. Status og potensial for økt produksjon og forbruk av vegetabilsk matvarer i Norge. side 10 og 11, <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/2451799>

⁶ Regjeringen. Jordvern, <https://www.regjeringen.no/no/tema/mat-fiske-oglandbruk/jordbruk/innsikt/jordvern/jordvern/id2009556/>

⁷ Vangelsten, Effekt på selvforsyningsgrad og norsk jordbruk ved redusert konsum av kjøtt, <http://www.nordlandsforskning.no/getfile.php/1322698-1527755311/Bilder/Artikkelbilder/2017-Vangelsten-Mot%20et%20b%C3%A5re%20kraftig%20norsk%20matsystem-Effekt%20p%C3%A5%20selvforsyningsgrad%20og%20norsk%20jordbruk%20ved%20redusert%20konsum%20av%20kj%C3%B6tt.pdf>

NOAH foreslår følgende:

- 1) Gjøre landbruksministeren og regjeringsfraksjonen i helse- og sosialkomiteen på Stortinget oppmerksom på at regjeringens forslag om å legge ned opplysningskontorene for egg og kjøtt, og for melk og meieriprodukter, er svært positivt for folkehelsen, og be om at de fortsetter å jobbe for dette. Opplysningskontorene for frukt, grønt og brød kan i stedet suppleres med et næringsuavhengig opplysningskontor for mat og helse, som også kan formidle opplysning om matens påvirkning på helse, dyr og miljø i sin informasjon.
- 2) Øke og fremme kunnskap om plantebasert kosthold for befolkningen generelt. For at produsenter og forbrukere skal kunne ta bevisste valg må man øke kunnskapsgrunnlaget om matproduksjon, matkvalitet og sammenhengen mellom mat og helse.
- 3) Oppfordre kommunene til å sette mål for reduksjon av kjøttkonsumet ved offentlige institusjoner. Det kan gjøres dels ved å redusere mengden kjøtt per porsjon (og i stedet ha mer grønnsaker/belgvekster i porsjonen), dels ved å ha en mer variert meny, med flere retter uten kjøtt.
- 4) Påbud om valgfrihet, inkludert vegetariske valg i alle offentlige kantiner. Både helse- og miljømyndighetene anbefaler redusert kjøttforbruk, myndighetene bør legge til rette for at disse anbefalingene kan følges på offentlige spisesteder. Valgfrihet burde ikke være en rettighet forbeholdt de som vil spise kjøtt, men også for de som ikke kan eller vil spise kjøtt av etiske, religiøse, helsemessige eller miljømessige årsaker.
- 5) HOD og Eldre- og folkehelseministerens stabb bør informere offentligheten og påpeke at kjøttkonsumet bør ned og at landbrukspolitikken må harmoneres med rådene til Ernæringsrådet/Helsedirektoratet, noe som ikke er tilfelle i dag.
- 6) Landbrukspolitikken bør gjennomgås, der målet er å kartlegge hvordan norsk landbruk kan endres til å produsere mer plantebasert mat.

Vennlig hilsen

NOAH – for dyrs rettigheter

v/ Malin Prytz, fagmedarbeider i vegetarkampanjen