

Innspill til Folkehelsemeldingen 2019

fra Nasjonalt råd for ernæring

Vi takker for anledningen til å komme med innspill til den nye folkehelsemeldingen.

Kostholdet i den norske befolkningen har på flere områder gått i riktig retning: Inntaket av sukker har gått ned, og inntaket av frukt og grønnsaker har gått opp. Samtidig er det noen utviklingstrekk som går i feil retning, som et økende inntak av kjøtt og synkende fiskeinntak. Kostholdet er fortsatt preget av for høyt inntak av mettet fett, sukker, salt og kjøtt og for lavt inntak av frukt, grønnsaker og fisk. Det er store sosio-økonomiske forskjeller i kostholdet mellom ulike grupper, som bidrar til de store sosiale helseforskjellene i befolkningen. Denne utfordringen er også pekt på i tidligere stortingsmeldinger.

Det er satt i gang flere tiltak som kan bedre kostholdet og derved helsetilstanden i den norske befolkningen dersom gjennomføringen er vellykket, eksempelvis intensjonsavtalen med næringslivet. Helsedirektoratet har også utarbeidet en rekke retningslinjer, som gjelder kosthold i barnehage, skole/SFO og helseinstitusjoner.

Nasjonalt råd for ernæring mener det fortsatt er et stort potensial for å bedre kostholdet i ulike grupper av samfunnet og derved bedre folkehelsen. Under skisserer vi fire innspill med konkrete tiltak som vi mener bør iverksettes.

Innspill 1: Iverksette prisvirkemidler for å bidra til redusert inntak av sukker, salt, mettet fett og energirike matvarer, samt økt inntak av frukt og grønnsaker

En rekke forskningsrapporter og -oppsummeringer viser at økte skatter på usunne matvarer og subsidier på sunne produkter som frukt og grønnsaker kan være effektivt for å forbedre matvaner og derigjennom helse

Prisvirkemidler vil kunne bidra til å dreie kostholdet i en sunnere retning og samtidig redusere de sosiale forskjellene i kosthold. Inntektene fra en slik avgift bør øremerkes forebyggende tiltak.

Beregninger gjort i en rekke ulike settinger viser at en avgiftsomlegging kan ha potensielt stor betydning for folkehelsen og i tillegg være samfunnsøkonomisk lønnsomt. Økt avgift på sukkerholdig brus er innført i en rekke land, deriblant Storbritannia, Mexico og flere stater i USA (se <http://www.wcrf.org/int/policy/nourishing-framework/use-economic-tools>). Den norske avgiften på sukkervarer bør gjøres mer målrettet ved å knyttes opp til varens innhold av sukker og ikke inkluderer varer med søtningsmidler.

Innspill 2: Sikre bedre mattilbud i barnehage, skole, SFO og på helseinstitusjoner

Helsedirektoratet har utarbeidet gode retningslinjer for mat og måltider i barnehage, skole og SFO og i helseinstitusjoner. Utfordringen er at disse retningslinjene i liten grad er kjent og de vektlegges i altfor liten grad. Det bør stilles større krav til at mat og måltider er i tråd med retningslinjene på alle arenaer. Kommunene har ifølge Folkehelseloven det primære ansvaret for å fremme god helse i befolkningen og herunder må det være et krav om å sørge for god og sunn mat i tråd med retningslinjene. Barnehage og skole er blant de viktigste folkehelsearenaene og dette må tas på alvor av kommunene.

Vi foreslår følgende:

- Både staten og kommunene tar større ansvar for å sikre at maten som serveres i barnehager er variert og sunn, inngår som del av det pedagogiske opplegget og er i tråd med retningslinjene for mat og måltider i barnehager. Dette krever prioritering, ressurser og kompetanseoppbygging.
- Gratis skolefruktordning gjeninnføres i hele grunnskolen. Flere undersøkelser har dokumentert at ordningen med gratis frukt og grønt medførte et signifikant økt inntak av frukt og grønt, reduserte inntak av usunn snacks og virket sosialt utjevne. Det er også holdepunkter for at effekten varte over flere år og at tiltaket bidro til å redusere overvekt. Gjeninnføring av gratis frukt og grønnsaker i skolen vil med høy sannsynlighet bidra til et økt inntak, særlig blant elever som i utgangspunktet har et lavt inntak, og dette vil ha stor betydning for folkehelsen på både kort og lang sikt.
- Innføring av et gratis eller sterkt subsidiert daglig skolemåltid. Jo eldre barna blir, jo flere er det som ikke spiser frokost eller har med matpakke, og det er en sterk sosial gradient. Det å tilby et sunt og næringsrikt måltid på skolen vil kunne ha en sosialt utjevne effekt.
- Skoleeierne kvalitetssikrer mattilbudet på ungdomsskoler/videregående skoler. Det forventes tilbud av frukt, grønnsaker, grovt brød med pålegg og hvit melk, og at usunne matvarer unngås.
- Forskriftsfeste at offentlig sektor skal ivareta ernæringshensyn i tråd med kostrådene i anbudsutlysninger for mat og drikke, ved å følge ernæringskriteriene fra Helsedirektoratet.

Innspill 3: Sikre bedre ernæringskompetanse i kommunene.

I Norge er det svært få kommuner som har ansatt personer med ernæringskompetanse. Samtidig er det tydelig at satsing på bedre kosthold og ernæring i mange kommuner i stor grad er basert på enkeltindividets initiativ («ildsjelder»). For å sikre godt og systematisk ernæringsarbeid i alle kommuner, bør det ansettes personer med ernæringsutdanning. Vi foreslår et prøveprosjekt som følges opp med forskning, hvor det i utvalgte kommuner ansettes både en ernæringsutdannet person som kan jobbe med helsefremmende og forebyggende ernæringsarbeid, for eksempel en person med bachelor i ernæring og master i samfunnsnærings eller i folkehelsearbeid samt en person utdannet som klinisk

ernæringsfysiolog (Kef). Kef vil ha kompetanse til å arbeide med kliniske problemstillinger som også er relevante for folkehelsen, som oppfølging av pasienter med fedme, diabetes type 2, hjerte- og karsykdom. Kef vil også kunne følge opp eldre og syke som er utskrevet fra sykehus, men som fortsatt har behov for ernæringstiltak i kommunen. Forskjellen mellom de to typene ernæringskompetanse har tidligere ikke kommet bra nok frem i Folkehelsemeldinger og offentlige dokumenter, og vi mener det bør presiseres at kommunene trenger både personer med utdanning i klinisk ernæring og i samfunnsernæring og/eller folkehelse kombinert med ernæring.

Innspill 4: Sikre at tiltak for å bedre helse og ernæring er tilpasset minoriteter

Hvordan Norge skal løse utfordringer knyttet til migrasjonshelse, er et stadig viktigere tema i tiden som kommer. Vi foreslår derfor at alle tiltak som har mål å redusere sosiale ulikheter i helse og ernæring, kvalitetssikres slik at de også når innvandrere på en adekvat måte. Det er nødvendig at informasjonskampanjer tilrettelegges for innvandrerbefolkningen og at det utvikles egne kampanjer og tiltak for å opplyse innvandrerbefolkning om betydningen av kosthold for helse.