

Sundere mad hele livet

Mad og måltider på den
sundhedspolitiske dagsorden

Sundere mad hele livet

Sundere mad hele livet

Der er behov for at gennemføre et paradigmeskifte. Maden og måltidet skal ikke ses som en serviceydelse, men som en integreret del af sundhedslovgivningen og være et aktivt og prioriteret virkemiddel i forhold til danskernes sundhed og velfærd.

Landbrug & Fødevarer ønsker at være en aktiv medspiller på det sundhedspolitiske område.

Hos Landbrug & Fødevarer vil vi sætte fokus på måltidet og velfærd. Vi vil sætte maden i centrum for politikker og indsatser rettet mod borgernes sundhed. Maden og måltidet skal tænkes ind som en del af løsningen, når vi taler sundhedsfremme, forebyggelse, behandling og rehabilitering af alle borgere i Danmark.

Adm. direktør
Anne Lawaetz Arhning



Sundere mad hele livet

Presset på sundhedsvæsenet bliver massivt de kommende år. Prognoser viser, at vi ser ind i en fremtid med behandlingsbehov, som vi ganske enkelt ikke har råd til. Den gode nyhed er, at mange af sygdommene kan forebygges. Men det kræver, at vi har viljen til at sætte mad og måltider højt på den sundhedspolitiske dagsorden.

Over halvdelen af danskerne er i dag overvægtige. Med overvægt og usunde kostvaner følger en markant stigning i sygdomme som diabetes, kræft, hjertekarsygdomme, knæ- og hofteproblemer og øget risiko for depression. Samtidig er alt for mange ældre danskere underernærede og får ikke det rette brændstof til at komme over sygdom.

Både over- og underernæring koster danskerne gode leveår, og det koster i kroner og ører. Derfor har vi ganske enkelt ikke råd til at lade mad og måltider spille en så perifer rolle i sundhedspolitikken, som den gør nu. Der er behov for en markant og konsekvent indsats for bedre mad og måltider; både i barndommen og i alderdommen. For mad stiller ikke bare sulten.

Mad og måltider er centrale områder, der både kan være med til at styrke velfærden for borgerne gennem fælles relationer og livskvaliteten hos den enkelte dansker. Råvarer af god kvalitet og sund mad er en af hjørnestenene, der kan være med til at

skabe et langt og godt liv. Gode og sunde madvaner kan også være med til at bekæmpe ulighed i sundhed.

Mad bidrager til sundhed, livskvalitet, selvværd og fællesskab. I Danmark har vi en fødevarerklunge, der er verdensmestre i kvalitetsfødevarer og innovation. Og vi har alle forudsætninger for at gøre mad og måltider til en sundhedsfremmer fremfor en sundhedshæmmer.

Landbrug & Fødevarer har allerede et stærkt fokus på mad, måltider og velfærd. Vi vil sætte maden i centrum og være en aktiv medspiller på det sundhedspolitiske område. Vi er allerede engageret i at udvikle sunde og bæredygtige fødevarer, til gavn for borgere både i Danmark, i det Europæiske samarbejde og på globalt plan - vi er bl.a. engageret i EU's sundhedsplatform. Landbrug & Fødevarer og vores medlemmer er stærkt optaget af at, de fødevarer, der produceres i Danmark, er både sunde og sikre.

Vi støtter aktivt op om FN's verdensmål, hvor vi i forhold til sundhedspolitik forstår vigtigheden af mål nr. 2 "Stop sult, opnå fødevarer sikkerhed og forbedret ernæring og støt bæredygtigt landbrug" og mål nr. 3 "Fremme sundhed og trivsel for alle i alle aldre".

Sundere
mad hele
livet

Danmark er verdensmestre i at producere sunde og sikre fødevarer, og nye studier viser, at når du spiser efter kostrådene, så spiser du også klimavenligt. Problemer knyttet til mad og sundhed er meget forskellige afhængigt af, hvor i verden man befinder sig. Uanset om det handler om adgang til sikker og næringsrig mad, eller at der er lidt for let adgang til energitætte fødevarer, er Landbrug & Fødevarer indstillet på at engagere sig i løsningerne.

Mad som en sundhedsydelse

Der er behov for at gøre mad og måltider til en integreret del af sundhedsloven, så vi på tværs af sektorer betragter kosten som et aktivt og prioriteret virkemiddel. I dag træffes sundhedspolitiske beslutninger i kommuner og regioner i vidt omfang uden, at man forholder sig til en helt grundlæggende forudsætning for et sundt og langt liv; en varieret og balanceret kost.

Værdien af mad og måltider bør derfor indgå som et centralt parameter i den lokale beslutningstagning om sundhed og forebyggelse. Politikere i både stat, regioner og kommuner bør stille sig selv spørgsmålet: Hvilket potentiale er der for folkesundheden i, at vi tænker mad og måltider ind i de enkelte beslutninger?

Maden og måltidet skal indgå som en del af løsningen, når vi taler forebyggelse, sundhedsfremme, behandling og rehabilitering af alle borgere i Danmark.

Mad, holdninger og evidens

Der er behov for at give en stemme til sund fornuft og evidens. Kosten er blevet en værdipolitisk slagmark, der alt for ofte udkæmpes på et bagtæppe af pseudovidenskab, følelser og meninger fremfor forskning. En undersøgelse i Danmark, Finland, Sverige, Storbritannien, Holland og Tyskland viser, at ingen søger så meget viden om kost på de sociale medier som danske unge. Samtidig tror kun halvdelen af danskerne på rigtigheden af De officielle Kostråd.

Konkrete indsatser

Landbrug & Fødevarer har identificeret tre områder, hvor vi mener, der bør gøres en ekstra indsats, da de områder har særlig stor betydning for den danske befolknings tilgang til mad, måltider og sundhed.

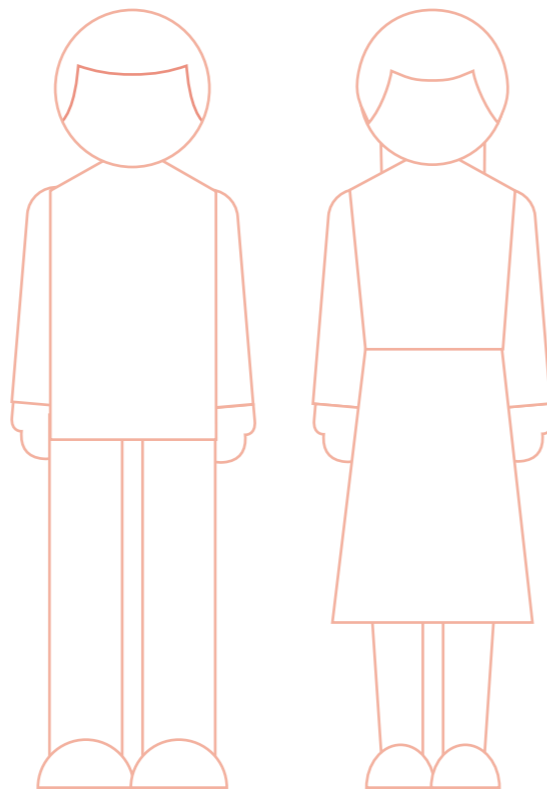
- Evidens som grundlag for viden om sundhed og mad
- Børns sundhed
- Ældres sundhed



Evidens som grundlag for viden om sundhed og mad

Fødevare- og sundhedsmyndigheder bliver dagligt udfordret af kommunikationen på fx SoMe om kostregimer, 'super-foods' og mad, der bliver udråbt til enten at kunne helbrede eller forårsage konkrete sygdomme. Det er helt legitimt at have en holdning til mad, men debatten kan i værste fald vildlede, avle madfrygt eller dårlig samvittighed. Konsekvensen kan være, at mange får et akavet forhold til mad. Landbrug & Fødevarer mener derfor, at der skal fokus på kritisk tænkning og evidens, som forudsætninger for kommunikation om sundhed og for håndtering af egen sundhed.

De officielle Kostråd omfatter alle fødevarergrupper, fordi de hver især bidrager med forskellige essentielle næringsstoffer. Så mens den offentlige debat i vidt omfang handler om at udelukke hele fødevarergrupper eller naturlige indholdsstoffer i fødevarer, er der et voksende behov for, at vi også kan tale om de gode ting, der er ved mad og måltider.



Landbrug & Fødevarer mener:

Myndighedernes rolle som garant for evidens og viden om fødevarer og sundhed skal styrkes

Myndigheder som Fødevarestyrelsen og Sundhedsstyrelsen skal arbejde for en øget tillid til kost og ernæringsråd, samt indtage en mere proaktiv rolle i den offentlige debat. Landbrug & Fødevarer understøtter myndighedernes indsats ved også påtage sig ansvar for at sætte ind med evidensbaseret oplysning over for myter og usandheder, når de opstår på de sociale medier.

Det skal være lettere at vælge sunde fødevarer

Landbrug & Fødevarer opfordrer til en udvikling af Nøglehullet (et officielt ernæringsmærke, der gør det nemt for forbrugerne at vælge sundere fødevarer), så det også gøres muligt for forbrugerne at gennemskue, hvilke produkter, der er tæt på at opnå Nøglehulsmærket. Nøglehullet skal ikke begrænse udviklingen af nye, sunde fødevarer men der er brug for en dynamisk udvikling af kriterierne for Nøglehullet for at sikre, at der løbende udvikles en produktportefølje, der indeholder flere fibre, mindre fedt samt mindre tilsat sukker og salt.

Mere forskning i kostvaner og sundhedsrisici

Vi skal blive klogere på konsekvenserne af konkrete kostvalg og ernæringstrends. Der skal eksempelvis forskes i, hvilken sundhedsmæssig betydning det har at udelukke hele fødevarergrupper fra kosten. Forskerne bør også se på kostens indflydelse på udvikling af sygdomme fx i forhold til udvikling af diabetes og osteoporose. Et andet område, hvor der mangler forskning, er, hvorvidt kostvaner fra barndommen videreføres i voksenlivet.

Sundere
mad hele
livet

Børns sundhed

I dag er ca. hvert femte barn overvægtigt, og det halter med den mentale trivsel. Især de lidt ældre skolebørn springer ofte morgenmad og frokost over, der bliver ikke spist tilstrækkeligt frugt og grønt, sukkerindtaget overstiger det anbefalede, og skoledagen er domineret af stillesiddende aktiviteter. Børns sundhed bør grundlæggende håndteres i hjemmet. Det ændrer dog ikke på, at op imod 75 pct. af hverdagens måltider spises udenfor hjemmet. Kommuner bør arbejde mere målrettet og ambi-

tiøst på at skabe tilbud og rammer, der understøtter børns sundhed og trivsel i såvel daginstitutioner som gennem mad og måltider.

Når der fra politisk hold er sat mål for læring og uddannelse, er det vitalt, at rammerne, der understøtter børns læring, følger med. Vi tror på sandsynligheden af, at sunde kostvaner i barndommen føres videre ind i voksenlivet og er afgørende for at forebygge helbredsproblemer og alvorlig sygdom senere i livet.

Omkring

75 %

af hverdagens
måltider spises
udenfor hjemmet

Landbrug & Fødevarer mener:

Alle kommuner skal udarbejde en aktiv mad- og måltidspolitik i forhold til børns sundhed

Mange kommuner har ikke en mad- og måltidspolitik. Mad- og måltidspolitikken skal være et aktivt redskab, idet kommunerne både skal sørge for, at mad og måltidspolitikken kommunikeres til den enkelte institution, at der sættes mål for børns sundhed i daginstitutioner og skoler, og at der sker en opfølgning på indsatsen.

Tilskudsordning for mælk, frugt og grønt i institutioner og morgenmadspulje til skoler i udsatte områder

Der skal etableres en ny tilskudsordning, som når endnu bredere ud end de aktuelle EU-ordninger, og som introducerer børn for sunde madvaner i daginstitutioner og skoler. Landbrug & Fødevarer opfordrer også til, at der etableres morgenmadspuljer til skoler i udsatte boligområder.

Spisepausen skal opprioriteres i spisevenlige miljøer på skolerne

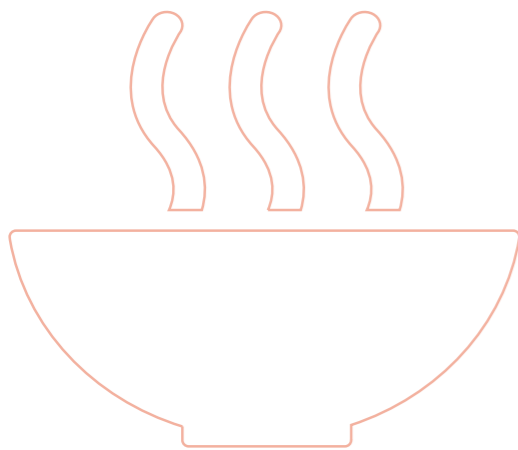
Mange steder er spisepausen nedprioriteret. Landbrug & Fødevarer opfordrer til, at skoler og kommunerne opprioriterer spisepausen og etablerer spisevenlige rammer.

Ældres sundhed

Mange ældre klarer sig godt, spiser god mad, dyrker fritidsinteresser og har samvær med andre og en høj livskvalitet. Andre ældre har mistet appetitten, har svært ved at få købt ind og laver ikke længere mad.

Der er derfor brug for at se på ældres sundhed med udgangspunkt i den enkeltes livssituation. Alderdommen er karakteriseret ved, at der sker store forandringer både fysiologisk og socialt; fx træder mange tilbage fra arbejdsmarkedet og går på pension, nogle oplever desværre at miste sin ægtefælle eller at blive ramt af sygdom.

Der er brug for en mere målrettet indsats over for ældre menneskers mad- og måltidsvaner, sundhed og livskvalitet.



Mange sygdomme kan forebygges gennem kosten

På ældreområdet har kommunerne i samarbejde med regionerne og de praktiserende læger en enestående platform for at fremme ældre menneskers sundhed i et stærkt samarbejde med den enkelte borger, familie og nærtstående.

Der er heldigvis flere eksempler på, at kommunerne er godt i gang, typisk i forbindelse med udarbejdelse af konkrete sundhedstilbud til ældre mennesker, men også i forhold til konkrete samarbejder med regionerne om bl.a. kost til ældre, der udskrives fra hospitalerne. Også på hospitaler er der gennemført forskningsprojekter med fokus på patienternes madoplevelse og ernæring, både under og efter indlæggelse.

Sundere
mad hele
livet

Landbrug & Fødevarer mener:

Sundheds-, køkken- og plejefaglige uddannelser skal omfatte læring om mad, måltider og ernæring

Det er vigtigt, at relevante faggrupper som fx plejepersonalet har den faglige viden og de kompetencer, der gør dem i stand til at handle på ældre menneskers mad- og måltidsvaner, herunder understøtte ældre menneskers håndtering af egen sundhed.

Ernæringsvurdering ved visitation til hjemmepleje, plejehjem og ved indlæggelse/udskrivelse af ældre

Landbrug & Fødevarer opfordrer til, at der stilles krav om en vurdering af den enkeltes ernæringstilstand for at undgå, at u hensigtsmæssig ernæring overses.

Madkasser på recept

Landbrug & Fødevarer følger det treårige projekt 'De gode madkasser', der målretter måltidskasser til ældre med særlige behov. Det kan fx være til ældre, der i forbindelse med et genoptræningsforløb har brug for proteinrige måltider som forudsætning for at kunne genoptrænes. Lever resultaterne af projektet op til forventningerne, bør projektet udvides til flere kommuner.

Det danske fødevarerhverv har en vision om at være klimaneutralt i 2050. Sammen med vores medlemmer fra landbruget, fødevarer- og agroindustrien, vil vi vise, at der findes en økonomisk bæredygtig vej til en klimaneutral fødevarerproduktion. Som repræsentant for hele fødevarerklyngen med 186.000 beskæftigede og en eksport på 166 milliarder, repræsenterer vi en værdikæde med tyngde og vilje til at finde løsninger på verdens klimaudfordringer i tæt samspil med resten af Danmark.



Landbrug & Fødevarer
Axelborg, Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000
E info@lf.dk
W www.lf.dk

3 SUNDHED
OG TRIVSEL

