

24. maj 2016

Axelborg, Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000 E info@lf.dk
F +45 3339 4141 W www.lf.dk

Danskerne er i tvivl om sundhedsværdien af mælk og mejeriprodukter

De officielle kostråd fra Sundhedsstyrelsen råder os til at drikke mælk og spise mejeriprodukter hver dag. Men noget tyder på, at der blandt danskerne er skepsis og tvivl om mælk og mejeriprodukters sundhedsværdi.

Highlights:

- Der er blandt danskerne delte meninger om, hvorvidt man skal spise og drikke mere eller mindre mælk og mejeriprodukter, hvis man ønsker at leve sundere. 37 pct. ville spise flere mejeriprodukter, 32 pct. ville spise mindre og hele 31 pct. er i tvivl.
- Der har ligeledes været spurgt særskilt til ost, og her svarer hele 42 pct., at de ville spise mindre, mens 25 pct. ville spise mere og 33 pct. er i tvivl.
- Tvivlen om mejeriprodukters sundhedsværdi kan måske til dels forklares med, at der i kategorien er meget store forskelle i fedtprocenterne. Men det er også muligt, at uenigheden afspejler mangfoldigheden af kure og kostmodeller, der sår tvivl om mejeriprodukters rolle i kosten. Det er især kvinder, der er skeptiske over for mejeriprodukter og hele 42 pct. kvinder i undersøgelsen har inden for det seneste år været på en form for kur eller spist efter en kostmodel, mens det samme kun gør sig gældende for 30 pct. af mændene.

For nogle fødevarer-grupper er danskerne ikke i tvivl...

Kun 14 pct. svarer, at de har svært ved at skelne sundt fra usundt

I en ny undersøgelse har Landbrug & Fødevarer spurgt danskerne om deres opfattelse af forskellige drikke- og fødevarers sundhedsværdi. Blot 14 pct. danskere svarer, at de generelt har svært ved at skelne sundt fra usundt, så de fleste danskere oplever altså, at de har styr på, hvad man skal spise for at leve sundt. Og kigger vi specifikt på spørgsmålet om, hvilke drikke- og fødevarer man ville spise hhv. mere eller mindre af, hvis man ønskede at leve sundere, er der da også en del kategorier, hvor der ikke lader til at herske megen tvivl blandt danskerne. For eksempelvis kategorien 'slik, chokolade og chips' er der bred enighed om, at dette er noget, man skal begrænse sit indtag af, hvis man ønskede at leve sundere. Der hersker heller ikke megen tvivl om, at man skal spise flere friske grøntsager, hvis man ønskede at leve sundere.

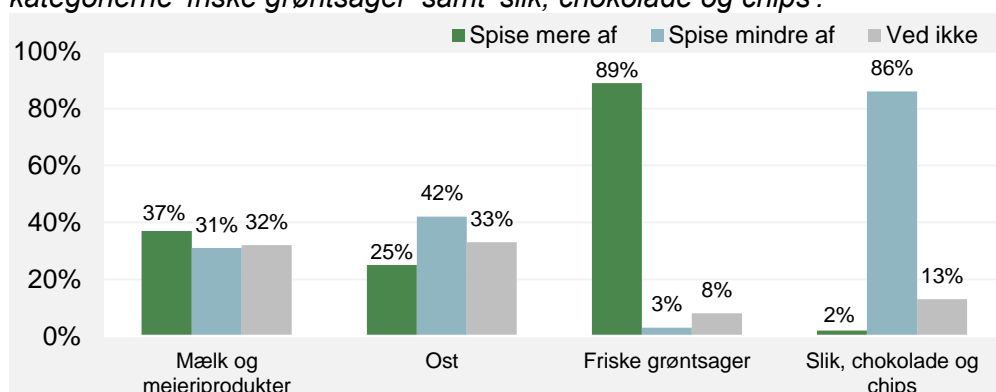
...Gælder det mejeriprodukter, er der derimod stor uenighed

Spørger vi derimod danskerne, om de vil indtage mere eller mindre af mælk og mejeriprodukter, hvis de ønskede at leve sundere, så hersker der en stor tvivl og skepsis blandt de danske forbrugere. På listen har ost været skilt ud og spurgt ind til særskilt, hvor 'mælk og mejeriprodukter' dermed favner resten af mejeriprodukterne. Her svarer blot 37 pct., at de ville spise mere af mælk og mejeriprodukter, mens hele 31 pct. svarer, at de ville spise mindre.

For ostens vedkommende svarer blot 25 pct., at de ville spise mere, mens hele 42 pct. ville spise mindre. For begge kategorier er der lige under en tredjedel, hhv. 31 pct. og 32 pct. der svarer 'ved ikke' og dermed er i tvivl, om de ville spise mere eller mindre for at leve sundere.

Noget tyder altså på, at der er skabt en generel forvirring netop omkring især mælk og mejeriprodukters sundhedsværdi blandt danskerne, så der bliver tæt på en tredeling mellem de, der mener, at mælk og mejeriprodukter bidrager til sundheden, de, der mener at mejeriprodukter ikke bidrager til sundheden samt de, der er i tvivl. En splittelse blandt danskerne, som man til sammenligning netop ikke ser for eksempelvis ved friske grøntsager og slik:

Fig. 1: Sammenligning af 'mælk og mejeriprodukter' samt 'ost' med kategorierne 'friske grøntsager' samt 'slik, chokolade og chips':



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, marts 2016, base total 1022

Spørgsmål: Hvis du ønskede at leve sundere, hvilke drikke- og fødevarer ville du spise/drikke mere af og hvilke ville du spise/drikke mindre af? NB: Udpluk af kategorier ud fra en lang liste føde- og drikkevarer.

32 pct. af danskerne tvivler på sundhedsværdien af mælk og mejeriprodukter.

Hvor blot 8 pct. svarer, "ved ikke" til om de ville spise flere eller færre friske grøntsager, tegner der sig dermed til sammenligning et billede af, at fire gange så mange er i tvivl om mælk og mejeriprodukters sundhedsværdi, hvor hele 32 pct. svarer "ved ikke".

Det er især kvinder, der er i tvivl om eller skeptiske over for mejeriprodukters sundhedsværdi. Hele 34 pct. af kvinderne svarer, at de ikke ved, om de ville spise/drikke mere eller mindre af mælk og mejeriprodukter, hvis de ønskede at leve sundere, mens det samme gør sig gældende for 29 pct. af mændene. Omvendt vil 39 pct. af mændene spise/drikke mere mælk og mejeriprodukter, hvis de ønskede at leve sundere, mens blot 34 pct. af kvinderne svarer det samme. For ostens vedkommende vil især kvinder spise mindre. 45 pct. af kvinderne svarer, at de ville spise mindre ost, hvis de ønskede at leve sundere, mens det samme gør sig gældende for 39 pct. mænd. Omvendt ville blot 22 pct. kvinder spise mere ost, mens det for mænds vedkommende er 27 pct..

En mere individualiseret opfattelse af sundhed kan være forklaringen.

En mulig forklaring på de forskellige opfattelser af sundhedsværdien af mælk og mejeriprodukter kan være, at der indenfor mælk og mejeriprodukter findes meget store forskelle i fedtprocenterne. F.eks. er der stor forskel på smør, piskefløde og skyr, hvor alle tre typer jo er omfattet af betegnelsen mælk og mejeriprodukter. Dette ændrer dog ikke ved, at der er store forskelle blandt befolkningen i deres opfattelse af sundhedsværdien af mælk og mejeriprodukter. Uenigheden blandt danskerne om, hvorvidt mejeri-

produkter er sunde eller ej kan være et udtryk for, at sundheden er blevet meget individualiseret, og danskerne oftere sammensætter deres kost ud fra egne opfattelser af sundt og usundt frem for at følge sundhedsstyrelsens anbefalinger.

Forskellige kure og kostmodellers udelukkelse af mejeriprodukter samt debatter i det offentlige rum om mejeriprodukters sunde egenskaber eller mangel på samme kan være det, der kommer til udtryk i denne forskel i opfattelser, som vi ser i denne undersøgelse. Det faktum, at især kvinder er i tvivl eller ligefrem skeptiske over for mejeriprodukter, kan måske netop forklares ud fra, at de også er den gruppe, der oftere gennem forskellige kure og kostmodeller forsøger at leve et sundere liv. I hvert fald svarer hele 44 pct. af kvinderne, at de inden for det seneste år har spist efter en kur eller kostmodel. For mænds vedkommende er det 30 pct. Og hvor grønt-kategorien har kronede dage som en fødevarergruppe, der betragtes som særligt sund i en tid, hvor sundhed er på alles læber, har mælk og mejeriprodukter som kategori omvendt en udfordring med at overbevise danskerne om de mange sunde og næringsmæssige egenskaber.

Metode:

Data er indsamlet af Norstat for Landbrug & Fødevarer blandt 1022 repræsentativt udvalgte danskere i marts 2016.



Landbrug & Fødevarer

Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000
F +45 3339 4141

E info@lf.dk
W www.lf.dk

Yderligere kontakt

Nina Preus
Marianne Gregersen

3339 4674 npre@lf.dk
3339 4677 mgr@lf.dk