

INNSPILL TIL HANDLINGSPLAN FOR BEDRE KOSTHOLD

Forbrukerrådet mener det er behov for å gjøre det enkelt å ta sunne og gode matvalg både i dagligvarehandelen, i barnehage og skole. Offentlige institusjoner må ha fokus på matens betydning for helse og trivsel.

Bedre kosthold for alle

Usunt kosthold er hovedårsaken til for tidlig død i Norge, ifølge Folkehelseinstituttet. Selv om norske forbrukere er godt kjent med kostrådene, får vi i oss for mye fett, sukker og salt.

Forbrukere ønsker å ta opplyste valg og mange ønsker å spise sunnere. Da er det viktig å både redusere markedsføringspresset og få informasjon om næringsinnhold presentert på en enkel og forståelig måte. For matindustrien representerer barn og unge viktige markedssegmenter.

Underernæring er et stort problem blant eldre brukere av kommunens tjenester. Helsedirektoratets tall fra 2009 anslår at inntil 60 prosent av disse er underernærte eller i en ernæringsmessig risikosone. Underernæring og feilernæring fører også med seg en rekke andre problemer som økt fare for infeksjoner og andre sykdommer, nedsatt funksjonsevne, slapphet, depresjon, samt lengre rekonvalesens, større pleietyngde og økte medisinske kostnader.

Markedsføring av usunn mat

Barn og unge er forbrukere med betydelig og stor kjøpekraft og i tillegg til å gjøre egne innkjøp påvirker de husholdningene øvrige innkjøp. Ny teknologi og sosiale medier har bidratt til at det finnes et stort spekter av kanaler som brukes for å forsøke å påvirke barn og unges kjøpsvaner.

Gjeldende retningslinjer gir for stor frihet i å markedsføre produkter mot barn og unge. Utfordringen med MFU sine retningslinjer er at de ikke er strenge nok da de ikke inkluderer emballasjeutforming, hylleplassering og sponsing.

Forbrukerrådet mener at det bør gis overordnede føringer for hva man legger vekt på i helhetsvurderingen der både hylleplassering, emballasje og sponsing inngår i vurderingen. I vurderingene må det også ta mer høyde for i hvilken grad markedsføringen faktisk treffer barn og unge selv om den ikke spesifikt er rettet mot barn og unge.

Viktigheten av merking

I en undersøkelse som Forbrukerrådet gjennomførte i 2014¹ fremkommer det at mange har problemer med å tolke næringsdeklarasjonen og mangler kunnskap om hva som er mye salt, sukker og fett. Det er derfor viktig å styrke kunnskap om kosthold overfor barn og unge i både barnehage og skole. For Forbrukerrådet er det viktig at merkingen raskt gir god forståelse av hva maten inneholder. Det betyr at den ernæringsmessige informasjonen må plasseres på forsiden av produktet og at dagens næringsdeklarasjon suppleres med et fortolkende redskap eller en form for negativ merking

¹ <http://www.forbrukerradet.no/wp-content/uploads/2015/10/Kvalitativ-unders%C3%B8kelse-om-matmerking-april-2014.pdf>



av usunne produkter. Gradert fargekoding av de enkelte næringsstoffene er i mange studier vist å være en effektiv merkeordning, og vil innebære en form for negativ merking av usunn mat og drikke.

Matomsorg

Matomsorg utgjør en vesentlig del av det kommunale pleie- og omsorgstilbudet. Til tross for at god matomsorg og oppfølging av ernæringsstatus er godt forankret i lover og forskrifter for omsorgstjenester, ser vi klare mangler og utfordringer. Selv om det finnes veiledere til hvordan arbeidet bør struktureres, organiseres og følges opp, følges ikke disse i praksis.

Underernæring av eldre

Underernæring, mangelfull kartlegging og oppfølging av ernæringsstatus samt mangelfull integrering av ernæring i det helhetlige behandlingstilbudet koster oss som samfunn mye unødig lidelse og uante beløp, mest sannsynlig milliarder av kroner over få år.

Økonomiske incentiver

Vi trenger også økonomiske incentiver som understøtter sammenhengende innsats. Ikke isolere dette til enten et statlig eller kommunalt problem. Utrekninger i Danmark viser at underernæring årlig koster den offentlige sektor 6 mrd DKK. 1,5-2 mrd DKK kan spares ved en målrettet behandlingsinnsats².

Mat- og måltidspolitik

En viktig suksessfaktor for et bedre måltidstilbud er den politiske forankringen i kommunen. Politisk enighet om at maten er et bevisst satsningsområde, må ligge til grunn for en god matomsorg for i kommunene. Socialstyrelsen i Danmark har i sin nasjonale handlingsplan for måltider og ernæring anbefalt at alle kommunestyre utarbeider en mat- og måltidspolitik. Den bør inneholde klare målbare mål, retningslinjer for hvordan den løpende innsatsen skal følges opp.

Rammeavtaler

Mange kommuner har rammeavtaler som fylket har fremforhandlet på vegne av kommunene. Her er det viktig at fylkene og kommunene sikrer at kvaliteten på matinnkjøpene er gode. Det offentlige måltidet bør fremme bedre helse uavhengig av alder.

Brukermedvirkning

Brukermedvirkning løftes frem som en viktig faktor for å oppnå god matomsorg. Regelmessige samtaler med brukere og pårørende samt gjennomføring av brukerundersøkelser er avgjørende for god brukermedvirkning og for at det helhetlige mattilbudet skal ta hensyn til den enkeltes behov og preferanser.

Langsiktig og målrettet arbeid

Det må satses på en rekke tiltak med konkrete mål. Forbrukerrådet ser det som viktig at handlingsplanen er konkret og målrettet og utformes på en måte som sikrer at måloppnåelse kan måles og evalueres. Forbrukerrådet ser en overordnet handlingsplan for kostholdsområdet som et viktig redskap for å fremme et langsiktig og målrettet arbeid. Maten vi spiser, og befolkningens kosthold og helse, er et politisk tema som krever politisk engasjement og styring. Det politiske

² Smag. Skønne måltider til alle gamle. Hvidbog om nærende måltider med kulinarisk kvalitet til ældre. 2015. Københavns universitet.



ansvaret ligger i å gjøre hindrene for å gjøre gode og sunne matvalg i hverdagen lavere, og ikke kun pålegge folk mer ansvar.

Forbrukerrådets anbefaling

For å bedre muligheten til å ta gode helsevalg når det gjelder mat og drikke

- Bedre matmerking slik at det blir enklere for forbruker å orientere seg.
- Strengere regulering av markedsføring av usunn mat og drikke rettet mot barn og unge
- Sikre høy kvalitet på mat og måltider til både i barnehage og skole og for mottakere av helse- og omsorgstjenester
- Kvalitetssikre og revidere læreplaner for mat og helsefaget i skolen, slik at barn og unge får god kunnskap om kosthold og kan mestre matlaging og foreta gode matvalg.
- Økt kompetanse på matinnkjøp i kommunene
- For å sikre et godt måltidstilbud bør alle kommuner ha en mat- og måltidspolitik.
- Sikre stor grad av brukermedvirkning og – innflytelse.

KONTAKTINFO

Fagdirektør for handel
Gunstein Instefjord
gunstein.instefjord@forbrukerradet.no
+47 90 59 67 80

Fagdirektør for offentlige tjenester
Anne Kristine Vie
anne.kristine.vie@forbrukerradet.no
+47 99 56 8816