

# Nasjonalt råd for Ernæring

## Årsrapport for 2015

Nasjonalt råd for ernæring (*ernæringsrådet*) er et uavhengig fagråd nedsatt av Helsedirektoratet. I henhold til [mandatet](#) skal Ernæringsrådet styrke Helsedirektoratets fagrolle ved å gi kunnskapsbaserte råd i arbeidet med kosthold, ernæring og helse i befolkningen og i helsetjenesten.

Det gjeldende ernæringsrådet ble konstituert i Helsedirektoratet 20. januar 2015. Ernæringsrådet er sammensatt slik at det representerer en bred faglig kompetanse innen fagområdet. Medlemmene oppnevnes for tre år av gangen, og denne rådsperioden varer frem til 2018.

Medlemmene i Ernæringsrådet for perioden 2015-2018 er:

- Liv Elin Torheim, professor og forskningsgruppeleder, Høgskolen i Oslo og Akershus (leder)
- Kjetil Retterstøl, professor dr. med, Universitetet i Oslo, overlege ved Lipidklinikken, Oslo Universitetssykehus-Rikshospitalet, (nestleder)
- Nils Vagstad, forskningsdirektør, Bioforsk Ås
- Kari Hege Mortensen, seksjonsleder for Helsefremmende arbeid, Nordland fylkeskommune
- Jøran Hjelmæsæth, seksjonsleder for Senter for sykkelig overvekt, Sykehuset i Vestfold, professor II, Universitetet i Oslo
- Magritt Brustad, professor og instituttleder, Institutt for samfunnsmedisin, Universitetet i Tromsø
- Erik Arnesen, helsefaglig rådgiver, Landsforeningen for kosthold og helse
- Nina C Øverby, professor, Universitetet i Agder, Institutt for folkehelse, idrett og ernæring
- Christine Henriksen, førsteamanuensis, klinisk ernæringsfysiolog, Universitetet i Oslo
- Ahmed Madar, forsker, Institutt for Helse og samfunn, Universitetet i Oslo
- Randi Tangvik, leder for Nasjonal kompetansetjeneste for sykdomsrelatert underernæring ved Senter for klinisk ernæring OUS og UiO, ernæringskoordinator, Haukeland Universitetssykehus
- Helle Margrete Meltzer, forskningssjef, Divisjon for miljømedisin, Folkehelseinstituttet

Espen Rostrup, Lege og forsker ved Hjereteavdelingen, Haukeland Universitetssykehus var medlem men gikk ut av rådet september 2015.

### Ernæringsrådets arbeid i 2015

#### Antall møter og deltakelse på disse

Det har vært avholdt fem møter i ernæringsrådet i løpet av 2015 med godt oppmøte:

- 15. januar var alle tilstede
- 8.–9. april var alle tilstede
- 19. juni hadde ett rådsmedlem forfall
- 24. september hadde to rådsmedlemmer forfall
- 26. november hadde ett rådsmedlem forfall

Referater fra møtene i ernæringsrådet legges ut på Helsedirektoratets [hjemmesider](#). Det har vært to eksterne foredragsholdere i løpet av året. På møtet i april kom Rune Blomhoff, Universitetet i Oslo, og fortalte om utvikling av kostrådene som ble utgitt av Nasjonalt råd for ernæring i 2011. På møtet i november kom Stein Emil Vollset, Nasjonalt folkehelseinstitutt, og holdt et foredrag om den norske delen av det globale sykdomsbyrdeprosjektet. I tillegg har ernæringsrådet møtt den nye lederen av Folkehelsedivisjonen i Helsedirektoratet, Linda Granlund.

### Saker som har vært drøftet og vurdert

Siden ernæringsrådet var nyoppnevnt og med nytt mandat, ble det brukt noe tid på å diskutere arbeidsform og prioriterte temaer. Det ble utarbeidet en [strategi](#) for arbeidet i perioden som ble vedtatt på rådsmøte 19. juni 2015. Strategien beskriver både mål for arbeidet og arbeidsmetode. Ernæringsrådet behandler aktuelle saker etter forespørsel fra Helsedirektoratet og initierer også saker selv.

På møtet i april nedsatte ernæringsrådet fire arbeidsgrupper som er i ferd med å utrede og komme med anbefalinger når det gjelder følgende saksfelt i løpet 2016:

- Jodmangel blant gravide
- Helseeffekter av mettett fett
- Ernæringskompetanse i helsetjenesten
- Miljøvennlig og helsefremmende kosthold

Disse sakene var delvis initiert av ernæringsrådet (miljøvennlig og helsefremmende kosthold) og delvis initiert fra Helsedirektoratet (jodmangel, mettett fett og ernæringskompetanse i helsetjenesten). Disse sakene har blitt arbeidet med både i og utenom rådsmøtene i løpet av 2015.

Følgende andre saker har ernæringsrådet arbeidet med i 2015:

- I april-mai behandlet ernæringsrådet et spørsmål om anbefalinger knyttet til saltinntaket i befolkningen. Dette var et oppdrag fra Helsedirektoratet etter en henvendelse fra Nasjonalforeningen for folkehelse. En arbeidsgruppe i ernæringsrådet gjorde en vurdering av publisert dokumentasjon og skrev en [rapport](#).
- Ernæringsrådet har kommet med uttalelser i forbindelse med ny retningslinje for mat og måltider i skolen når det gjelder
  - Skolemelk
  - Porsjonsstørrelser med «fem om dagen» for barn
  - Anbefaling om bærekraftighet i skolemåltidet

### Uttalelser i media/foredrag

Ernæringsrådet har som mål å være en aktiv deltaker i samfunnsdebatten. Det er opprettet en egen nettside for ernæringsrådet [www.ernaeringsradet.no](http://www.ernaeringsradet.no) og en facebook-profil <https://www.facebook.com/ernaeringsradet.no/>.

Lederen av ernæringsrådet har hatt flere intervju, kronikker og foredrag i 2015. Noen av kronikkene er skrevet i samarbeid med andre rådsmedlemmer eller eksterne samarbeidspartnere (se vedlegg 1).

## Vedlegg 1: Oversikt over rapporter, kronikker, intervjuer og foredrag ved Nasjonalt råd for ernæring i løpet av 2015<sup>1</sup>

### Rapport

**Arnesen, Erik, Hjelvesæth, Jøran, Rostrup, Espen, Retterstøl, Kjetil, Torheim, Liv Elin.**

Vurdering av nye studier om saltinntak og helse. Oslo: Nasjonalt råd for ernæring 2015 14 s.  
[http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2015/05/Vurdering-av-nye-studier-om-saltinntak-og-helse\\_Nasjonalt-r%C3%A5d-for-ern%C3%A6ring.pdf](http://www.ernaeringsradet.no/wp-content/uploads/2015/05/Vurdering-av-nye-studier-om-saltinntak-og-helse_Nasjonalt-r%C3%A5d-for-ern%C3%A6ring.pdf)

### Kronikker

**Torheim, Liv Elin** (2015). Nøkkelhullsmerkingen er en god veiledning for å velge sunn mat. Kronikk. 21.04.2015, Dagbladet.no.

**Torheim, Liv Elin, Isatou, Jallow** (2015). Et barn som opplever sult, kan ikke lære. Kronikk. 07.07.2015, Aftenposten.no.

**Retterstøl, Kjetil, Hjelvesæth, Jøran, Arnesen, Erik, Torheim, Liv Elin** (2015). Hvor sunt eller usunt er mettett fett? Kronikk. Aftenposten, 23.10.2015.

**Retterstøl, Kjetil, Hjelvesæth, Jøran, Arnesen, Erik, Torheim, Liv Elin** (2015). Stol på etablert kunnskap. Debattinnlegg, Aftenposten, 20.11.2015.

**Arnesen, Erik, Hjelvesæth, Jøran, Torheim, Liv Elin, Retterstøl, Kjetil** (2015). Ny metaanalyse om mettett fett – ikke glem det store bildet. Kronikk. Norsk tidsskrift for ernæring.

Steffensen, Arnt, **Torheim, Liv Elin**, Olsen, Sissel Urke, Lorentzen, Sissi C. Stove (2015). Flyktninger har rett til et fullverdig kosthold. Kronikk. 18.11.2015, Aftenposten.

### Intervju

**Torheim, Liv Elin** (2015). Artikkelen: Utvikling i norsk kosthold. NRK Dagsnytt. 23.01.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Styr unna de ekstreme diettene. Dagbladet. 23.01.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Begrens godteri til lørdager. Romerikes Blad. 25.03.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Eksperter frikjenner egget. ABC Nyheter. 31.03.2015.

**Hjelvesæth, Jøran** (2015). Så mye betyr nøkkelhullet for helsen din. ABC Nyheter. 23.04.2015

**Torheim, Liv Elin** (2015). Jodmangel blant gravide kvinner. NRK Dagsrevyen. 29.04.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Det blir helt feil å angripe bananen når folk spiser så mye junk food. Side2. 02.05.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Fryktar ikkje giftstoff i mat. Nationen. 31.07.2015.

**Retterstøl, Kjetil** (2015). Klarer ikke å finne bevis for at bacon og smør er farlig... Dagbladet. 13.08.2015.

---

<sup>1</sup> Medlemmer av ernæringsrådet i fet skrift.

**Retterstøl, Kjetil** (2015). Fant ingen negative helse effekter av mettet fett. 14.08.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). "Nei-maten" ekspertene friskmelder. Dagbladet. 26.10.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Hva mener ekspertene? - om helseeffekten av mettet fett. Go´mørning. Vol. 28.

<http://www.animalia.no/upload/Filer%20til%20nedlasting/Kj%C3%B8tt%20og%20egg%20i%20kostholdet/TEMA%20mettet%20fett%20-%20GM%203-15.pdf>

## Foredrag

**Torheim, Liv Elin** (2015). Aspects of the impact of the corporate food sector on the human right to health. Lenge LEVE lunsj: The OECD Guidelines for multinational companies – focus on human rights. Forskningsnettverket Food Corporations and Human Rights. 23.04.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). The status of milk and dairy in Norway – recommendations and trends. Meieriprodukters rolle i et helsefremmende og bærekraftig kosthold. Melk.no og European Milk Forum. 29.04.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Alle trenger mat. Forskningsrådets festaften 2015. Norges forskningsråd. 23.09.2015.

**Hjelmesæth J.** (2015). Invitert foredragsholder Lansering saltpartnerskapet. Arrangør HelseDirektoratet. Tittel foredrag: "Salt and health". [http://sjomatnorge.no/wp-content/uploads/2015/09/Lansering\\_saltpartnerskap1.pdf](http://sjomatnorge.no/wp-content/uploads/2015/09/Lansering_saltpartnerskap1.pdf). 05.10.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Et sunt kosthold: Hvordan utvikles kostrådene og hvordan får vi befolkningen til å følge dem? Høstseminar: Sunn og trygg mat med forbrukeren i sentrum. Norsk selskap for ernæring. 13.11.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). Corporate influence in nutrition governance: examples from Norway. Lenge LEVE lunsj: Norwegian launch of the Right to Food and Nutrition Watch - Peoples' Nutrition is Not a Business. Food Corporations and Human Rights/FIAN Norge. 15.12.2015.

**Torheim, Liv Elin** (2015). De norske kostholdsrådene: metodikk og fremtidige perspektiver. Ekspertmøte: Veien mot bærekraftige kostråd. HiOA/Forbrukerrådet/Nasjonalt råd for ernæring. 17.12.2015.