

Vitenskapskomiteen for mat og miljø
Postboks 222 Skøyen
0213 Oslo

Helsedirektoratet ref: 24/12423

Dato: 05.04.2024

Oppdrag fra Helsedirektoratet

Beregning og vurdering av inntak av næringsstoffer fra kostrådene

Helsedirektoratet viser til samhandlingsavtale med Vitenskapskomiteen for mat og miljø (VKM), og ber med dette VKM om å beregne og vurdere i hvilken grad kosthold i tråd med utkast til nye kostråd vil dekke behovet/anbefalingene for næringsstoffer for den generelle befolkningen gitt i de nye norske referanseverdiene for energi og næringsstoffer.

Bakgrunn for saken

Kostrådene skal bidra til å fremme folkehelsen og forebygge utvikling av kroniske sykdommer. Et sunt kosthold gir grunnlag for god helse i alle aldre. Et usunt kosthold er blant de viktigste risikofaktorene for sykdom og for tidlig død både i Norge og i resten av verden. En endring av kostholdet i tråd med Helsedirektoratets kostråd kan redusere risikoen for utvikling av ikke-smittsomme sykdommer, som kreft, hjerte- og karsykdommer og diabetes type 2.

De nye nordiske ernæringsanbefalingene, [NNR 2023](#), vil utgjøre kunnskapsgrunnlaget for å revidere de gjeldende anbefalingene om kosthold og ernæring i Norge, Norden og de baltiske landene.

Vurderingen vil presenteres som en rapport fra VKM. Rapporten vil inngå som en del av underlaget i Helsedirektoratets arbeid med å revidere kostrådene. Rapporten kan publiseres offentlig av VKM i tilknytning til lansering av kostrådene.

Oppdrag

Oppdraget omfatter å beregne og vurdere i hvilken grad kosthold i tråd med utkast til nye kostråd vil dekke behovet/anbefalingene for næringsstoffer for den generelle befolkningen gitt i de nye norske [referanseverdiene for energi og næringsstoffer](#) basert på NNR 2023.

Inntak av næringsstoffer bør vurderes for alle regnbare næringsstoffer i KBS databasen AE22. For energigivende næringsstoffer kan det være hensiktsmessig å se på energiprosentfordelingen, inkludert andeler for tilsatt- og fritt sukker, mettet fett og umettet fett. Inntak bør ses i sammenheng med gjennomsnittlig behov (AR/provisorisk AR) og/eller anbefalt inntak (RI/AI), samt hvis relevant også øvre inntaksnivå (UL). Det skal utarbeides og beregnes teoretiske scenarioer for inntak av mat fordelt på matvaregrupper i henhold til mengder og inntaksintervaller angitt i utkast til nye kostråd. Beregningene bør tilpasses norske forhold med landsdekkende kostholdsdata.

Oppdraget omfatter den generelle voksne befolkning fra 18 år, og bør vurderes for kvinner og menn hver for seg. Det ønskes også vurdering for gravide og ammende.

Data, rapporter, regelverk mm.

Helsedirektoratet skal skaffe til veie relevant informasjon og data som de har tilgang til eller skaffet til veie som er nødvendig for fremdrift i saken. Dette innebærer blant annet:

- Nødvendige tilleggsopplysninger om matvarer og mengdeangivelser som bør inkluderes i analysen utover det som er offentlig tilgjengelig
- Skaffe til veie informasjon om nyeste tilgjengelige forbruks- eller inntaksdata ved behov
- Oppdatere VKM i forbindelse med det felles Nordiske arbeidet på området

Informasjon og data som er like tilgjengelig for VKM som for Helsedirektoratet skal framskaffes av VKM, dette gjelder blant annet:

- Publiserte vitenskapelige artikler og rapporter
- Internasjonale og nasjonale publiserte vitenskapelige vurderinger
- Data som kunnskapsinstitusjoner er forpliktet til å stille til disposisjon for VKM
- Åpne databaser og fagsystemer

Betingelser

Tidsramme

Endelig frist for leveranse av oppdraget er 20. mai 2024. Oppdraget avhenger av et samarbeid og utveksling av kunnskap mellom VKM og Helsedirektoratet. Offentlig publisering av oppdraget publiseres fra VKM samtidig som Kostrådene lanseres fra Helsedirektoratet, medio august 2024.

Språk

Norsk. Sammendrag på engelsk.

Kontaktpersoner i Helsedirektoratet

Ole Berg, Epost: ole.berg@helsedir.no

Torunn Holm Totland, Epost: torunnholm.totland@helsedir.no

Britt Lande, Epost: britt.lande@helsedir.no

Elektronisk godkjenning