

MODTAGET

29 FEB. 2008 12<sup>35</sup>

Den Centrale Indlevering

Motions- og  
Ernæringsrådet



d. 29.02.08.

Sundhedsudvalget  
Christiansborg  
1240 København K.  
Att.: Hanne Smith

Vedlagt er skriftligt materiale til Sundhedsudvalget (2 \* 20 stk.), forud for Motions- og Ernæringsrådets foretræde d. 12. marts 2008

Kuverterne indeholder:

Følgende:

Rapporten "Fysisk inaktivitet – konsekvenser og sammenhænge"

Rapporten "Forebyggelse af overvægt blandt børn og unge – oplæg til strategi"

Pjecen "Gør det let at vælge sundt i jeres kommune"

Med venlig hilsen

Marie Asserhøj

Akademisk medarbejder i Motions- og Ernæringsrådets sekretariat  
Tlf. nr.: 25 47 05 41



## **Kort oversigt til Folketingets Sundhedsudvalg om Motions- og Ernæringsrådet med henblik på foretræde 12. marts 2008**

### **Motions- og Ernæringsrådet**

Rådet består af 20 medlemmer. Medlemmerne er i deres motions- og ernæringsfaglige virke i rådet uafhængige af såvel offentlige som private interesser. 14 medlemmer beskikkes efter indstilling fra videnskabelige selskaber/forskningsinstitutioner. 1 medlem beskikkes efter Forbrugerrådet, 1 medlem beskikkes efter indstilling af Levnedsmiddelcentret, 1 medlem beskikkes efter indstilling fra Fødevareinstituttet ved Danmarks Tekniske Universitet. 2 medlemmer beskikkes efter indstilling fra de statslige forskningsråd.

### **Motions- og Ernæringsrådets formål:**

Rådet skal styrke den faglige, videnskabelige indsats på motions- og ernæringsområdet ved af egen drift at:

- Indsamle viden og fremlægge dokumentation om motions- og ernærings-spørgsmål og sammenhænge mellem motion, kost, sundhed og sygdom
- Skabe overblik over og rådgive om motions- og ernæringsmæssig forskning og overblik over nye vigtige videnskabelige resultater på området
- Rådgive offentligheden, myndigheder, fødevareindustrien m.m. om videnskabelige forhold vedr. motion og ernæring.

### **Videnskabelige udredninger:**

Udredningsarbejde er omdrejningspunktet i Motions- og Ernæringsrådets virke og et centralt element i rådets formål. Arbejdsgrupperne består af rådets medlemmer og eksterne eksperter, som vurderer konkrete problemstillinger af stor samfundsmæssig betydning, eller som er aktuelle med henblik på at give en klar og afbalanceret stillingtagen til brug for motions- og ernæringsfaglig rådgivning og politiske beslutninger.

En arbejdsgruppe er ikke bundet til rammerne for eksisterende anbefalinger og lovgivning, men skal udelukkende henholde sig til videnskabelig dokumentation.

### **De nyeste publicerede videnskabelige rapporter er:**

Monitorering af forekomsten af fedme (2008)

Alkohol og livsstilssygdomme (2007)

Fysisk inaktivitet - konsekvenser og sammenhænge (2007)

Forebyggelse af overvægt blandt børn og unge (2007)

Desuden er udgivet pjecen "Gør det let at vælge sundt i jeres kommune" 2008 og der udsendes nyhedsbreve 4 gange årligt.

## **Igangværende arbejdsgrupper:**

### ***Fysisk aktivitet og kosttilskud - præstations- og helbredsmæssige aspekter***

Brugen af kosttilskud i forbindelse med fysisk aktivitet er velkendt, især blandt eliteidrætsudøvere. En arbejdsgruppe er i gang med en redegørelse for, hvorvidt kosttilskud er i stand til at bedre den fysiske præstationsevne eller har andre helbredsmæssige virkninger hos motionister og personer der træner mere moderat.

### ***Den helbredsmæssige betydning af te og kaffe***

Rådet er i gang med at vurdere betydningen af te og kaffe for sundhed og sygdom, især i relation til hjerte-kar-sygdomme, diabetes, kræft og demens. Hvor det er muligt, skal forskellige tilberedningsmetoder for te og kaffe også vurderes og for kaffe også sortsforskelle.

## **Andre aktiviteter:**

### ***6 om dagen-samarbejdet***

Konkret foretager Motions- og Ernæringsrådet i 6 om dagen-regi løbende en faglig vurdering af nyhedsbrevet IFAVA (International Fruit And Vegetable Alliance) med henblik på videreformidling i 6 om dagens nyhedsbrev og pressen.

### ***www.meraadet.dk***

Motions- og Ernæringsrådet har egen hjemmeside, der administreres af sekretariatet. På hjemmesiden kan man downloade rådets rapporter, tilmelde sig og læse nyhedsbreve samt holde sig orienteret om rådets arbejde.

## **Påtænkte arbejdsgrupper:**

### ***Sundhedsmæssige fordele ved at gå og cykle***

Rådet vil belyse den transportrelaterede fysiske aktivitets betydning for sundhed og udarbejde anvisninger på indsatser, der kan fremme og motivere folk til at gå og cykle. I rapporten vil indgå data over udviklingen af transportvaner i Danmark og Europa. Rapporten skal endvidere analysere de individuelle, sociale, psykologiske og strukturelle determinanter, der kan få folk til at vælge at gå eller cykle.

### ***Mælk og metabolisk syndrom***

Der er usikkerhed om mælk og mejeriprodukters rolle i forhold til udviklingen af fedme og metabolisk syndrom – derfor vil rådet samle eksisterende viden om deres eventuelle negative og positive effekter i relation til det metaboliske syndroms forskellige elementer: Forhøjet blodtryk, bugfedme, insulinresistens/glukose-intolerance og lipidstatus. Der ønskes også en vurdering af om

eventuelle effekter er afhængige af mælkens egenskaber i relation til fedtindhold, protein type m.m.

### ***Det videnskabelige grundlag for anbefalinger om fysisk aktivitet***

Skal vi fortsat anbefale danskerne at bevæge sig mindst 30 minutter om dagen? Rådet vil gennemgå de nye forskningsresultater om fysisk aktivitet for at skabe et videnskabeligt grundlag for at opdatere de nuværende danske anbefalinger om fysisk aktivitet for voksne.

### **Emner på venteliste:**

Den sundhedsmæssige betydning af kostens fedtkvalitet.

Kost og fysisk aktivitet i relation til osteoporose.

Makronæringsstoffer, herunder protein, i forhold til hjerte-kar-sygdomme og fedme.

### **Budget:**

3 mio. årligt. Der er 5 medarbejdere ansat i Rådets sekretariat. Næsten hele budgettet går til lønninger samt tryk og distribution af rapporter, nyhedsbreve etc.

### **Formandskabet:**

#### **Formand**

Professor, dr.med. Morten Grønbæk, Statens Institut for Folkesundhed,

Tlf.nr.: 24 24 81 65

#### **1. Næstformand**

Cand. Scient., ph.d. Lis Puggaard, nu i Cowi-Muusmann, tidl. Syddansk Universitets Institut for Idræt og Biomekanik,

Tlf.nr.: 45 97 22 11

#### **2. Næstformand**

Lektor, læge, ph.d. Christian Mølgaard, Institut for Human Ernæring, Københavns Universitet,

Tlf.nr.: 35 33 25 16

**Bilag 1. Motions- og Ernæringsrådets medlemmer i perioden 1.11.2005 – 30.10.2008**

Navn	Arbejdssted	Indstillende selskab
Grønbæk, Morten Forskningschef, professor, dr.med., ph.d. – formand	Center for Alkoholforskning Statens Institut for Folkesundhed Syddansk Universitet	Motions- og Ernæringsrådet
Puggaard, Lis cand.scient., ph.d. – 1. næstformand (fysisk aktivitet)	Muusmann Research	Institut for Idræt og Biomekanik Syddansk Universitet
Mølgaard, Christian Lektor, læge, ph.d. – 2. næstformand (ernæring)	Institut for Human Ernæring Faculty of Life Sciences, KU	Dansk Pædiatrisk Selskab
Beyer, Nina Koordinator, fysioterapeut, ph.d.	Fysioterapien Bispebjerg Hospital	Dansk Gerontologisk Selskab
Bruun, Jens Meldgaard Læge, dr.med.	Medicinsk Endokrinologisk Afd. M Århus Universitetshospital Århus Sygehus	Dansk Selskab for Adipositasforskning
Flemming Dela Professor, dr.med.	Copenhagen Muscle Research Centre Biomedicinsk Institut Det Sundhedsvidenskabelige Fakult., KU	Dansk Selskab for Fysisk Aktivitet og Sundhed
Hansen, Harald S. Professor, dr.scient.	Farmaceutisk Fakultet Københavns Universitet	Selskabet for Ernæringsforskning
Heitmann, Berit L. Adj. professor, ph.d.	Institut for Sygdomsforebyggelse Enheden for Epidemiologisk Kostforskning	Det frie Forskningsråd
Hermansen, Kjeld Adj. professor, overlæge, dr.med.	Medicinsk Endokrinologisk Afd. C Århus Universitetshospital Århus Sygehus	Dansk Endokrinologisk Selskab
Holm, Lotte Professor, mag.scient.soc., ph.d.	Institut for Human Ernæring Faculty of Life Sciences, KU	Forbrugerrådet
Hyldstrup, Lars Overlæge, dr.med.	Osteoporoseenheden Endokrinologisk Afdeling Hvidovre Hospital	Dansk Knoglemedicinsk Selskab
Kiens, Bente Professor, dr.scient., ph.d.	Afd. for Human Fysiologi Institut for Idræt Københavns Universitet	Center for Muskelforskning (Bispebjerg Hospital)
Ottesen, Laila Lektor, mag.art. ph.d.	Institut for Idræt Københavns Universitet	Institut for Idræt Københavns Universitet
Overgaard, Kristian Lektor, cand.scient., ph.d.	Center for Idræt Aarhus Universitet	Center for Idræt Aarhus Universitet
Pedersen, Bente Klarlund Professor, overlæge, dr.med.	Centre of Inflammation and Metabolism (CIM)- Afdeling 7641 Rigshospitalet	Det frie Forskningsråd
Rasmussen, Henrik Højgaard Overlæge, ph.d.	Center for Ernæring og tarmsygdomme (CET) – Med. Gastroenterologisk Afd. M Aalborg Sygehus	Dansk Selskab for Klinisk Ernæring
Schmidt, Erik Berg Professor, overlæge, dr.med.	Kardiologisk Afdeling, Lipidklinikken Aalborg Sygehus	Dansk Cardiologisk Selskab
Skibsted, Leif Professor, lic.pharm.	Institut for Fødevarevidenskab Faculty of Life Sciences, KU	Levnedsmiddelcentret
Tetens, Inge Forskningschef, cand.brom., M.Sc. Nutrition, ph.d.	Fødevareinstituttet v/ DTU	Danmarks Fødevareforskning
Tjønneland, Anne Afdelingsleder, overlæge, ph.d.	Institut for Epidemiologisk Kræftforskning Kræftens Bekæmpelse	Dansk Epidemiologisk Selskab
Molander, Else Kontorchef		Observatør for Fødevarestyrelsen
Winding, Michael Fuldmægtig		Observatør for Miljøstyrelsen
Krarup-Pedersen, Sune cand.scient.		Observatør for Sundhedsstyrelsen