

## Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri



Folketingets Sundheds- og Forebyggelsesudvalg

København, den 22. december 2011

Sagsnr.: 13134

Dok.nr.: 316260

Folketingets Sundheds og Forebyggelsesudvalg har i brev af 30. november 2011 stillet følgende spørgsmål nr. 139 (Alm. del), som hermed besvares. Spørgsmålet er stillet efter ønske fra Liselott Blixt (DF).

### **Spørgsmål 139:**

”Kan ministeren forklare, hvorfor Sundhedsstyrelsen stadig anbefaler en kostpyramide, hvor kulhydrater har en yderst fremtrædende placering, selv om flere og flere studier viser, at massiv indtagelse af kulhydrater alt andet lige fører til et for stort kalorieindtag, da mange kulhydrater ikke mætter nævneværdigt, hvorfor Vestens fedmeepidemi i høj grad kan tilskrives et alt for stort indtag af kulhydrater?”

### **Svar:**

*Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse har sendt spørgsmålet videre til Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, da fødevareministeren har til opgave at formidle oplysning til forbrugerne om ernæring (Fødevareloven, § 10, stk. 1).*

Kostpyramiden er udarbejdet af FDB, men pyramidens budskab om, hvordan en sund kost skal sammensættes, er det samme som i kostrådene. Både kostrådene og pyramiden anbefaler en kost, der er rig på frugt, grønt, fuldkorn, fisk og fedtfattigt kød og mælkeprodukter, mens der skal spares på fedt og sukker. Det giver en sammensætning af kosten, hvor kroppen får de vitaminer og mineraler, den har brug for, samtidig med at der bliver sparet på kalorierne.

Der er i forskerkredse enighed om, at udviklingen i antallet af overvægtige og svært overvægtige skyldes vores moderne livsstils kombination af let tilgængelig energitæt mad og fysisk inaktivitet. Overvægten opstår, når energiindtag over en længere periode er større end energiforbruget. Energiindtaget er bestemt af den samlede mængde af

energi i kosten – fra både protein-, fedt- og kulhydratholdige fødevarer. Det er altså ikke en bestemt energikilde som f.eks. kulhydrater, der alene forårsager overvægt og fedme.

Jeg kan tilføje, at de officielle danske kostråd, der baserer sig på de nordiske næringsstofanbefalinger, ligger i tråd med officielle kostråd og næringsstofanbefalinger i andre lande og i internationale organisationer.

DTU Fødevarerinstitutionen overvåger konstant al ny forskning for at sikre, at kostrådene bygger på den nyeste viden. Når der er tilstrækkelig evidens bag en revision, ændres kostrådene.

På opdrag fra de nordiske myndigheder er evidensen bag de nordiske næringsstofanbefalinger i gang med at blive opdateret, og opdateringen sendes i høring sommeren 2012. Sideløbende hermed er der igangsat en større gennemgang af det videnskabelige grundlag for de danske kostråd, som skal danne udgangspunkt for en opdatering af de danske kostråd. Fødevarerstyrelsen forventer at offentliggøre nye danske kostråd i slutningen af 2012 eller starten af 2013.

Mette Gjerskov

/ Mads Fischer-Møller