

Utviklingen av nye kostråd

Folkehelsekonferansen Tromsø
21. september 2023

Linda Granlund, PhD
Divisjonsdirektør folkehelse og forebygging
Helsedirektoratet





WHO's ni globale mål



Status:

- Mål om å redusere for tidlig død av NCDer går riktig vei
- Riktig retning for de fleste av målene
- Unntak er:
 - **Fysisk aktivitet** (barn og unge)
 - **Overvekt og diabetes type 2**

Nordisk ministerråd: Visjon 2030



norden

Nordic Council of Ministers



VISJON - Gjøre Norden til den mest bærekraftige regionen i verden innen 2030

- Matsystemene har stor betydning for bærekraft
- Nordisk Ministerråd er oppdragsgiver for de nye nordiske ernæringsanbefalingene

Hovedtrekkene i NNR2023



Et hovedsakelig plantebasert kosthold med mye grønnsaker, frukt, bær, bønner/linser, poteter og fullkorn



Tilstrekkelig inntak av fisk og nøtter



Begrenset inntak av rødt kjøtt og fjærfe



Moderat inntak av magre meieriprodukter



Minimalt inntak av bearbeidet kjøtt, alkohol og prosessert mat med høyt innhold av fett, salt og sukker

Revidering av kostrådene

- Helsedirektoratet har tatt imot NNR2023 og går grundig gjennom rapporten
- NNR2023 vil utgjøre kunnskapsgrunnlaget for nye kostråd
- Standard retningslinjemetodikk for utvikling av normerende produkter i arbeidet med revidering av de norske kostrådene
- Ekstern høring eller åpne høringsmøter om utforming/formulering av kostrådene
- Vi planlegger for lansering av nye kostråd våren 2024
- Kostrådene begrunnes med helse, klimapåvirkning omtales

Plan for involvering

**Innsiktsarbeid
del 1**
Vår 2023



Offentlig høring
(om utforming/formulering)
Vinter/vår 2024



**Innsiktsarbeid
del 2**
Vinter/vår 2024

Revisjon retningslinje for forebygging utredning og behandling av overvekt og fedme barn og unge

- Den eksisterende retningslinjen (2010) har fått kritikk om at språket / eksemplene kan virke stigmatiserende.
- Ny kunnskap siden den gang, blant annet om utbredelse og konsekvenser av skam og stigma

- Brukerne skal hjelpe oss med ordvalg og språk.
- Brukerrepresentantene har ansvaret for å gjennomføre to workshoper hvor ungdom og foreldres stemme skal komme fram.

- Kommunikasjon, ordvalg og kunnskap om temaet er viktig i revisjonsarbeidet.
- Vi har engasjert to brukermedvirkere som deltar i vår interne prosjektgruppe.

- Ekstern arbeidsgruppe er etablert
- Kunnskapssøk er gjennomført
- Workshoper med ungdom og foresatte gjennomføres i høst
- Ekstern høring gjennomføres i løpet av første halvdel 2024

Revisjon nasjonale faglige retningslinjer for forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos voksne

- Nåværende retningslinje fra 2011
- Mål om lansering av nye retningslinjer innen utgangen 2024
- Målsetting: At personer med overvekt og fedme som ønsker og trenger hjelp til endring av levevaner, vektreduksjon og mestring av helseutfordringer får tilbud om et kunnskapsbasert, helhetlig og individtilpasset behandlingstilbud som ikke bare har vektreduksjon som mål, men også vektlegger bedre helse og livskvalitet



