

FaKDs syn på ultraforarbejdede fødevarer

Af: Mette Theil, klinisk diætist, MPH og formand for FaKD

Ultraforarbejdede fødevarer (UPF) fylder meget i både forskningen og i den offentlige debat. I FaKD oplever vi også, at området får meget fokus og rummer både teknologiske, sundhedsfaglige og politiske dimensioner. Til en høring om UPF d. 4. juni på Christiansborg og senest på konferencen, også med UPF som omdrejningspunkt, på Københavns Professionshøjskole i september, hørte vi, hvordan forskning og politisk interesse samler sig om behovet for at fremme indtaget af "rigtig mad" og reducere forbruget af UPF såsom slik, fastfood og sodavand.

Faglig konsensus og fælles interesse

UPF er et område, der favner professionsbachelorere i Ernærings- og Sundhedsuddannelsernes tre faglige retninger: Fødevarer og ledelse, sundhedsfremme og forebyggelse samt klinisk diætetik. Vi ser en faglig konsensus ift. nødvendigheden af øget opmærksomhed på UPF. Der er også

behov for, at vi fokuserer på strukturelle løsninger, der kan præge befolkningens madvaner i en sundere retning og, at vi samtidig forholder os til, hvordan vi balancerer indtaget af de UPF, der, ved højt indtag, mistænkes for, at have en negativpåvirkning af sundheden.

Strukturelle tiltag

FaKD støtter initiativer, der gør sunde og uforarbejdede fødevarer mere tilgængelige og økonomisk attraktive. Vi bakker op om forslag som:

- Differentieret moms, så fx frugt og grønt bliver billigere
- Mindre markedsføring af UPF, som fx sodavand, fastfood og lign. målrettet børn og unge
- Forsøg med skolemad, der fremmer de sunde valg samt trivsel
- Lige adgang til diætist for alle borgere med behov

Individuel rådgivning

I den kliniske praksis står vi fast på, at ernæringen skal tilpasses den enkelte. Hvis en borger eller patient har behov for en UPF i en passende mængde for at opretholde en god ernæringsstilstand, er ernæringsstilstanden vores førsteprioritet. Hvis indtaget vurderes at være for stort, arbejder vi derefter målrettet med at substituere UPF med mindre forarbejdede alternativer, når det er muligt, relevant og acceptabelt for den enkelte.

Børn, unge og særlige behov

Hos børn og unge, som er i vækst, er sund kost særlig vigtig for udvikling og trivsel. Der flourer bl.a. også en hypotese om, at UPF kan forringe

sædskvaliteten hos unge. Men maden skal, ud over at være sund, også være spiselig og tiltalende. Derfor tager vi altid udgangspunkt i den enkeltes behov, vaner og madkulturelle baggrund samt passer på, ikke at skabe fødevarefobier overfor nogen typer af mad. Nogle borgere og patienter med psykiske diagnoser kan have brug for fødevarer og mad der karakteriseres som ultraforarbejdede såsom sodavand og langtidsholdbare madvarer for at opretholde en normal ernæringstilstand, hvis de f.eks. er selektive spisende som konsekvens af deres sygdom - eller har en meget stram økonomi. For andre vil en reduktionen af indtaget af UPF derimod kunne bidrage til bedring af de sygdom og psykiatrisk tilstand.

I FaKD arbejder vi for at fremme sundere madvalg – både gennem samfundsmæssige initiativer og igennem det diætetiske arbejde. Men vi er samtidig bevidste om, at sundhedsbegrebet ikke er ens for alle. Vi ved også, at det kan være politisk udfordrende at regulere borgernes frie valg- særligt når det gælder noget så personligt som mad.

