

13 januari 2016

Dietister kritiska till Apotekets kampanj kring kosttillskott

Enligt Apoteket AB kan det vara svårt att få i sig de vitaminer och mineraler vi behöver via maten. I den digitala tjänsten Dagsbehovet visar man hur enskilda livsmedel kan täcka behovet av näring.

Dietisternas riksförbund är kritiska till kampanjen då den förstärker den känsla av osäkerhet som många har kring sambanden mellan mat och hälsa och ger en skev bild av hur maten vi äter bidrar med näring.

Apoteket AB ger i kampanjen Dagsbehovet information om 20 av de viktigaste näringsämnen och visar exempel på hur mycket man behöver äta av enskilda livsmedel för att få i sig den rekommenderade dagliga dosen av ett ämne. De flesta livsmedel innehåller flera olika vitaminer och mineraler som i sitt naturliga sammanhang påverkar varandras funktion och upptag i kroppen. Att beräkna mängden av ett specifikt ämne i ett enskilt livsmedel ger därför en orealistisk bild av vitamin- och mineralintaget

Kampanjen ger en osaklig bild av hur man får i sig näring via maten. Korrekt fakta blandas med en mängd ovederhäftig information – och marknadsföring av kosttillskott. De exempel som visas är i många fall helt irrelevanta, såsom att godis är en viktig järnkälla och bakpulver en källa till kalcium. Med kampanjen gör man det svårare att nå målet att förbättra folkhälsan via mer hälsosamma matvanor.

Genom att äta varierat och välja mat med högt näringsinnehåll täcker man normalt sett sitt behov av vitaminer och mineraler. Hos individer med speciella behov, till exempel ensidig kost eller sjukdomar som förändrar behov, intag eller upptag av näring kan kosttillskott behövas som komplement. Detta rekommenderas i så fall av läkare eller dietist för att matcha kosten på rätt sätt.

– Om Apoteket vill ge information om hälsosamma matvanor bör denna utformas på ett mer seriöst sätt. Att förändra sina matvanor handlar inte om att tillgodose sitt näringsbehov med hjälp av enskilda livsmedel, utan om att ge människor stöd i att skapa vanor som till exempel bidrar till att förebygga diabetes och hjärtkärlsjukdom – samtidigt som de ger relevanta mängder av vitaminer och mineraler, menar Elisabet Rothenberg, ordförande i Dietisternas riksförbund.

För ytterligare upplysningar vänligen kontakta:

Inger Öhlund, barndietist, Fil Dr
Norrlands Universitetssjukhus i Umeå och Umeå
Universitet Inst. för klinisk vetenskap, enh. för pediatrik
tfn: 090-7852136
E-post: Inger.ohlund@umu.se

För upplysningar om Dietisternas riksförbund kontakta:

Elisabet Rothenberg,
Ordf. Dietisternas riksförbund
Leg. dietist, bitr. professor
tfn: 0706-41 45 81
E-post: elisabet.rothenberg@hkr.se

Dietisternas Riksförbund (DRF) är en yrkesförening inom Naturvetarna. Medlemmarna är legitimerade och har en universitetsutbildning med huvudinriktning på näringslära och nutrition omfattande 3-4 års högskolestudier. Av DRF:s drygt 1200 medlemmar arbetar de flesta inom sluten- och öppenvård samt kommunal äldreomsorg, med prevention och behandling av nutritionsrelaterade problem samt undervisning av personal. Dietister arbetar också inom folkhälsa och friskvård samt för livsmedels- och läkemedelsföretag.

WWW.DRF.NU



DRF
DIETISTERNAS
RIKSFÖRBUND