

EN DIETIST PÅ VARJE VÅRD CENTRAL

Våra levnadsvanor har stor betydelse för hälsan och risken att utveckla sjukdom. Folkhälsoarbete handlar om att främja hälsa och förebygga sjukdom. En nyckelfaktor till god hälsa är våra matvanor.

Hälften av den vuxna befolkningen lider av övervikt eller fetma. Andra lider av undervikt och undernäring. I båda grupperna ökar riskerna att drabbas av sjukdom och kraftigt försämrad livskvalitet.

Ohälsosamma levnadsvanor är kopplade till ojämlika levnadsvillkor. Personer med kort utbildning och låg inkomst löper större risk att drabbas av ohälsa, sjukdom och förkortad livslängd. Likaså är personer med fysiska och psykiska funktionshinder mer drabbade. Att erbjuda personer med ohälsosamma matvanor individuellt stöd för att förbättra matvanorna är ett led i att minska de socioekonomiska riskerna att drabbas av sjukdom.

Matvanor spelar en central roll både för individens hälsa och folkhälsan. Det måste vara möjligt för alla att få individuell vägledning om bra matvanor och hälsa, oavsett vad de tjänar eller var de bor. Det finns redan i dag stor kunskap om sambanden mellan livsstil och hälsa. Folkhälsoarbetet måste bygga på det. Vi vet, och Socialstyrelsen vet, att kvalificerat rådgivande samtal är det mest effektiva sättet att påverka en persons matvanor.

- Bättre matvanor tillsammans med fysisk aktivitet leder till bättre hälsa och livskvalitet för individen och ger minskad press på sjukvården, både på kort och lång sikt.
- Alla individer med ohälsosamma matvanor och kostrelaterade sjukdomar borde ha rätt att träffa dietist.
- Det socioekonomiska hälsogapet måste minskas.
- Det borde finnas en dietist på varje vårdcentral.



DRF
DIETISTERNAS
RIKSFÖRBUND