

Maten, pandemin och den ojämlika hälsan

Pandemin både exponerar och ökar ojämlikheten i hälsa. De som har kort utbildning och låg inkomst löper större risk för smitta eftersom de oftare måste vara fysiskt på jobbet och där vara nära andra samt oftare är hänvisade till kollektivtrafik. Dessutom är riskfaktorer för svår sjukdom vid covid-19, som fetma, diabetes och högt blodtryck, vanligare i de grupperna.

Ohälsosamma matvanor, som vid sidan av tobak är den riskfaktor som bidrar mest till sjukdomsördan i Sverige, finns i bakgrunden även till dessa sjukdomar. Matvanorna är lika ojämnt fördelade i befolkningen som hälsan i stort. Det beror - bland annat - på att det globala livsmedelssystemet gör det dyrare att äta hälsosamt och varierat. Över hela jorden ökar andelen ultraprocessad mat som, jämfört med traditionell mat, innehåller mindre mineraler, vitaminer och fibrer och mer fett, salt och/eller socker. Denna mat kostar mindre per kalori. Det geografiska avståndet mellan konsument och producent växer, liksom vinsterna för de stora livsmedelsföretagen. Aggressiv marknadsföring och det faktum att inflytandet över världens mat är samlat hos ett relativt litet antal globala aktörer driver på utvecklingen.

De med mer resurser har alltså större möjligheter att äta hälsosamt. Hälso- och sjukvården klarar tyvärr inte av att kompensera för skillnaderna i levnadsförhållanden. Om en individ lyckas ändra matvanor eller ej har att göra med hur stora hans praktiska och ekonomiska utmaningar är. För oss dietister är det tydligt att många av våra patienter upplever hinder på en strukturell nivå. Många vårdteam saknar dietistkompetens. Detta ökar risken för att patienter med annan bakgrund än behandlaren går miste om kostrådgivning anpassad till de egna ekonomiska, sociala och kulturella förutsättningarna.

Pandemin sätter alltså strålkastarna på hur dagens livsmedelssystem utgör hinder för majoriteten av världens befolkning när det gäller att skapa och vidmakthålla hälsosamma matvanor. Dessa system utgör också grogrund för själva uppkomsten av pandemier. Denna gång hände det på en marknad i Kina där vilda djur trängdes ihop, men även industrialiserad djurhållning i exempelvis Sverige är (förutom att ofta vara etiskt tvivelaktig) potentiell grogrund för okontrollerad utveckling av virus och smitta.

För att vrida utvecklingen i en hälsofrämjande och socialt, ekonomiskt och miljömässigt hållbar riktning krävs politiska åtgärder med fokus på systemförändringar. Det räcker inte med vetenskapliga bevis för att påverka inflytelserika kommersiella aktörer. I Sverige och EU såväl som på global nivå finns stort engagemang för att driva på alternativa lösningar vad gäller mat och miljö. Det krävs ett politiskt tryck för att förverkliga dessa. Frågan måste komma upp på den politiska dagordningen.

Coronapandemin har satt den ojämlika hälsan i blyxtbelysning. Livsmedelssystemet är en tung faktor bakom både pandemins uppkomst och socioekonomiskt betingade skillnader i matvanor och hälsa. En samhällelig ansträngning för att minska risken för framtida pandemier och främja jämlik hälsa bör inkludera systematiska kunskapsgrundade åtgärder för hälsosamma matvanor i hela befolkningen. Dietisternas Riksförbunds Nätverk för jämlik hälsa uppmanar till

- Politiska beslut för att påverka livsmedelssystem på alla nivåer så att de blir socialt, ekonomiskt och miljömässigt hållbara
- Stärkande av strategiska, hälsofrämjande, preventiva och behandlande insatser inom kommuner och landsting vad gäller hälsosamma matvanor

Karin Haby, leg dietist, Primärvården Gävleborg, doktorand vid Institutionen för vårdvetenskap och hälsa, Göteborgs Universitet., styrelseledamot i Dietisternas Riksförbund.

Cecilia Hedström, leg dietist, Central barnhälsovård, Västra Götalandsregionen.

Karin Kauppi, leg dietist, Processledare "Hälsofrämjande sjukhus", Akademiska sjukhuset, Region Uppsala.

Maria Magnusson, leg dietist, leg sjuksköterska, med dr. Verksamhetsansvarig för Folkhälsoenheten vid Sjukhusen i väster, Västra Götalandsregionen.