



DRF
DIETISTERNAS
RIKSFÖRBUND

Diarienummer 2024/04628

Avsändare:
Dietisternas Riksförbund,
genom Anna Stubbendorff och Antonia Andersson

Särskilda medskick om rött kött och charkprodukter

Folkhälsa

Enligt undersökningen Global Burden of Disease är den nuvarande konsumtionsnivån av rött kött och charkuterier starkt förknippade med ohälsa och dödsfall i Sverige [1].

Det finns inget stöd för att kött (totalkonsumtion av rött kött och chark inklusive chark av vitt kött) minskar risken för några sjukdomar [2].

Det är ett viktigt livsmedel utifrån dess innehåll av bl.a. järn och zink, men eftersom järnbrist även förekommer hos unga tjejer som äter mycket kött tappar detta argument kraft och kan inte ha lika stor inverkan.

Det finns starka samband med tjock- och koloncancer. Då detta är den fjärde vanligaste cancerformen bör försiktighet i form av lägre rekommendation vara gynnsamt utifrån folkhälsa.

Rådet om max 500 g rött kött/vecka har funnits en längre tid, trots detta har såväl köttkonsumtionen såväl som insjuknande i tjocktarmscancer ökat i Sverige [3,4].

Livsmedelsproduktion

Ungefär 60% av det kött som konsumeras i Sverige produceras här (se illustration nedan). Det innebär att konsumtionen skulle kunna minska avsevärt utan att produktionen påverkas. Således, att istället försöka uppmuntra till mer svenskt kött, framför importerat kött, bör medföra att även om råden sänks kan svensk produktion kvarstå eller kanske till och med gynnas, om importen minskar.

En mer växtbaserad livsmedelsproduktion skapar också möjligheter för ökad svensk produktion. Med en väl avvägd politik kan detta



DRF
DIETISTERNAS
RIKSFÖRBUND

bidra till att den svenska livsmedelsproduktionen stärks, snarare än att minska som en följd av det föreslagna kostrådet.

Klimat

Kött har en hög miljöpåverkan jämfört med andra livsmedelsgrupper, och det röda köttet har den största påverkan [5].

Biologisk mångfald

En kraftigt minskad köttkonsumtion skulle kunna genomföras utan att den biologiska mångfalden i Sverige påverkas negativt. Detta beror på att endast en liten andel av köttdjuren betar på naturbetesmarker [6]. Den andel av betande nötkreatur som betar naturbetesmarker kan behållas och fortsatt gynna den biologiska mångfalden i dessa marker, särskilt de som inte är lämpade för annan jordbruksproduktion [5].

Livsmedelsberedskap

Torkade cerealier och baljväxter är bättre alternativ ur beredskapssynpunkt. Kött kräver kyla och kan inte föda lika många människor.



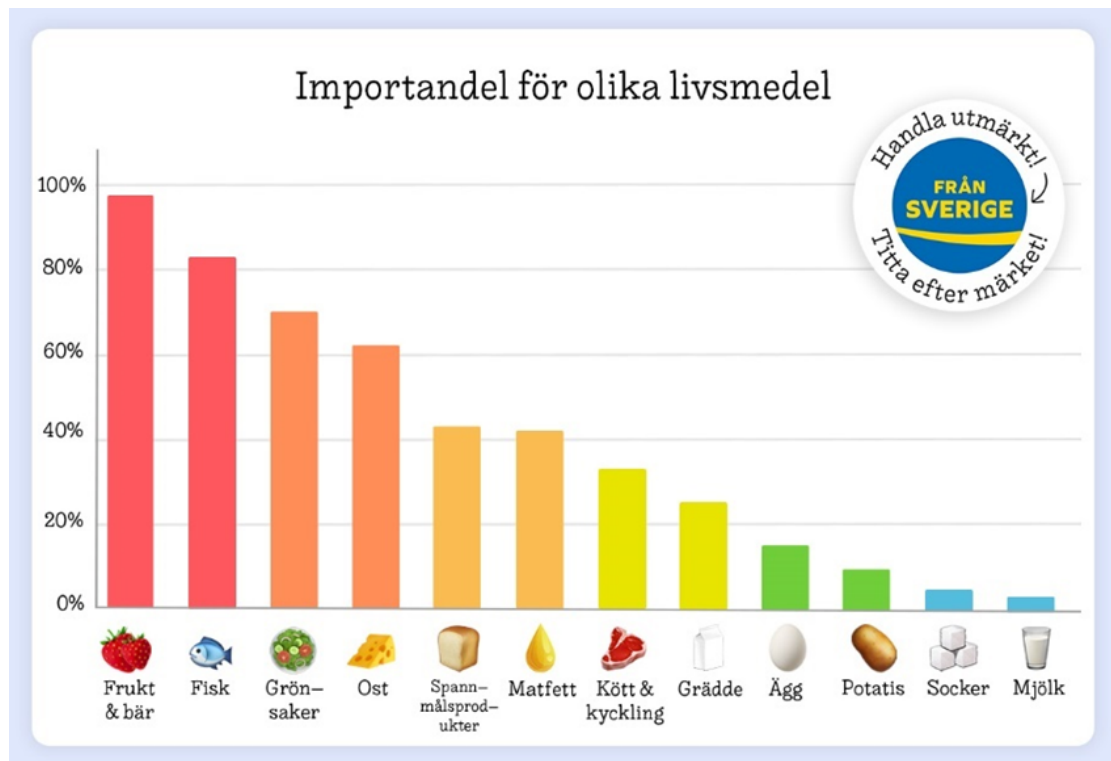
DRF
DIETISTERNAS
RIKSFÖRBUND

Sveriges försörjningsförmåga



Tomater	Äpple	Socker	Gurka	Potatis
				
17%	28%	107%	49%	92%
Jordgubbar	Lök	Spannmål	Morötter	Rapsolja
				
71%	80%	116%	97%	40%
Smör	Mjök	Ägg	Ost	Grädde
				
56,6%	99,7%	88,6%	41,5%	79,4%
Lammkött	Griskött	Nötkött	Matfågel	Viltkött
				
30,3%	82,7%	57,8%	75,9%	92,1%

Svensk marknadsandel 2021
Källa: Jordbruksverket



Referenser

1. The Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). *GBD Result tool*. Available from: www.healthdata.org.
2. Meinilä J., & Virtanen J. K. (2024). Meat and meat products – a scoping review for Nordic Nutrition Recommendations 2023. *Food & Nutrition Research*, 68.
3. Jordbruksverket. *Totalkonsumtion (förbrukning av kött) åren 1960-2018*. Available from: <https://jordbruکتisiffror.wordpress.com/2016/02/28/totalkonsumtion-for-brukning-av-kott-aren-1960-2015/>
4. Socialstyrelsen. *Dataanalyser av cancer 1975–2019 - en registerstudie*. Available from: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2021-3-7285.pdf>
5. Livsmedelsverket. *Kött och chark*. 2021; Available from: www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/miljo/miljosmarta-matval2/kott.
6. Svenskt Sigill. *Naturbeteskött för den biologiska mångfalden*. 2022; Available from: <https://www.svensktsigill.se/hallbarhet/vara-marken/naturbeteskott/>