



Avsändare:
Dietisternas Riksförbund,
genom sektionen för hållbart ätande

Särskilda medskick om rött kött och charkprodukter

DRF sektion för hållbart ätande ser en risk i att regeringen ger nya uppdrag till Livsmedelsverket när väl underbyggda kostråd inte anses vara samstämmiga med politikens riktning under mandatperioden. Kostråden som tas fram av experter inom området ska och bör vara långsiktiga. Dietisters spetskompetens ligger i att kunna implementera de nya uppdaterade råden, i detta fall om minskat intag av rött kött och chark. Kostrådet om 350 gram rött kött och chark per vecka innebär å ena sidan en begränsning av den specifika livsmedelsgruppen men innebär samtidigt en ökning av andra livsmedelsgrupper.

DRF sektion för hållbart ätande anser att de föreslagna kostråden om rött kött och chark är väl underbyggda. Dietister arbetar inom en mängd olika områden, från hälso- och sjukvård till livsmedelsindustri och forskning, och deras arbete baseras till stor del på Nordiska Näringsrekommendationerna (NNR) och Livsmedelsverkets (SLV) kostråd. Att frångå detta på grund av politiska åtgärder försvårar dietisternas arbete då de verkar under Etisk kodex.

Förutom rådet om att äta mindre rött kött och chark rekommenderas en ökning i intaget av baljväxter, fullkornsprodukter, fisk, grönsaker och nötter. De nämnda livsmedelsgrupperna bidrar med protein, fiber, fett, kolhydrater och viktiga vitaminer och mineraler. En ökning av ovannämnda gynnar **människors hälsa** genom att minska risken för hjärtkärlsjukdom, vissa cancerformer, diabetes typ 2 och hälsosam vikt (1). Det är alltså viktigt att ta i beaktelse vad som ersätter det röda köttet och charkprodukterna.

En stor andel av rött kött och chark som konsumeras i Sverige är importerat. Med föreslagna kostråd kan dietister i olika arbetssammanhang rekommendera och upphandla mer svenskt- och naturbetesproducerat, vilket skulle vara gynnsamt för svensk köttindustri. Som Röös med flera skriver i sin rapport (2) är det



DRF
DIETISTERNAS
RIKSFÖRBUND

viktigt att det köttet som konsumeras kommer från en produktion där ekosystemtjänster värderas, det vill säga naturbeteskött som är den produktion som gynnar den **biologiska mångfalden**.

De tidigare nämnda livsmedel som svenskar råds att öka sitt intag av kan produceras i Sverige. Det är därför viktigt att se de uppdaterade kostråden som en möjlighet att öka annan **svensk livsmedelsproduktion**, vilket även är viktigt att belysa när Sverige tvingats känna på sårbarheten av bristande **livsmedelsberedskap**. I Sverige finns goda möjligheter att öka produktionen av fisk, baljväxter, nötter samt sädesslag. Produktionen av baljväxter, sädesslag och grönsaker har lägre klimatpåverkan än idisslande djur och i medelsvenskens kost bidrar just rött kött och chark till absolut högst **klimatpåverkan** (2). Det är därför rimligt att denna livsmedelsgrupp bör begränsas mest, eftersom det då genererar en större miljö- och klimatpositiv effekt.

Till sist betonar DRF sektion för hållbart ätande att se de nya kostråden i en större helhet, att inte fokusera på en specifik livsmedelsgrupp utan att se vad denna minskning rött kött och chark parallellt leder till för ökning av andra livsmedelsgrupper.

Allt gott, sektionen för hållbart ätande, Dietisternas riksförbund

Referenser

1 - Blomhoff R, Andersen R, Arnesen EK, Christensen JJ, Eneroth H, Erkkola M, m.fl. Nordic Nutrition Recommendations 2023. Nordic Council of Ministers; 2023. Tillgänglig:

<https://pub.norden.org/nord2023-003>

2 - Röös, E., Ran, A. & Moberg, E. (2024) "Mat, miljö och hållbarhet. Hur påverkar den mat vi svenskar äter planeten?" (SLU Future Food Reports 14). SLU. Tillgänglig:

https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/fu-food/publikationer/future-food-reports/slu-futurefood_rapport14_mat-miljo-hallbarhet.pdf