

# Sammanställning av debattrundan om myndigheternas kostråd

---

## Lita inte på myndigheternas kostråd!

**Text:** [Uffe Ravnskov Karl, E Arfors, Christer Enkvist, Göran Petersson, Tore Scherstén, Ralf Sundberg, Jørgen Vesti Nielsen](#)

<http://www.kristianstadsbladet.se/debatt/article1528999/Lita-inte-pa-myndig--heternas-kostrad.html>

Publicerad 19 augusti 2011 6.30 Uppdaterad 19 augusti 2011 9.30

Rekommenderad skol- och daghems kost av Livsmedelsverket är en hälsofara. Det skriver Uffe Ravnskov med dr, docent, oberoende forskare, Lund, Karl E Arfors, professor emeritus, tidigare explorativ forskningschef Pharmacia AB, Christer Enkvist, före detta landstingsöverläkare, tidigare medlem av SBU, Göran Petersson, professor i kemisk miljövetenskap, Chalmers, Tore Scherstén professor emeritus, tidigare huvudsekreterare i Statens medicinska forskningsråd, Ralf Sundberg, docent, och Jørgen Vesti Nielsen, överläkare.....

## Kostråden baseras på senaste forskningen

**Text:** [Wulf Becker, Anna Karin Lindroos, Irene Mattisson](#)

Publicerad 26 augusti 2011 6.30 Uppdaterad 26 augusti 2011 9.17

<http://www.kristianstadsbladet.se/debatt/article1533513/Kostraden-baseras-pa-senaste-forskningen.html>

Det finns en felaktig föreställning om att vetenskapen skulle ha svängt när det gäller fett. Det stämmer inte. Bland de experter världen över som forskar inom området finns en samsyn om att det inte är nyttigt att äta mycket smör och grädde, och att risken för hjärt- och kärlsjukdom minskar om man byter ut mättat fett mot fleromättat fett. Det skriver Wulf Becker, professor i nutritionsforskning, Anna Karin Lindroos, medicine doktor, nutritionsforskare, Irene Mattisson, doktor i medicinska vetenskaper, nutritionsepidemiologi, alla på Livsmedelsverket.....

## Livsmedelsverket är åter på villovägar

<http://www.kristianstadsbladet.se/debatt/article1535541/Livsmedelsverket-ar-ater-pa-villovagar.html>

Publicerad 30 augusti 2011 6.30 Uppdaterad 30 augusti 2011 9.45

Förra året kritiserade vi Livsmedelsverket för att de varnade mot animaliska produkter, trots bristen på vetenskapliga bevis. Som svar publicerade de en lista på 72 studier som de menade gav stöd.

En ingående analys av dessa studier visade att endast två kunde, med viss tveksamhet, användas som argument; resten var värdelösa, visade motsatsen, eller handlade om något helt annat. ....

## **Ofullständiga argument**

**Text: [Wulf Becker professor, i nutritionsforskning, Anna Karin, Lindroos medicine, nutritionsforskare doktor, Irene Mattisson doktor, i medicinska, nutritionsepidemiologi vetenskaper, Samtliga från Livsmedelsverket](#)**

Publicerad 3 september 2011 6.30 Uppdaterad 3 september 2011 6.30

<http://www.kristianstadsbladet.se/debatt/article1538283/Ofullstandiga-argument.html>

KOST OCH HÄLSA. I en replik (30/8) av Uffe Ravnskov med flera, lyfter debattörerna ut ett lösryckt citat ur en vetenskaplig kommentar för att stödja sin tes om att mättat fett är nyttigt.

Däremot tycks debattörerna blunda för slutsatsen i den kommentar de hänvisar till, nämligen att en sammanvägning av resultat från olika studier visar att risken för hjärt- och kärlsjukdom minskar när mättat fett ersätts med fleromättat fett (omega-3 och omega-6).

Livsmedelsverket sätter nu punkt i den här konversationen.....

## **Livsmedelsverket rekommenderar det som är bäst för barnen**

<http://www.slv.se/sv/grupp3/Pressrum/Nyheter/Debattartiklar/Livsmedelsverket-rekommenderar-det-som-ar-bast-for-barnen/>

Ur nyhetsarkivet 2011-09-05

Debattreplik i Kristianstadsbladet, Borås tidning, Sundsvalls tidning och Hudiksvalls tidning i augusti 2011.

I en gemensam debattartikel påstår en grupp debattörer att Livsmedelsverkets råd om fett för barn saknar stöd i vetenskapen och att råden innebär en hälsofara. Det är inte sant. Tvärtom visar den senaste forskningen att folkhälsan skulle vinna på att vi äter mer sådant fett som finns i fet fisk, oljor och mjuka margariner, och mindre av sådant fett som finns i smör och fet mjölk. Vi utgår från vad vetenskapen säger när vi ger kostråd till barn.....

## **Klarläggande om Livsmedelsverkets kostråd**

Ur nyhetsarkivet 2011-09-05

<http://www.slv.se/sv/grupp3/Pressrum/Nyheter/Kommentarer/Klarlaggande-om-Livsmedelsverkets-kostrad/>

Intresset för mat och matvanor är stort och det pågår en intensiv diskussion runt om i landet om dieter och om vad som är det bästa för hälsan. Debattörerna är många och har olika bakgrund och utgångspunkter. Ibland förekommer det missuppfattningar om vad Livsmedelsverkets råd innebär. Här kommer några klargöranden.....

## **Njut av feta mejeriprodukter**

<http://www.kristianstadsbladet.se/debatt/article1540497/Njut-av-feta-mejeriprodukter.html>

Publicerad 7 september 2011 6.30 Uppdaterad 7 september 2011 11.43

Vi förstår att Livsmedelsverket (3/9) vill sätta punkt för debatten. Det är inte lätt för världskända forskare att erkänna att man tagit fel, när man i decennier varnat mot det mättade fett och i stället propagerat för en ökad användning av kolhydrater och därmed bidragit till en världsomfattande fetma- och diabetesepidemi.....

Återstår att se nu i SVTs program Vetenskapens Värld på måndag den 12/9 20.00

Läs mer i bloggen:

<http://bengtingerstam.wordpress.com/2011/09/09/kostdebatten-i-vetenskapens-varld/>