



**Matvæladagur MNÍ
Grand hótél Reykjavík 15. Október 2009**

Verðmæti í sérstöðunni og hollustunni

Inga Þórsdóttir prófessor og Ingibjörg Gunnarsdóttir dósent

Matvæla- og næringarfræðideild HVS

Rannsóknastofa í næringarfræði við HÍ og LSH

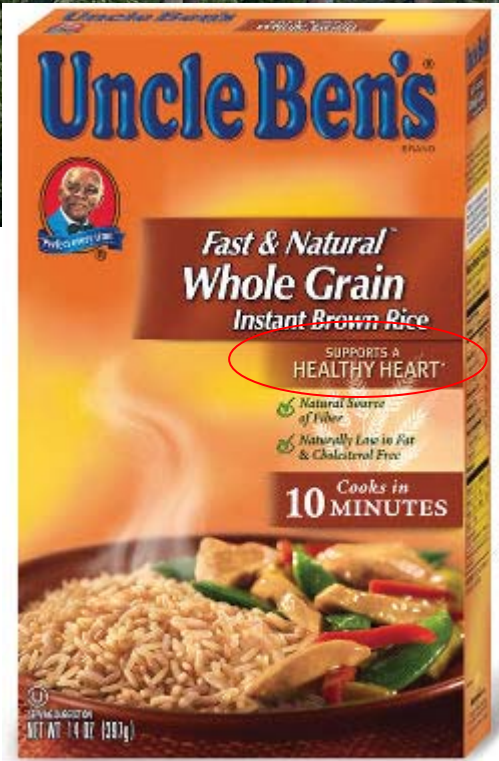
Netfang: ingathor@landspitali.is og ingigun@landspitali.is

Til umræðu

1. Heilsufullyrðingar
2. Rannsóknaraðferðir
Grundvöllur ráðlegginga & grundvöllur
heilsufullyrðinga
3. Verðmæti í framtíðin:
Matur & Næring & Heilsa

Heilsufullyrðing á matvæli

- Auglýsingar um matvæli innihalda í sívaxandi mæli næringar- og heilsufullyrðingar
 - Það sama má segja um merkimiða á umbúðum matvæla
- *Heilsufullyrðing* er sérhver fullyrðing þar sem er fullyrt, látið að því liggja eða gefið í skyn að það sé tenging á milli tiltekins matvælaflokks, tiltekinna matvæla, eða innihaldsefnis, og hollustu



Ný reglugerð um heilsufullyrðingar

- Til þess að tryggja vernd neytenda og auðvelda val þeirra var nýlega endurskoðuð reglugerð Evrópuþingsins og -ráðsins (EB) um næringar- og heilsufullyrðingar við merkingar matvæla
 - Reglugerðin verður tekin upp hér á landi á næstu mánuðum og gildir hún um **allar næringar- og heilsufullyrðingar** í viðskiptaorðsendingum, þar með talið almennar **auglýsingar** um matvæli og **kynningarátak**
 - Þessi reglugerð gildir einnig um **vörumerki** og **vöruheiti** sem líta má á sem næringar- og heilsufullyrðingar



HIMNESKT

Hjartalaga merki má túlka sem heilsufullyrðingu

"You are more than you appear to be - Life is greater than you have ever known it- The best is yet to come."

~ Ernest Holmes

Vörur | Námsk | og spjall | Solla in english |

Vörur

- Bökunarvörur
- Drykkir
- Fræ
- Hnetur
- Hunang
- Kex
- Kraftar
- Niðursoðnar Baunir
- Niðursuðuvörur
- Ólíur
- Pasta
- Smurálegg
- Sósur
- Sýróp
- Te
- Þurrkaðir Ávextir

Þú ert hér: Forsida > Vörur

Senda síðu →



Bakstur



Drykkir



Fræ



Hnetur



Hunang



Kex



Kraftar



Niðursoðnar Baunir



Niðursuðuvörur



Ólíur



Pasta



Smurálegg



Sósur



Sýróp



Te



Þurrk. Ávext.

Vörurnar okkar fást í eftirfarandi verslunum

- Nokkuð hefur borið á því að fullyrðingar séu notaðar á merkimiðum og í augslýsingum fyrir matvæli sem varða efni, sem ekki er búið að færa sönnur á að hafi jákvæð áhrif eða sem í augnablikinu er ekki nægileg vísindaleg samstaða um
- Ný reglugerð á að koma í veg fyrir slíkt

Vísindaleg rök fyrir fullyrðingum

- Er hægt að endurtaka rannsóknina og fá út sömu niðurstöður?
- Hvað hafa margar rannsóknir verið framkvæmdar?
- Gæði og tegundir rannsókna? =>
 - GRUNDVÖLLUR RÁÐLEGGINGA
 - GRUNDVÖLLUR HEILSUFULLYRÐINGA
- Eru niðurstöðurnar yfirfæranlegar á heildina?
- Er tölfræðilega marktækur munur?
- Er sambengi milli skammta og verkunar/hvernig?
- Eru áhrifin varanleg? Er verkunin sérhæfð?

Ný reglugerð

Jákvæðar eða neikvæðar fréttir fyrir matvælaeiðnaðinn?

<http://lysi.is/Neytendavara/Thorskalysi/Thorskalysiifloskum/>

- Spurningin er sú, hversu margar þessarar fullyrðinga muni standast skoðun EFSA og Evrópusambandsins?

EN reglugerðinni fylgja einnig tækifæri eins og td efni sem hafa áhrif á seddu, þyngd, blóðþrýsting, - einangrað prótein með lífvirkni ofl

Önnur matvæli án heilsufullyrðinga skapa líka tækifæri

Grundvöllur ráðlegginga

- Margs konar rannsóknir liggja yfirleitt bak við ákvörðun um ráðleggingu – leita að gagnreyndri þekkingu
- Fyrir næringarefni er reynt að skilgreina lágmarkspörf, meðalpörf og ofgnótt eða mörk eitrunar – þetta leiðir af sér RDS og önnur viðmið fyrir vítamín og steinefni
- Skilgreining á eða nálgun að því mataræði sem minnkar tíðni algengra krónískra sjúkdóma ræður miklu um ráðleggingar – þetta er áberandi fyrir orkuefnin og fyrir ráðleggingar um matvæli

Determining nutritional/dietary recommendations

Recommendations are reviewed on regular basis

- Developed from scientific data – local and international
- Evidence based knowledge about nutritional factors and health is behind the recommendations – as far as possible i.e. Best possible evidence
- Ex: NNR (Nordic Nutrition Recommendations) 2004
- Food Based Dietary Guidelines !
- Policy !

Grundvöllur ráðlegginga

Grundvöllur heilsufullyrðinga

Mismunandi rannsóknir vega misþungt þó hver rannsókn af mismunandi tagi geti verið jafnmikilvæg þegar hún er gerð

Ný matvæli – með viðbættum efnum – kröfur um íhlutun og athuganir á hvenær hugsanlegur ábati af vörunni á við

Grundvöllur ráðlegginga og heilsufullyrðinga

- **Dýratilraun**

- 1) yfirleitt alls ekki talið nóg en undantekning er td þróun krabbameins – aldrei nóg til að sýna heilsufarsáhrif af nýrri vöru þ.e. Fyrir heilsufullyrðingu
- 2) stundum góður grundvöllur fyrir tilgátu og oft notað til að skoða hugsanlegan “mekanisma”

Dæmi:

- 1) þróun krabbameins vegna sætuefna (mús/rotta)
- 2) þróun offitu (Ob mús) og melting/meltingarhraði (svín)



Grundvöllur ráðlegginga

- **Vistfræðileg rannsókn**

- 1) vísbending til stuðnings ráðleggingum og niðurstöðum annarra rannsókna
- 2) getur orðið mikilvæg þegar hún talar gegn því sem haldið er út frá td tilraun sem þó er almennt talin sterkari grunnur gagnreyndar þekkingar – þá mikilvægt ath fleiri þætti

Dæmi:

Sérstaða íslensku kúamjólkurinnar og sykursýki

Ecological observations

- Greenland
 - Low prevalence of CHD
 - High consumption of n-3 PUFA
- Westernization
 - Pima Indians
 - Overweight/obese => NIDDM
- Glutenintolerance
 - Higher than related nations
 - Välling – wheat flour



Grundvöllur ráðlegginga

- **Faraldsfræðileg “observation”**
 - vísbending, en verður stundum að duga
 - endurteknar líkar eða eins athuganir styrkja niðurstöðurnar
- **Faraldsfræðileg framsæ rannsókn**
 - stundum líkt við íhlutandi rannsókn
 - verður nokkuð oft að duga ásamt öðrum niðurstöðum frá rannsóknum sem raðast lægra á skalanum fyrir gagnreynda þekkingu

Cohort studies

Nokkur stór cohort þar sem næring er í aðalhlutverki

- Nurses' Health Study (original cohort)
- Nurses' Health Study II
- The Health Professionals Follow-Up Study
- The Bogalusa Heart Study
- The Danish National Birth Cohort
- The Norwegian Mother and Child Cohort Study

Grundvöllur ráðlegginga og heilsufullyrðinga

- **Stytttri tilraunir eða athuganir á mönnum**
 - leitast er við að halda öllum þáttum nema einum stöðugum – mikið notað til að kanna áhrif einstakra matvæla
 - oft erfitt þegar kemur að matvælum
- **Lengri tilraunir eða athuganir á mönnum**
 - erfiðara að halda undir “control”

Grundvöllur ráðlegginga og hugsanlega heilsufullyrðinga

- **Íhlutandi rannsókn til langs tíma**
 - með einangruðum þáttum
 - hinn gullni staðall fyrir ráðleggingu og fyrir heilsufullyrðingu
 - oft gengur ekki að gera (langtíma) tilraunir á mönnum td þar sem öllum þáttum nema einum er haldið stöðugum

ATH

- Sumir faraldsfræðingarnir gagnrýna oftrú á “tilrauninni” þar sem aðstæður eru aldrei eðlilegar
- Og sumir vísindamenn sem gera framsæar íhlutandi rannsóknir gagnrýna faraldsfræðina



Hvar liggja verðmæti

- Um 1,2 milljarður vannærður
- Um 4 milljarðar við fátæktarmörk
- Hvað getum við lagt til?
 - sem kemur þeim og okkur vel
- Hvar er næring? Hvernig nýtist næringin?
- Hversu mikið er nóg/best?

Leiðir að nýsköpun og verðmætasköpun

- Manneldisstefna – “pólitísk” áhrif
- Hvað er æskilegt að gera/breyta og hvernig?
- Getum við (MNÍ) ekki orðið best þar (líka) ?