

Regeringsuppdrag att genomföra åtgärder för ett minskat saltintag och ett minskat intag av energitäta näringsfattiga livsmedel

Delrapport 1



Innehåll

Sammanfattning.....	5
Uppdraget	6
Bakgrund	7
Saltsänkning	7
Sockeränkning.....	7
Kunskapsunderlag	7
Resultat.....	8
Undersökning av konsumenternas kunskap och attityd till salt	8
ReduSalt - Saltreduktion i livsmedel.....	10
Fördjupad analys av resultat från matvaneundersökning	10
Möten med externa aktörer.....	11
Ekonomisk redovisning.....	12

Sammanfattning

Livsmedelsverket fick i november 2020 i uppdrag av regeringen att undersöka och skapa förutsättningar för en överenskommelse i livsmedelsbranschen om att sänka salt- och sockerhalten i livsmedel, samt att ta fram kunskapsunderlag om hur intaget av energitäta och näringsfattiga livsmedel kan minska. En undersökning om konsumenternas attityder till salt har genomförts. Livsmedelsverket deltar också aktivt i det Vinnova-finansierade projektet ReduSalt. Vidare har ett antal möten med olika aktörer ägt rum som en del av planeringen för projektet.

Uppdraget

Regeringen har gett i uppdrag åt Livsmedelsverket att undersöka och skapa förutsättningar för en överenskommelse i livsmedelsbranschen om att sänka salt- och sockerhalten i livsmedel, samt att ta fram kunskapsunderlag om hur intaget av energitäta och näringsfattiga livsmedel kan minska. I uppdraget ingår att främja en sådan överenskommelse och följa upp effekterna. Uppdraget löper till december 2023 och ska slutredovisas senast den 15 februari 2024.

Bakgrund

Ohälsosamma matvanor är en av de största orsakerna till ohälsa och för tidig död. Livsmedelsverket har sedan länge råd om hållbara matvanor, men andra åtgärder än råd behövs för att påverka matvanorna i rätt riktning. Livsmedelsverket har nu fått i uppdrag av regeringen att på tre olika sätt arbeta med åtgärder för att främja hälsosamma matvanor. Det handlar om att sänka halterna av salt och socker i maten och att ta fram ett kunskapsunderlag om hur intaget av energitäta näringsfattiga livsmedel kan minska.

Saltsänkning

En stor del av befolkningens intag av salt kommer från vanliga livsmedel som bröd, ost och charkuteriprodukter. För att göra det möjligt att minska på intaget av salt behöver därför salthalterna i dessa livsmedel sänkas. Uppdraget från regeringen handlar om att undersöka och skapa förutsättningar för en överenskommelse med livsmedelsbranschen om ett generellt saltsänkingsprogram samt uppföljning av effekterna.

Sockersänkning

Livsmedelsverkets senaste matvaneundersökning, [Riksmaten Ungdom](#), visade att över hälften av deltagarna i undersökningen rapporterade ett intag av tillsatt socker som låg över det rekommenderade maxintaget. Storkonsumenterna drack nästan en liter läsk om dagen. Regeringsuppdraget omfattar även en sänkning av socker i sockersötade livsmedel, med fokus på livsmedel som barn och ungdomar äter eller dricker mycket av.

Kunskapsunderlag

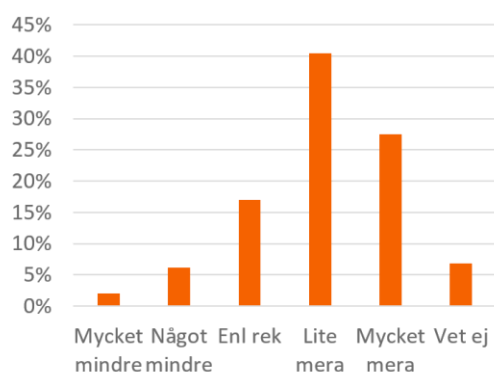
Den tredje delen av uppdraget är att ta fram ett kunskapsunderlag om vilka metoder som har effekt för att förändra matvanorna i olika socioekonomiska grupper. Metoderna ska kunna användas av olika aktörer i samhället.

Resultat

Undersökning av konsumenternas kunskap och attityd till salt

I december 2020 genomförde Livsmedelsverket med hjälp av undersökningsföretaget Origo Group en konsumentundersökning med frågor om konsumenternas kunskaper och attityder till salt. När det gäller saltsänkning så är konsumenternas efterfrågan på produkter med lägre salt och deras preferens för lägre salt en väldigt viktig del för att saltsänkingsarbetet ska minska. Därför rekommenderar WHO återkommande undersökningar av konsumenternas kunskap om salt och attityd till salt¹. Det bedöms lika viktigt som att följa upp saltinnehållet i livsmedel eller salt i urin. Den saltundersökning som nu gjordes blir en nollmätning för att se om kunskap om samt attityd till salt ändras då arbetet med salt nu intensifieras.

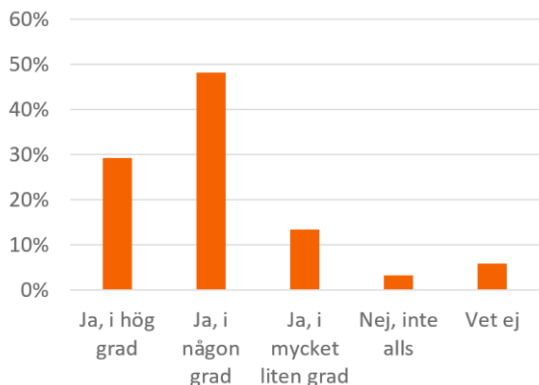
Tror du att vi svenskar generellt äter mer eller mindre salt än det som rekommenderas av myndigheterna?



Konsumenternas kunskap om salt var relativt hög. 4 av 10 tror att de får i sig lite eller mycket mer än de högst 5-6 gram salt som rekommenderas. Överlag trodde de tillfrågade att andra fick i sig mer salt, mer än 65 procent uppgav att de trodde att vi äter mer salt än rekommenderat (figur 1).

¹ [Accelerating salt reduction in Europe, WHO \(pdf\)](#)

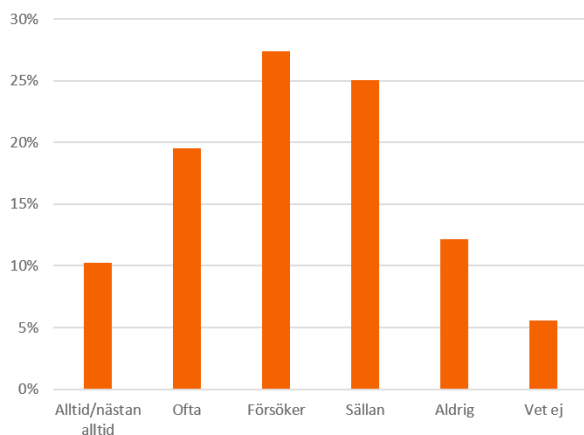
Tror du att för mycket salt kan påverka hälsan negativt?



Mer än 3 av 4 tror att salt i någon eller hög grad kan påverka salt negativt. Det är framförallt högt blodtryck (77 procent) och hjärt- och kärlsjukdom (73 procent) som de tillfrågade trodde att salt kunde öka risken för. Det var signifikant fler kvinnor som tror att salt kan påverka hälsan negativt.

Vilket av följande påståenden stämmer bäst in på dig?

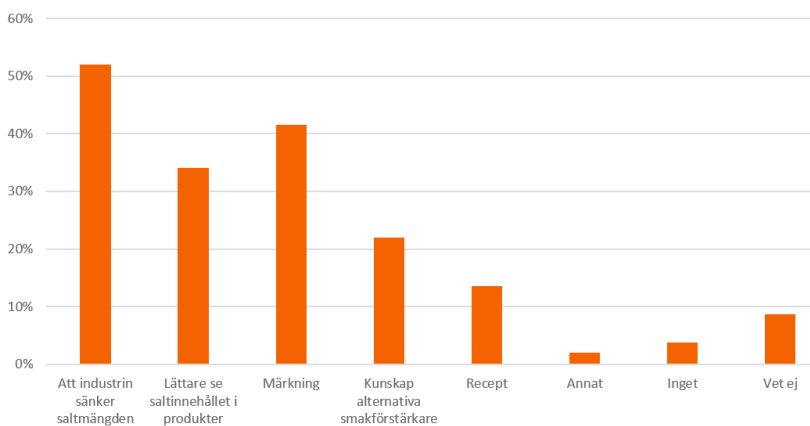
Jag försöker ...minska mitt saltintag



Mer än hälften av de tillfrågade uppgav att de försöker minska sitt saltintag. De 3 vanligaste sätt som uppgavs för att minska saltintaget var: ”smakar på maten innan jag saltar den” (54 procent), ”saltar inte maten extra innan jag äter den” (43 procent), ”saltar mindre när jag lagar mat” (43 procent).

Hälften uppgav att om det skulle finnas produkter som innehöll mindre salt så skulle de ganska eller mycket sannolikt välja dessa.

Vad skulle kunna hjälpa dig att äta mindre salt? (Flera svar möjliga)



På frågan vad som skulle kunna hjälpa dig att äta mindre salt svarar mer än hälften att industrin sänker saltmängden. Märkning och lättare att se saltinnehållet i produkter uppgavs också som något som kan hjälpa till för att minska saltintaget.

Slutsatsen från undersökningen är att konsumenterna är medvetna om att intaget av salt är för högt och att det medför risker för hälsan. De flesta strävar efter att minska på saltintaget och önskar att industrin sänker saltinnehållet i maten. Resultaten kommer att utgöra viktiga underlag i dialogen med livsmedelsbranschen.

ReduSalt - Saltreduktion i livsmedel

Livsmedelsverket är en aktiv part i det Vinnova-finansierade projektet ReduSalt som RISE driver. Målet för ReduSalt är att implementera metoder som hjälper livsmedelsbranschen att reducera salthalten i sina produkter för att bidra till sänkt saltkonsumtion hos den svenska befolkningen.

Livsmedelsverkets huvudsakliga roll i ReduSalt har varit att delta vid intervjuer med Vinnova samt att vara en av två arbetspaketsledare för arbetspaketet ”nätverk för fortsatt arbete med saltsänkning”. Arbetet med nätverket inom ReduSalt ser vi som en förutsättning för att snabbt kunna komma igång med regeringsuppdraget. Det finns stora synergieffekter att samköra regeringsuppdragets arbete med salt med det arbete som nätverket för saltsänkning gör.

Fördjupad analys av resultat från matvaneundersökning

En djupare analys av resultaten från Livsmedelsverkets senaste matvaneundersökning, Riksmaten Ungdom, kommer att göras för att se om det finns samband mellan hög konsumtion av energitäta näringsfattiga livsmedel och matvanorna i övrigt samt olika bakgrundsfaktorer. Likaså kommer eventuella samband mellan hög konsumtion av energitäta näringsfattiga livsmedel och ungdomarnas näringsstatus att analyseras. Syftet med denna fördjupade analys är att identifiera potentiella målgrupper och att få kännedom om när konsumtionen huvudsakligen sker, så att åtgärder kan riktas där de förväntas ha störst effekt. Analysen kommer att utgöra ett av flera underlag till kunskapsunderlaget om metoder för att minska konsumtionen av energitäta och näringsfattiga livsmedel.

Möten med externa aktörer

Livsmedelsverket har haft ett antal möten med olika aktörer för att berätta om uppdraget och lyssna in synpunkter från exempelvis livsmedelsbranschen och konsumentorganisationer, som ett led i planeringen för uppdraget. Det finns ett stort intresse för uppdraget och branschen har uttryckt en stor vilja att samarbeta kring uppdraget. De aktörer vi hittills har rådgjort med är Livsmedelsföretagen, LRF, [Nationellt nätverk för bra matvanor](#), [Livsmedelsverkets samverkansgrupp med ideella organisationer](#), Cancerfonden och Hjärt- lungfonden. Möten planeras även med Svensk Dagligvaruhandel och Visita.

Planeringen för projektet pågår. Planen är att fokusera på salt under 2021, på socker 2022 och på monitorering under 2023. Arbetet med att ta fram kunskapsunderlag kommer att löpa parallellt med de andra aktiviteterna.

Ekonomisk redovisning

Medel	SEK
Mottagna medel	500 000,00
Lönekostnader	-237 277,00
OH kostnader	-174 134,00
Konsumentundersökning	-97 200,00
Totala kostnader	508 611,00
Resultat	- 8 611,00

(Alla medel förbrukade, ingen återbetalning)

