

Forskningsplan för Riksmaten ungdom

Bakgrund

I Livsmedelsverkets uppdrag ingår att genomföra nationella matvaneundersökningar med det övergripandet syftet att mäta matvanor på ett nationellt representativt urval. Livsmedelsutbud, livsstil och livsmedlens innehåll av näringsämnen, toxiska ämnen och patogena mikroorganismer ändras kontinuerligt och det är därför viktigt att följa befolkningens matvanor och livsstil fortlöpande.

Information från matvaneundersökningar används för att beräkna exponering för till exempel skadliga ämnen som kan finnas i mat. När exponering beräknas kombineras data på intag av livsmedel med haltdata för olika ämnen i aktuella livsmedel. Dessa beräkningar har flera felkällor och osäkerheter och dessutom saknas ofta korrekt information om biotillgänglighet och haltdata. Ett alternativt sätt att fastställa/mäta exponering är att mäta biomarkörer för olika toxiska ämnen, mikroorganismer och nutritionsstatus. Genom att kombinera information om livsmedelsintag, halter i livsmedel och halter i blod och urin får vi en djupare och mer komplett bild av exponeringen för skadliga ämnen och näringsstatus.

Livsmedelsverket har tidigare genomfört flera nationella matvaneundersökningar: HULK 1989, Riksmaten 1997-98, Riksmaten barn 2003 och Riksmaten vuxna 2010-11. I den senaste undersökningen på barn - Riksmaten barn 2003 undersöktes barn som var 4 år och skolbarn från årskurs 2 och 5. Aktuell information om skolbarns och ungdomars matvanor saknas och det är därför angeläget att studera ungdomars matvanor eftersom ungdomarna är en viktig grupp att nå i folkhälsoarbetet.

Syfte

Syftet med matvaneundersökningen är att samla in information om matvanor och andra livsstilsfaktorer, kroppsmaått, socioekonomiska och demografiska faktorer, samt biologiska prover från ungdomar (flickor och pojkar) i årskurs 5, årskurs 8 och årskurs 2 i gymnasiet samt ungdomar som inte går i gymnasiet födda samma år i Sverige så att

- Vi kan göra tillförlitliga och kvalitetssäkrade risk- och nyttovärderingar.
- Vi har referensdata för barn och ungdomar i Sverige för framtida undersökningar.
- Vi kan se trender och kan utvärdera vårt arbete med bra matvanor.
- Vi kan skraddarsy råd och åtgärder till olika målgrupper och aktörer som bidrar till säker mat och bra matvanor.
- Vårt lagstiftningsarbete kan ta hänsyn till svenska förhållanden.

2015-04-27

Projektbeskrivning

Riksmaten Ungdom består av en pilotstudie och en huvudundersökning. Samma studieupplägg kommer att användas i både pilot- och huvudundersökning. Syftet med pilotstudien är att testa studiens alla delar och att genomföra en validering av matvaneundersökningsmetoden RiksmatenFlex. Pilotundersökningen planeras till hösten 2015 och huvudundersökningen till läsåret 2016-17.

Deltagare och urval

Flickor och pojkar i årskurs 5, årskurs 8 och årskurs 2 på gymnasiet ingår i undersökningen. Rekryteringen av deltagarna görs på ett representativt urval av skolor ur skolregistret (stegvist klusterurval) och ungdomarna rekryteras klassvis. Detta rekryteringsförfarande gav en hög svarsfrekvens i den tidigare matvaneundersökningen Riksmaten barn 2003. Urvalet till pilot och huvudundersökning kommer att göras av Statistiska Centralbyrån.

I huvudundersökningen ska 1000 ungdomar i varje åldersgrupp rekryteras. Matvanorna undersöks hos alla 3000 flickor och pojkar och biologiska prover tas på cirka 1200 flickor och pojkar (400 i varje åldersgrupp). Ungdomar som inte går i gymnasiet beräknas uppgå till ca 10% av ungdomarna i årskurs 2. Dessa kommer att rekryteras individuellt från befolkningsregistret.

Till pilotstudien rekryteras 300 deltagare, 100 i varje åldersgrupp. I gruppen ungdomar som inte går på gymnasiet kommer en överrekrytering att ske i pilotstudien så att vi får minst 30 deltagare i denna grupp. För detta urval krävs det att skolregister och befolkningsregister samkörs. Alla de 300 ungdomarna som deltar i pilotundersökningen kommer att tillfrågas om att lämna blod- och urinprover och att delta i valideringsstudien.

Metoder

Beskrivning av undersökningen

Undersökningen omfattar insamling av information om matvanor (Riksmaten FLEX och enkät), livsstilsfaktorer (enkätfrågor) och socioekonomi (enkätfrågor och registerdata), biologiska prover (blod och urin) samt längd och vikt. Metodiken beskrivs i mer detalj nedan.

Undersökningen går till så att vi först kontaktar rektor vid en utvald skola och ber rektor utse en skolklass och kontaktperson. Sen följer det första besöket i skolan som är ett informationsbesök i klassrummet. Detta besök tar ca 45 min. Därefter följer själva undersökningstillfället där eleverna får information om hur de ska registrera sin mat och dryck i RiksmatenFlex. De får sedan registrera allt de åt dagen före undersökningen och fortsätta registrera all mat och dryck

LIVSMEDELSVERKET
Området för undersökning och vetenskaplig stöd
Risk- och nyttovärderingsavdelningen
Ulla-Kaisa Koivisto Hursti

PROJEKTPLAN

3(6)

2015-04-27

under den aktuella dagen. De får också fylla i en enkät via webben. Vid besöket mäts och vägs deltagarna och för en del av urvalet tas även blodprover. Efter 1-2 veckor får ungdomarna ett sms eller mejl där de ombeds registrera sitt matintag igen i RiksmatenFlex. De två yngsta åldersgrupperna (åk 5 och åk 8) ska registrera allt de äter och dricker dagen efter meddelandet medan den äldsta åldersgruppen ska registrera allt de ätit och druckit dagen innan (åk 2 på gymnasiet).

Pilotundersökning

Pilotundersökningen som kommer att genomföras under perioden sept 2015 – januari 2016 följer samma protokoll som huvudundersökningen. Då pilotundersökningen syftar till att testa protokollets alla delar kan vissa justeringar behöva göras inför huvudundersökningen. Som en del av pilotundersökningen görs också en valideringsstudie av RiksmatenFlex för den grupp som också lämnar blod- och urinprover. Detta innebär att deltagarna får upprepa matvanemätningen med en annan metod och information om ytterligare två dagar mat och dryck samlas in (se Validering av RiksmatenFlex nedan).

RiksmatenFlex - matvaneregistrering

Livsmedelsverket har tagit fram en ny webbaserad metod för att samla in information om matvanor för undersökningen Riksmaten ungdom – RiksmatenFlex. Metoden bygger på att det är deltagarna själva som rapporterar allt de äter och dricker, antingen det man åt och drack igår (24-timmars recall) eller som en registrering under aktuell dag. Portionsstorlekar uppskattas med hjälp av en portionsguide som finns inbakad i själva webbmetoden. En livsmedelslista som utgår från Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas har särskilt utvecklats för Riksmaten ungdom. På så sätt kan automatiserade beräkningar av energi- och näringsintag samt livsmedelskonsumtion göras.

Enkät och Frekvensformulär

Deltagarna ska svara på en målgruppsanpassad webbenkät med frågor om längd, vikt, utbildning, hushållsstorlek, födelseland, skollunchen, hälsa, solvanor, fysisk aktivitet och matvanor mm. Frågor om matvanor besvaras i ett matfrekvensformulär.

Matfrekvensformuläret behövs för att samla in information om livsmedel som äts sällan. Vi vill även att föräldrar ska svara på några frågor om deras barn. Startsidan för enkät-frekvensformulär och RiksmatenFLEX metoden är gemensam och samma användarID och lösenord används för att logga in.

LIVSMEDELSVERKET
Området för undersökning och vetenskaplig stöd
Risk- och nyttovärderingsavdelningen
Ulla-Kaisa Koivisto Hursti

PROJEKTPLAN

4(6)

2015-04-27

Registerdata

Kön, ålder, region/län/kommun, tätort/landsbygd samt skola hämtas direkt ur skolregistret.

Blod- och urinprover samt längd och vikt

Blod- och urinprov tas av personal vid Arbets- miljömedicinkliniker (AMM) i skolans lokaler. Deltagarna får lämna ett urinprov på högst 100 ml) och en forskningssjuksköterska tar ett blodprov i en ven i armvecket på högst 2 ml blod per kg kroppsvikt (max 60 ml). Blodprovtagningen sker vid behov med hjälp av bedövningsmedel vilket kan minimera obehaget som sticket kan ge. AMM personalen kommer även att mäta och väga ungdomarna som lämnar blod- och urinprov. Övriga ungdomar vägs och mäts av personal från Livsmedelsverket.

Följande analyser planeras i blod och urinproverna: nutritionsmarkörer (vitaminer, mineraler och fettsyror), mykotoxiner, bekämpningsmedel, mineraler, tungmetaller, miljöföroreningar och andra ämnen kopplade till livsmedelskonsumtion.

Prover kommer också att lagras i Livsmedelsverkets biobank för framtida analyser.

Validering av RiksmatenFlex

Valideringen av Riksmaten Flex genomförs som en del av Pilotundersökningen för Riksmaten ungdom. I tillägg till undersökningens protokoll intervjuas ungdomarna vid två tillfällen om allt de ätit och druckit dagen innan intervjun i en 24-timmars recall. Första gången görs intervjun i skolan och andra gången görs intervjun via telefon. Hälften av eleverna kommer att få börja rapportera sitt intag i webbregistreringen och hälften av eleverna kommer att få börja med att bli intervjuade i en 24-timmars recall. Ordningen för vilken metod eleverna gör först lottas. Kostrapporteringen med den andra metoden görs ca 2-4 veckor efter den första och det kommer behövas ett extra besök på skolan för intervjun.

Frågeställningar att utvärdera i valideringsstudien

- 1) skillnad i energi- och näringsintag mellan metoderna
- 2) hur väl fångar vi energiintag med respektive metod
- 3) hur väl fångar vi frukt och grönsaksintag med respektive
- 4) hur väl fångar vi fullkornsintaget med respektive metod
- 5) Förlostrar vi någon detaljinformation när vi använder webbregistreringen jämfört med om ungdomarna intervjuas i en 24-timmars recall-intervju.

2015-04-27

Frukt- och grönsaksintag, fullkornsintag och salt kommer att jämföras med markörer för dessa livsmedelgrupper i blod och urinprover (karotenoider mätt i plasma för frukt- och grönsaksintaget, alkylrecorsinoler mätt i plasma för fullkornsintaget och natrium i urinen för saltintaget). Fysisk aktivitet kommer också att mätas under fyra dagar med aktivitetsmätare.

Undersökningen bland ungdomar som inte går i gymnasiet

Bland de ungdomar som inte går på gymnasiet kommer inga biologiska prov att samlas in. Eftersom deltagarna inte går i skolan måste dessa ungdomar väljas ut individuellt och rekrytering och information om studien kan inte ske på samma sätt som för de övriga deltagarna.

Vi kommer först att skicka ut en skriftlig inbjudan till ungdomar, enligt SCBs urval. Detta brev kommer även innehålla information om hur RiksmatenFLEX fungerar. Efter några dagar ringer vi upp deltagaren och informerar ytterligare om studien. Vi kommer att högst ringa 4 samtal till varje deltagare. Samtycket för denna del av undersökningen kommer att vara passivt och därmed kommer en inskickad registrering och/eller jakande svar i telefonen räknas som att personen har tackat ja till att delta. Information om studien kommer även att finnas på webbsidan för deltagaren att tillgå.

Tidsplan

2014-2015	Förberedelser (inklusive utveckling av ny webbmetod för kostregistrering, enkäter och frekvensformulär)
Hösten 2015	Pilotstudie och valideringsstudie
2016-2017	Datainsamling i huvudundersökningen
2017-19	Analys av biologiska prover, databearbetning, rapportering och kommunikation av resultaten.
2014-2019	Utvärdering av projektet (pågår under hela projektperioden)

LIVSMEDELSVERKET
Området för undersökning och vetenskaplig stöd
Risk- och nyttovärderingsavdelningen
Ulla-Kaisa Koivisto Hursti

PROJEKTPLAN

6(6)

2015-04-27

Undersökningens betydelse

Livsmedelsverket får aktuell konsumtionsdata för ungdomar i åk 5, åk 8 och åk 2 i gymnasiet som kan användas i risk-nyttavärderingar.

Livsmedelsverket får biologiska mätningar och kan studera samband mellan vissa näringsämnen, pesticider, metaller m.m. i blod och urin, och matvanor.

Sammanfattningsvis kommer Riksmaten ungdom att generera ny viktig kunskap om ungdomar i Sveriges matvanor och livsmedelskonsumtion. Den insamlade informationen utgör ett ovärderligt underlag för det svenska folkhälsoarbetet för bra matvanor där ungdomar är en viktig målgrupp. Det bidrar också till att arbetet med säker mat och lagstiftningsarbetet inom EU och Codex kan ta hänsyn till svenska förhållanden.

Förfrågan till rektor om skolans deltagande i den landsomfattande matvaneundersökningen Riksmaten ungdom

Livsmedelsverket jobbar för att maten vi äter ska vara säker och för att främja bra matvanor. För att kunna göra det behövs kunskap om svenska folkets matvanor; vad vi äter och hur mycket av olika ämnen vi får i oss via maten. Därför ingår det i Livsmedelsverkets uppdrag att göra matvaneundersökningar. Resultaten från matvaneundersökningar används för att studera matvanors betydelse för hälsa och sjukdomar, för att utveckla kostråd och som underlag till lagstiftning.

Nu genomförs en undersökning för att ta reda på vad ungdomar i Sverige äter och dricker. Den landsomfattande undersökningen omfattar elever i grundskolans årskurs 5 och 8 samt årskurs 2 på gymnasiet och kommer att genomföras under läsåret 2016-17. Under hösten 2015 genomförs en pilotundersökning för att testa att allt i undersökningen fungerar och testa två olika sätt att rapportera mat och dryck på. <x>-skolan är en av de skolor som slumpvis valts ut för att delta. Deltagandet är naturligtvis frivilligt men för att undersökningen ska bli bra är det viktigt att så många som möjligt i den utvalda klassen kan delta. Alla namn och adressuppgifter behandlas självfallet konfidentiellt och de inkomna svaren kommer att presenteras som siffror i tabeller så att inga enskilda svar kommer kunna identifieras.

Så här går det till

En representant från Livsmedelsverket kommer att avtala tider med utsedd lärare/skolpersonal för tre besök på skolan. Vid det första besöket informeras eleverna om undersökningen. De får även skriftlig information och ett samtyckesformulär att ta med hem till sina vårdnadshavare. De kommande dagarna ber vi ansvarig skolpersonal att hjälpa oss att samla in de ifyllda samtyckesformulären. Det första besöket tar ca 45 minuter. Vi återkommer till skolan för själva undersökningen vid två tillfällen med några veckors mellanrum. Vid båda tillfällena ska eleverna rapportera vad de har ätit och druckit dagen innan. Detta görs via två olika metoder: 1) via webben som besvaras via dator, surfplatta eller smartphone, eller 2) via enskild intervju i skolan vid första tillfället och via telefonintervju vid det andra tillfället. Eleverna kommer att lottas till vilket alternativ de ska börja med.

Vid det första undersökningstillfället kommer vi väga och mäta eleverna och en sjuksköterska kommer att ta blod- och urinprover. Eleverna ombeds också att besvara ett webbformulär med frågor om matvanor och livsstilsfaktorer.

Undersökningen om matvanor kan användas i undervisningen

Vi hoppas att er skola vill vara med i undersökningen och välja ut en klass i årskurs x som vi får besöka vid tre tillfällen under skoltid. Som tack för hjälpen får eleverna ett presentkort på 300 kronor. I samband med besöken vill vi också höra er skolas syn på hur vi kan stödja skolor i undervisningen om mat, livsstil och hälsa. För mer information om undersökningen se www.riksmatenungdom.se

Svarsformulär

Till detta brev bifogas ett formulär som vi ber dig fylla i och mejla till xx@slv.se, tillsammans med adresslista för x utvald klass. Även om er skola inte har möjlighet att delta i undersökningen ber vi dig meddela detta och skicka tillbaka formuläret så snart som möjligt.

Undersökningen genomförs av Livsmedelsverket i samarbete med Arbets- och miljömedicinska kliniker.

Om du har några frågor angående studien får du mycket gärna kontakta mig!

Ulla-Kaisa Koivisto Hursti, Projektledare för Riksmaten ungdom, Livsmedelsverket
ulko@slv.se, telefon 018-17 5500

Vi hoppas att er skola vill vara med i undersökningen!

SVARSFORMULÄR

Mejlas till:

Riksmaten ungdom

Mejladress

Som rektor för nedanstående skola

- ☐ godkänner jag att nedanstående klasser i vår skola deltar i Livsmedelsverkets undersökning om barns matvanor
- ☐ meddelar jag att vår skola inte möjlighet att delta i Livsmedelsverkets undersökning om barns matvanor

.....
Skolans namn

.....
Ort eller stad

.....
Rektors underskrift

.....
Namnförtydligande

OBS: Bifoga Klassens adresslista!

.....
Namn klasslärare

E-post:

Telefon, arb:

Mobiltelefon: