

Er sunn mat etisk mat?

Kan vi spise sunt og samtidig bærekraftig og kan vi brødfø alle på hele planeten uten samtidig å ødelegge den?



Eivind Solheim, Birger Svihus og Hege Gjessing i munter passiar. Foto Lisbet T. Kongsvik

– Dette er et viktig tema. Noe må gjøres for å få riktig fordeling slik at det vil være nok mat til alle fremover, sa president Hege Gjessing på årsmøteseminarer til Hordaland legeförening.

– Den produserte maten er et problem, og det merker helsevesenet. Det er flere kronisk syke, flere er overvektige og det er en økning av diabetes 2. Som forebyggingstiltak for å bedre folkehelsen foreslår Legeföreningen én times fysisk aktivitet i skolen hver dag, god merking av mat, utfasing av tobakksrøyk innen 2035 og en restriktiv alkoholpolitikk, og ikke minst er vi opptatt av at sunn mat skal gjøres billigere, sa Gjessing. Gjessing var invitert til å innlede til debatt på årsmøteseminarer.

Vanskelig å spise etisk mat

– Er det mulig å spise både sunn og etisk mat?
– Dette er et ekstremt viktig og samtidig et ekstremt vanskelig område. Det er ikke vanskelig å spise sunt, men å spise etisk er mer komplisert og gjør at mange faller av lasset, sa Birger Svihus, professor i ernæring ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitetet i Ås.

– Det å ha nok mat og bærekraftig mat er en utfordring. Klodens befolkning øker tilsvarende Bergens befolkning hver eneste

dag. Nok mat er kun mulig med teknisk vitenskap og utvikling i landbruket. For å få avlingsøkning er vi avhengig av kunstgjødsel og sprøyting. Dette er et spark til de som tror vi kan kutte ut denne utviklingen med den befolkningsveksten vi har. Denne tematikken må settes på den politiske dagsorden, understreket Svihus.

Kortreist mat

– Sukker er den mest klimavennlige maten fordi sukker gir minst klimagassutslipp per energienhet produsert. Svenske drivhus-tomater gir for eksempel høyere drivhusgassutslipp per energienhet enn storfekjøtt. Det er derfor en utfordring å snakke om sunn og klimavennlig mat, sa Svihus.

– Kortreiste grønnsaker som er dyrket på friland er de mest miljøvennlige. Importerte eksotiske frukter og grønnsaker er sunt men transport med fly gjør dem ikke klimavennlige. Så hva er så sunn og bærekraftig mat? Jo, kortreiste poteter, kortreist bygg og havre, mange kortreiste frilandgrønnsaker og frukt, villfanget og kortreist fisk, kjøtt fra kortreiste beitedyr i noen tilfeller og tørket belgfrukt. Det er altså mulig å spise både sunt og bærekraftig, sa Svihus.

På slutten av foredraget viste han bilde av en porsjon fårrikål.

– Fårrikål kan være både sunt og bærekraftig, men det avhenger av hvilke forhold sauene har levd under, avsluttet han.

Tro og tvil

– Diskusjonen på møtet var spennende. Dette er et tema det er mange ulike meninger om, og mye engasjement rundt, sier lederen av Hordaland legeförening Eivind Solheim.

– Forskningen er noe sprikende, og det er mangel på gode intervensjonsstudier, slik vi har i mange andre felt. Det åpner jo mer for personlig «tro og tvil» hos den enkelte lege. Selv om vi har norske retningslinjer for kosthold, har disse vært i noe endring de siste årene. På møtet forsøkte vi jo også å få en annen vinkling enn bare helse, nemlig bærekraftsperspektivet. Dette tror jeg var ny og nyttig kunnskap for flere av oss, sier en fornøyd lokalforeningsleder som kunne skilte med 120 deltakere på årsmøteseminarer.

Lisbet T. Kongsvik

lisbet.kongsvik@legeföreningen.no
Samfunnspolitisk avdeling