



for a living planet®

Världsnaturfonden WWF

Ulriksdals Slott
170 81 Solna

Växel: 08 624 74 00
Direkt: 08- 624 74 09
Fax: 08 85 13 29
Allmänt: info@wwf.se
inger.naslund@wwf.se
www.wwf.se

Remissvar från Världsnaturfonden WWF: Livsmedelsverkets uppdaterade kostråd dnr 2014/40985

Världsnaturfonden WWF tackar för möjligheten att ge synpunkter på nya uppdaterade kostråd. Vi arbetar under parollen "Hållbar mat för alla" med frågor som rör vad vi äter för att minska negativ påverkan på den biologiska mångfalden och våra möjligheter att leva inom ramarna för en planet. Inom EU-projektet "LiveWell" for LIFE har vi tillsammans med flera europeiska länder utvecklat ett arbete omkring hälsosam kost med minskad klimatpåverkan, något som utgör ett bra underlag för våra synpunkter på dessa kostråd. Inom "LiveWell" har vi, i bred samverkan, enats om sex kostråd:

- Ät mindre och bättre kött. Detta är något av det viktigaste vi kan göra för att minska matens klimatpåverkan – köttkonsumtionen bör halveras för de flesta som lever i rika länder. Ersätt då inte enbart köttet med fisk utan variera ditt proteinintag. Och när du väl äter kött, se till att välja bra kött där man har tagit hänsyn till djuromsorg, miljö och hållbarhet.
- Ät mer grönsaker, baljväxter och fullkorn. Detta budskap talar för sig självt – det är både klimatsmart och nyttigt att basera matvalen på grönsaker och fullkornsprodukter. Och baljväxter ger dig gott om näringsämnen och protein.
- Ät varierat. En varierad matsedel är färgrik och innehåller olika näringsämnen som vi behöver. Proteinet bör komma från olika källor, gärna mycket från baljväxter, men kan också komma från ägg. Om du väljer mjölkprodukter, kött och fisk så bör det utgöra en mindre och varierad andel med så liten miljöpåverkan som möjligt.
- Släng mindre. Visst borde det vara självklart? Idag slängs ungefär en tredjedel av all mat som produceras.
- Ät certifierat. En certifiering innebär att det görs en oberoende kontroll på att produkten lever upp till en standard och uppfyller ställda krav.
- Ät mindre fett, socker och salt. Undvik "tomma" kalorier som finns i godis, chips och läsk.

WWF ser att dessa råd ligger i linje med Livsmedelsverkets kostråd, vilket är positivt eftersom det möjliggör en samstämmig och sammanhållen kommunikation till konsument och aktörer inom kost och måltid.

Råd om bra matvanor - Risk- och nyttohanteringsrapport

Generella kommentarer

Att integrera hälsa och miljö i kostråden är ett nytt och viktigt steg för hållbar livsmedelskonsumtion. WWF välkomnar inriktningen vad gäller hänsyn till miljö och hälsa men anser att det finns mer att göra för att lyfta fram miljöfrågan tydligare i kostråden. Ett exempel är rådet om minskad köttkonsumtion "Ät mindre rött kött och chark, inte mer än ungefär 500 gram i veckan". Även en köttkonsumtion på denna nivå ger hög miljöpåverkan, något som borde tydliggöras. Dessutom borde Livsmedelsverket ge en rekommendation för köttkonsumtionen generellt, inte bara för rött kött och chark, se nedan.

En övergripande fråga är dessutom hur dessa råd hjälper personer som redan äter vegetariskt/veganskt. Underlagsrapporten är fåordig till stöd för val av protein i måltiden utom vad gäller animaliskt protein och rena baljväxter. Ett ökande marknadssegment i handeln är ersättningsprodukter för kött, t ex quorn, processade soja- och veteprodukter, och en utveckling av råden vad gäller dessa "nya" livsmedel vore påkallat givet utvecklingen som pågår.

När vi målen om dessa råd följs? I inledningen till rapporten tar Livsmedelsverket avstamp i generationsmålet och miljömålen vilket vi ser som positivt. WWF skulle vilja föreslå en text som resonerar omkring kopplingen till miljömålen och möjligheterna att klara dem om råden implementeras. Det finns betydande utmaningar för att nå miljömålen, och ett klokt arbete med mat utgör en viktig plattform för minskad övergödning, klimatpåverkan och biologisk mångfald, för att nämna några.

En övergripande synpunkt när det gäller implementering och spridning av kostråden där ni ger större utrymme till miljöfrågan än tidigare är att tilltron till dessa kostråd kan äventyras av just rådet om matfett. De tillfällen då vi ser mest kritiska kommentarer till kostråden genom åren är när man i sociala medier diskuterar frågan om vilket fett som man ska ge till barn i skolorna. Där har Livsmedelsverket en tydlig profil i att ni på vetenskaplig grund rekommenderar vegetabiliska fetter, och smöret kommer på undantag. Vi förstår att alla råden och formuleringarna vägts på guldväg. Samtidigt ser vi en betydande risk att förtroendet och implementeringen av kostråden med miljö som ingående parameter äventyras just i och med detta råd. Finns det möjlighet att nyansera ytterligare för att möjliggöra för smörbaserade pålägg, och snarare rikta in krutet mot fetare charkuteriprodukter än just smöret på mackan? Här ska poängteras att denna kommentar ges utifrån vår kompetens och erfarenhet av att kommunicera med människor snarare än en nutitionsaspekt.

En mindre kommentar är att referens [14] Lagerberg Fogelberg, C., "På väg mot miljöanpassade kostråd. Vetenskapligt underlag inför miljökonsekvensanalysen av Livsmedelsverkets kostråd. 2008". används i stor utsträckning. Detta är en sammanställning av forskning, och att använda den som referens ger endast indirekt information om källan till påståendet. Det skulle vara mycket starkare att gå direkt till källan så att säga och inte via omväg genom en forskningssyntes.

Avsnitt Energibalans och energiförbrukning

Livsmedelsverket tydliggör miljökonsekvensen av ett onödigt högt intag av energi eftersom intag av onödig energi ger onödig miljöpåverkan i produktionen. Det finns en till aspekt som visats i forskning av Tumlin et al vid GRYAAB, där man konstaterat att avloppsreningsverken tar emot mer kväve nu än förr i tiden. Detta kopplas till den ökade konsumtionen av kött. När intaget av protein ökar, ökar utsöndringen av det protein som kroppen inte kan ta tillvara, urinen blir mer kväverik och reningsverken får mer kväve att rena om man är via avloppsnätet kopplad till ett reningsverk. Om man har enskilt avlopp med lokal hantering ökar istället belastningen på omgivande miljö. På 1990-talet var det standard att dimensionera reningsverk för 12–13 gram kväve per person och dygn. I dag är vi uppe i belastningar på över 14 gram kväve per person och dygn. Kväve i miljön kopplas till både övergödning och ökad klimatpåverkan vilket i

teorin som Tumlín et al lyfter fram skulle kunna undvikas vid en balanserad kost med avseende på kväve/protein. Ett sådant råd innebär t ex att ersättande av kött med baljväxter fullt ut ger lika hög påverkan, snarare borde man minska överintaget av protein.

Avsnitt Fukt och grönt

Vi vill understryka att råden om att äta mer grönsaker, rotsaker, frukt och baljväxter är klokt ur ett miljöperspektiv. Vi vill se att miljöfördelarna med en mer växtbaserad kost lyfts fram tydligare då de inte blivit tillräckligt belysta i underlagsrapporten.

I råden förespråkas mer grova grönsaker. WWF ser vikten av mer information omkring vad som egentligen räknas till grova grönsaker. Hur klassas till exempel broccoli och blomkål med avseende på miljöpåverkan?

Avsnitt Nötter

UNESCO-IHE har i rapporten The Green, Blue and Grey Water Footprint of Crops and Derived Crop Products från 2010 konstaterat att vattenavtrycket för mandlar kan vara högt, något som borde kommenteras i rapporten. Detta föreslår vi att ni tittar på inför arbetet med att följa upp nöterna som allergener vilket nämns i rapporten.

Avsnitt Matfetter

Ni skriver i avsnittet om matfetter: "Rapsolja, matfetter med mycket rapsolja, och olivolja påverkar generellt sett miljön mindre än palmolja [14]". Detta påstående behöver nyanseras. Oljepalmen är 6-10 gånger mer produktiv fettproducent per ytenhet än t ex raps och kräver därför mindre mark och andra insatser för att producera motsvarande volym vegetabilisk olja. WWF ifrågasätter därför påståendet att produktionen av palmolja rent generellt är mer negativ för miljön än raps- och olivolja. Snarare är det den snabba expansionen av oljepalmsplantager som ofta – men inte alltid - är förknippad med stora negativa miljö- och sociala konsekvenser. För en mer balanserad debatt vill vi se en mer nyanserad beskrivning. WWF anser även att bojkott av palmolja inte bidrar till en mer ansvarsfull utveckling. Däremot kan medvetna konsumenter genom att ställa krav på ansvarsfullt producerad och certifierad palmolja bidra till en mer hållbar produktion.

Under punkten "Oljepalmer odlas ofta på mark där det tidigare vuxit skog" och sista meningen "Det finns idag en del certifierade oljepalmsodlingar där odlingen sker på ett mer hållbart sätt, men de utgör fortfarande en relativt liten del av den totala produktionen". Den globala standarden för ansvarsfullt producerad palmolja, Roundtable on Sustainable Palm Oil – RSPO hade i januari 2015 certifierat motsvarande 18 % av den globala produktionen av palmolja. Ett betydande antal företag (inklusive på den svenska marknaden aktiva företag) och nationella plattformar har idag policyer och åtaganden att senast 2015 endast använda certifierad palmolja vilket innebär att vi kan förvänta oss en fortsatt snabb ökning av tillgängliga volymer. Efterfrågan på certifierad palmolja släpar dock efter och uppgår i dagsläget till ca hälften av de certifierade volymerna. Vi anser därför att detta stycke bör skrivas om och istället uppmana företag att ställa krav på certifierad palmolja och konsumenter att kräva att de produkter de konsumerar innehåller palmolja från certifierade plantager, insatser som bidrar till att minska de globala avskogningseffekterna av den svenska konsumtionen.

Avsnitt Godis, Bakverk, Glass och Söta drycker

Under punkten Miljöaspekter och palmolja. Se synpunkter under avsnittet om Matfetter.

Avsnitt Ägg

Med tanke på vinsterna för miljön om man ersätter kött med ägg i kosten kan vi tycka att det finns gott fog för ett råd om ökad konsumtion av ägg. Produktion av ägg sker med insatser av soja som fodermedel. Det finns idag en global standard för en mer ansvarsfull produktion av soja, Round Table on Responsible

Soy – RTRS, som innebär robusta och ambitiösa krav både avseende miljö- och social frågor. Den svenska produktionen, men också flera andra aktörer inom handel och livsmedelsindustri har gemensamt ställt sig bakom ett upprop att ställa krav på att all soja som använts för produktion av animaliska livsmedel som konsumeras i Sverige 2015 uppfyller de krav som ställs enligt RTRS (certifierar både gmo och icke gmo) eller ProTerra (en mer eller mindre likvärdig standard som enbart certifierar icke gmo). Vi föreslår att information om detta på lämpligt sätt inkluderas i samtliga beskrivningar rörande soja.

Avsnitt Fisk och Skaldjur

Livsmedelsverket har sedan tidigare väl genomarbetade kostråd gällande fiskintag och hälsa med en generell uppmaning att det är nyttigt att äta fisk 2-3 gånger i veckan. När det gäller fiskkonsumtionens inverkan på naturmiljön anser WWF att Livsmedelsverket även här genomarbetat olika problemställningar på ett bra sätt. Rekommendationerna av miljöcertifierade fiskprodukter är en utmärkt vägledning till inköpare och konsument. Hänvisningen till WWFs konsumentguide för fisk- och skaldjur kompletterar Livsmedelsverkets råd ur hållbarhetsaspekten för ekosystem och arter. Det finns dock några detaljförändringar att önska enligt följande i punkterna under rubriken Miljöaspekter.

- Meningen "Selektiva redskap som fångar det man vill ha, ..." bör skrivas "Selektiva redskap som fångar det man får fiska och ta iland, ..."
- Punkten som börjar med "Hälften av all matfisk i världen är odlad" bör kontrolleras mot FAO och ev ändras till "Drygt hälften av all...". Det står även att "Odling av rovfisk, som lax ... fiskas stora mängder fisk till foder". Det bör stå "Odling av rovfisk, som lax ... fiskas stora mängder fisk till foder som bidrar till utfiskning av vilda fiskarter".
- Där soja används i fiskfoder (vanligt t ex i odling av lax och pangasius) bör krav ställas på en ansvarsfull produktion certifierad enligt trovärdig global standard.
- I slutet av stycket står "Vissa skaldjur..... vilket minskar övergödningen" bör skrivas "Vissa skaldjur..... och behöver ej foder vilket är positivt gällande minskad övergödning"

Under rubriken "Råd före 2015" omnämns hajar och rockor ur hälsoaspekten för intag av metylkvicksilver. Artgrupperna hajar och rockor bör omnämnas under rubriken "Miljöaspekter" där Livsmedelsverket bör nämna hotade arter som ex på artgupper som är mycket känsliga för utfiskning, tex ål, hajar och rockor. Dessa arter har långsam förökning vid hög ålder och många arter hotas globalt på grund av överfiske (hajfensfiske – då man bara tar fenorna och kastar tillbaka sårade hajar och rockor att dö). Allt fiske efter pigghaj och rockor i svenska vatten är dessutom förbjudet och fisket efter ål inom EU har begränsats kraftigt. I slutet av stycket med samma rubrik bör det innan sista meningen om tonfisk läggas in en mening enligt följande – "Det finns flera olika tonfiskarter och en del av dem är överfiskade."

WWF anser att skrivningarna för rekommenderat fiskintag under rubriken "Slutsatser" är väl balanserade.

Avsnitt Kött och avsnitt Fågel

WWF menar att ur ett miljöperspektiv bör köttkonsumtionen halveras för en svensk normalkonsument. Om man går på "Riksmaten" som konstaterar 600 g tillagat rött kött och chark i veckan skulle man med en halvering landa på 300 g. Men vi ser det bredare än så och inkluderar fågel när vi pratar om kött. Vi tycker att det finns fog för att Livsmedelsverket också utvecklar en kommunikation som inkluderar fågelkött. Det finns utmaningar när det gäller miljöpåverkan även om klimatpåverkan är förhållandevis låg. Kycklingproduktionen bygger på hög konsumtion av soja, och djurvälferden är en utmaning. Det är svagt att inte inkludera fågel i råd om minskad köttkonsumtion, när kycklingkonsumtionen är den del av köttkonsumtionen som ökat mest de senaste åren.

I texten påtalas att animalieproduktion (utom fågel) i Sverige håller landskapet öppet. Vi tycker det finns fog för att inte blanda ihop produktion och konsumtion i kostråden, även om de förstås hänger ihop. En

minskad köttkonsumtion behöver inte betyda en minskad produktion, givet att det finns möjligheter att exportera och försörja omvärlden med kött av hög kvalitet, gott djurskydd och låg miljöpåverkan. Konsumtionen i Sverige borde inte behöva ta ansvar för att hålla markerna öppna, om vi samtidigt kan ha ett utvecklat exportarbete. Vi är medvetna att det ligger utanför dessa kostriktlinjer, men vill påpeka att man kan nå miljömål kopplade till öppna landskap även om konsumtionen av kött och mjölkprodukter går ned.

Vi vill i sammanhanget lyfta fram vikten som även Livsmedelsverket poängterar, av att välja bra kött när man väl väljer kött. Formuleringarna i kostråden är väl balanserade, vi kan tillägga att det finns redskap för att hjälpa konsumenter i hållbara val av kött, t ex Köttguiden.

Råd om bra matvanor

Generellt: väldigt bra texter, väl skrivna med språklig stuns. Vi ser positivt på helhetsgreppet att rekommendera sammanhanget för hur, när och var maten äts, och att kombinera råden med rådmotion.

Avsnitt Byt till nyttiga matfetter – flera miljövinster

Se tidigare kommentarer om palmolja.

Avslutningsvis ser vi fram emot kommande kommunikationskampanjer i frågan, och hoppas att Konsumentverkets pågående arbete med en webportal för konsumentkommunikation kompletteras med detta material.

För Världsnaturfonden WWF

Peter Westman

Naturvårdschef

Anna Richert

Expert Hållbar mat för alla