

# Mat eller molekyler?

Nyligen var jag på en föreläsning om kreativitet. Återstår att se om det hjälpte. Men det finns hopp, eftersom en viktig faktor glädjande nog sades vara kost. Och inte minsta pip om att det skulle behövas någon speciell hjärndryck eller groddar odlade i en speciell del av Tibet. Nej, vanlig mat, i lagom mängd och lagom ofta. Det borde jag kunna klara, det vore väl snudd på tjänstefel annars. Men kanske räcker det inte med *bara* mat ...

En kreativ miljö verkar det i alla fall finnas hos de europeiska livsmedels- och kosttillskotts företagen, att döma av de förslag till hälsopåståenden som man önskat få granskade av den europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet, Efsa. Flera tusen förslag, inte illa. Tänk att det kan finnas så mycket nyttigheter här i världen! Eller?

Tyvärr får man en annan känsla när man tittar bakom fasaden. Ja, jag vet att instruktionerna var otydliga och att ingen ville missa tåget. Men ändå. Jag har ordat om det förut, och kommer antagligen göra det igen. För jag kan inte upphöra att förvånas

över att så många uppenbarligen lever på hoppet. Eller, om man väljer att vara mindre godtrogen, hade fräckheten att skicka in förslag som är så uppenbart utan vetenskapligt stöd.

Fräckt därför att varje sådant förslag har varit slöseri med myndigheternas tid. Fräckt också därför att man med hänvisning till övergångstider fortsätter sälja produkter med dessa "hittepå"-påståenden. Båda aspekterna missgynnar förstås seriösa företag, som skulle ha haft mycket att vinna på att Efsa istället kunnat ägna sig helhjärtat åt alla de svåra frågor som är viktiga på riktigt.

Nu kan man ju tycka att det är lite väl sent att hötta med fingret, nu när vi äntligen börjar se ljuset i tunneln och listan troligen kommer på plats

inom överskådlig tid. Men det är samtidigt viktigt att se den tidvis hårda kritik som riktas mot Efsa i rätt ljus. Det är sunt att livsmedelsbranschen bevakar, och vid behov ifrågasätter myndigheters hantering av för dem viktiga frågor. Det är inte heller fel med en diskussion i frågan om hur högt ribban ska ligga och hur man ska värdera olika studier i syfte att stödja hälsopåståenden. Jag säger inte att Efsa:s ställningstaganden utgör ett perfekt facit. Men att mer än 80 procent av de inlämnade förslagen hittills underkänts av Efsa kan inte enbart förklaras av höga ribbor. Såvida inte en bom på marken är för hög.

Förutom en diskussion om ribbor har förordningen om närings- och hälsopåståenden fört med sig en mycket stark fokusering på enskilda substansers potentiella betydelse för hälsan. Om man ställer detta synsätt mot budskapen i temaartiklarna som följer i detta nummer kan man se tydliga konturer av en paradox. Samtidigt som hälsopåståenden lyfter fram effekter av olika molekyler blir myndigheternas rekommendationer allt mer livsmedelsbaserade. Och inom nutritionsforskningen ökar intresset för betydelsen av kostmönster, framför betydelsen av enskilda näringsämnen.

Hälsöfrämjande substanser kan förvisso användas för att göra hälsosamma livsmedel, som kan ingå i en hälsosam kost. Det är ingen absolut motsättning. Men jag tänker att det ändå kan vara svårt för många konsumenter att hänga med - myndigheterna rekommenderar fisk, fullkorn, frukt och grönt, men på produkterna kan man läsa om hur bra det är med dokosahexaensäyra, beta-glukan och betakaroten. Här finns en utmaning för både myndigheter och branschen, för att i möjligaste mån överbrygga polariseringen mellan dessa olika synsätt och hjälpa konsumenten att hitta rätt i valet mellan mat eller molekyler.

Den utmaning jag tänker anta för de närmaste veckorna är att äta minst en liter jordgubbar varje dag, förutom massor av sill och färskpotatis! Låt oss hoppas att det ger kreativitet som varar ända in i oktober, då vi hörs igen. Trevlig sommar!

*P.S. Du som vill läsa mer om hälsopåståenden gör det dels på sid 27-35, men kan också hitta matnyttig information på [www.halsopaastanden.se](http://www.halsopaastanden.se). Där finns bland annat en översiktstabell som sammanfattar de hälsopåståenden (artikel 13.1) som hittills granskats av Efsa.*

Susanne Björngelsson

