



## **Kostrekommendationerna allt mer ifrågasatta**

80% i en undersökning i Aftonbladet litar inte på Livsmedelsverkets kostrekommendationer.

Kommunerna slösar med våra skattepengar, 1,5 miljoner kronor per år för 10 000 elever, för att de enbart serverar lättmargariner och lättmjölk. Se kalkyl här:

[http://www.konsumenter.se/11verk/kampanj/livsmedel/matdebatt/kalkyl\\_skolmat.pdf](http://www.konsumenter.se/11verk/kampanj/livsmedel/matdebatt/kalkyl_skolmat.pdf)

Skräcken för fett och de animaliska mättade fetterna håller på att försvinna och allt fler forskare och professorer talar nu öppet om hur nyttigt fett är och att socker och sockerarter är det som ger fetman. Lyssna speciellt på Professor Fredrik Nyström nedan. .... ”Kolhydrater blir ju socker när det passerar tjocktarmen!”

Är man så dåligt pålästa och tar risken att ge barnen fel mat och slänga bort skattepengar, så låt barn och föräldrar välja och utsätt inte barnen för denna kostdiktatur, att enbart servera lättvarianterna. I övrigt får ju barnen välja, både maträtt, mängd och tillbehör som bröd och sallad. Vem tar ansvaret, politikerna och kostcheferna, för att man tillämpar ifrågasatta kostråd, som inte nödvändigtvis måste följas? Man går emot opinionen från barnen och föräldrarna.

## **Vi måste avkräva våra beslutsfattande, politikerna och kostcheferna, ansvar för barnens hälsa och skattepengarna!**

Här kommer en lista på några av de senaste inläggen i debatten om kostråden samt helomvändningen som är på väg i fettfrågan.

Se några inlägg från Kostdoktor.se:

Slutrapport från fettdebatten (Loka Brunn)

<http://www.kostdoktor.se/slutrapport-fran-fmatdebatten>

Prof Fredrik Nyström: Mättat fett är bra! Lyssna på en mycket bra intervju!

<http://www.kostdoktor.se/nystrom-mattat-fett-ar-bra>

Fettälskande professorer överallt:

<http://www.kostdoktor.se/fettalskande-professorer-overallt>

Banta med hjärnan (intervju i HD med prof Martin Ingvar – just utgiven bok)

<http://www.kostdoktor.se/banta-med-hjarnan>

<http://hd.se/mer/2010/01/09/banta-med-hjarnan/>

Hans nya bok: Hjärnkoll på vikten

<http://www.kostdoktor.se/hjarnkoll-pa-vikten-annu-en-professor-mot-fettskrack>

Kostdoktors kommentar:

## **Paradigmskifte i full fart**



Ännu en professor. Även de medicinska professorerna överger den fettsnåla tallriksmodellen en efter en. [Fredrik Nyström](#), [Göran Berglund](#), [Birgitta Strandvik](#), [Johan Frostegård](#), [Tore Scherstén](#), [Lars Werkö](#)... och nu Martin Ingvar.

Det påstås fortfarande ibland att alla ”seriösa” forskare ännu tror på Tallriksmodell-evangeliet. Hur många tunga professorer skall behöva dissa den innan folk skrattar åt sådant prat?

Citat från tidigare radiointervju med Birgitta Strandvik:

"- Är det inte så att det är ni läkare som har pratat om hur mycket man ska undvika fett hela tiden för att undvika övervikt?

BS: - Det tror jag inte vi barnläkare gjort. Däremot har Livsmedelsverket gjort det. Och rekommendationerna är ju att man redan från ett par års ålder ska ha lika fettfattig kost som vuxna. Och det tycker jag våra studier visar att det håller inte. Och dessutom vill jag gärna erinra om att idag finns flera studier på vuxna som också visar samma sak att de som har ett högre fettintag faktiskt är smalare."

### Livsmedelsverket rasar:

<http://www.kostdoktor.se/livsmedelsverket-rasar>

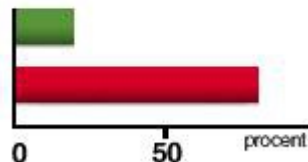
### Livsmedelsverket rasar

## AFTONBLADET

Litar du på Livsmedelsverkets kostråd?

Ja (19.3 %)

Nej (80.7 %)



Totalt har 5725 personer röstat.

Livsmedelsverket insisterar idag åter i Aftonbladet att vi måste lita på deras gamla fettsnåla kostråd. Råden som slog igenom just innan fetmaepidemin tog fart. Men folkets förtroende verkar smälta bort. Som smör i solsken.