

Översikt – EAT-Lancetrappporten i nordisk kontext

Denna översikt syftar till att ge en förståelse för vad EAT-Lancetkommissionens slutsatser om hälsosam kost från hållbara livsmedelssystem innebär i den nordiska kontexten. Översikten är framtagen för lanseringen den 18:e januari och baserad på en studie av nordiska livsmedelssystem som Stockholm Resilience Centre arbetar med på uppdrag av Livsmedelsverket. Denna nordiska studie kommer att publiceras i mars 2019 och syftar till att ge en första bedömning av hur de nordiska livsmedelssystemen behöver ställas om för att bli bättre för både planeten och folkhälsan.

EAT-Lancetkommissionens rapport om hälsosam kost från hållbara livsmedelssystem

EAT-Lancetkommissionen föreslår globala forskningsbaserade mål för vad som är en hälsosam kost från hållbar matproduktion som minskar risken för irreversibel och potentiellt katastrofal miljökada. Målen definierar vad som är ett säkert manöverutrymme för livsmedelssystemen globalt och kan skalas ner till nationell eller regional nivå för att hjälpa till att välja åtgärder för att ställa om livsmedelssystemen.

Hur hälsosamma är nordiska dieter?

På det stora hela följer de nordiska befolkningarna många av dagens kostrekommendationer, men hälsan skulle kunna förbättras genom att öka andelen växtbaserade råvaror. Till exempel:

- De nordiska befolkningarna bör i genomsnitt lägga till minst en extra portion grönsaker (ca 100 g) till sin kost varje dag
- De nordiska befolkningarna skulle behöva tiofaldiga sitt intag av baljväxter och nötter för att nå en rekommenderad nivå
- De nordiska befolkningarna behöver också minska sitt intag av rött kött (nötkött, lamm, fläsk). Svenskarna äter till exempel cirka 4-7 gånger mer än rekommendationen. Cirka 3-6 portioner rött kött per vecka behöver bytas ut mot rätter med växtbaserade proteiner.

Samtidigt äter de nordiska befolkningarna för mycket av vissa livsmedel som bidrar till hälsoproblem som övervikt och fetma (nästan hälften av den vuxna nordiska befolkningen lider av övervikt eller fetma), diabetes och hjärt-kärlsjukdomar.

- Att dra ner sockerintaget med några teskedar varje dag skulle ta oss närmare målet
- Att äta mindre av livsmedel med högt saltinnehåll och mättat fett kan förbättra hälsan

Stockholm Resilience Centre

Hur mycket överskrider de nordiska länderna målen för miljöpåverkan?

Det finns flera sätt att bedöma de nordiska livsmedelssystemens miljöpåverkan. Man kan till exempel använda konsumtionsbaserade eller produktionsbaserade metoder. En **konsumtionsbaserad bedömning** utgår från vad som äts i Norden och beräknar miljöpåverkan av dessa livsmedel, då är både inhemska och importerade livsmedel inräknade. En konsumtionsbaserad bedömning tittar alltså t ex både på vatten- och markanvändning, utsläpp och annan miljöpåverkan som härrör från potatis som odlats i Sverige och frukter som odlats i Spanien eller boskap uppfödd i Latinamerika. Denna metod bedömer den globala effekten av nordisk konsumtion.

För att skala ner målen från EAT-Lancetrapporten till nationella mål kan man välja olika metoder. Vi har valt att beräkna målen per capita (*equal per capita*), dvs med antagandet att alla människor bör dela rättvist på det globala miljöutrymmet. Genom att jämföra miljöpåverkan av dagens nordiska konsumtion per capita visar det sig att Norden överskrider flera av miljömålen. Till exempel:

- Den nordiska kosten ger nära tre gånger högre utsläpp av växthusgaser än målet
- Den nordiska kosten kräver cirka dubbelt så mycket jordbruksmark jämfört med målet
- För att bedöma den nordiska kostens miljöutrymme vad gäller andra mål såsom vatten, kväve- och fosforanvändning samt förlust av biologisk mångfald krävs ytterligare beräkningar

I en **produktionsbaserad bedömning** analyseras bara miljöpåverkan av det som odlas här i Norden (eller Sverige), oavsett om maten äts här eller säljs på den internationella marknaden. Detta är en s.k. territoriell bedömning av miljöpåverkan och har till exempel använts i Parisavtalet där utsläpp som produceras i Sverige räknas som 'svenska utsläpp'. Den avgörande skillnaden mellan de två bedömningarna är var miljöbelastningen av maten hamnar – den produktionsbaserade bedömningen görs före handelsledet (effekterna av produktionen innan varor exporteras eller konsumeras) och den konsumtionsbaserade bedömningen görs efter handelsledet (effekterna av vad som äts i ett land, inhemskt eller internationellt producerad, exporten borträknad) .

Konsumtions- och produktionsbaserade bedömningar kompletterar varandra, de ger olika information och båda är nödvändiga för att skapa en förståelse av hela livsmedelssystemet. Till exempel Danmark exporterar stora mängder av sin jordbruksproduktion och därför visar produktionsbaserade bedömningar högre värden gällande miljöeffekter än konsumtionsbaserade. I den nordiska studien har vi valt att inte presentera någon jämförelse på per capitnivå utifrån de produktionsbaserade målen för de nordiska länderna, eftersom andra typer av mål kan möjliggöra en mer lämplig jämförelse.

Vad mer bör jag veta?

- Vi vet tillräckligt mycket för att agera och det finns många nordiska initiativ som går i rätt riktning, de behöver dock växa och spridas.
- Målen från EAT-Lancet om miljömässigt hållbar livsmedelsproduktion omfattar mark- och vattenanvändning, klimat, biologisk mångfald och näringsflöden. Andra viktiga faktorer såsom användning av bekämpningsmedel och antibiotika är inte är med i analysen.
- Vidare, har vissa sociala välfärdsindikatorer legat bortom kommissionens uppdrag såsom djurvälstånd, sysselsättning, ekonomiska aspekter och jämlikhet. Det är emellertid absolut nödvändigt att alla människor får sina grundläggande behov säkrade inom miljögränserna.
- Målen för hälsosam kost och hållbar livsmedelsproduktion bör användas tillsammans, eftersom hälsosam mat inte alltid odlas hållbart, och hållbart producerad mat inte alltid är hälsosam. För att skapa livsmedelssystem i Norden som verkligen främjar både människor och miljö måste bedömningar alltid omfatta både vad vi äter och hur den maten producerades.
- För aktörer på nationell och regional nivå ska målen från EAT-Lancet inte ses som slutgiltiga utan som ett första steg. Att göra nationell eller regional politik av dessa mål är inte något som forskningen bör göra. Det behövs återkommande dialoger med alla berörda sektorer för att ta de normativa beslut som förändringar i livsmedelssystemen kommer att innebära. Det finns till exempel flera sätt att beräkna vad som är ett "rättvist" mål gällande den globala livsmedelshandeln (Ska påverkan räknas till producent- eller konsumentland? Ska höginkomstländer ha skarpare mål än låginkomstländer?).
- De nordiska livsmedelssystemen måste utvärderas i sitt globala sammanhang. De är en del av det globala livsmedelssystemet, så det är inte meningsfullt (och inte särskilt ansvarsfullt) att fastställa nordiska mål utan att ta hänsyn till hur de påverkar det globala livsmedelssystemet.