

Trender i matkonsumtionen – folkhälsoaspekter

- Konsumtionen av vissa produkter med ett högt fett- och/eller sockernehåll visar en minskande trend under perioden 2000-2010. Konsumtionen av starköl, vin och chips har dock ökat under tioårsperioden. En viss ökning av konsumtionen av matfett märks också sedan 2005, även om konsumtionen har minskat sett ur ett längre perspektiv.
- På senare år har konsumtionen av mellanmjölk respektive standardmjölk varit relativt oförändrad, medan lätt- och minimjölk fortsätter på en minskande trend. Konsumtionen av tjock grädde minskade under början 2000-talet, men har haft en ökande trend under de senaste åren. Även konsumtionen av läsk inklusive smaksatt mineralvatten var minskande under perioden 2000-2010, med vissa undantag.
- Konsumtionen av färsk frukt och färska bär samt grönsaker har ökat under större delen av perioden 2000-2010. Konsumtionsutvecklingen för grönsaker tycks ha stannat av under de senare åren, medan fruktkonsumtionen återhämtat sig efter en tillfällig minskning.

Bakgrund

Jordbruksverket publicerar årligen statistik över livsmedelskonsumtionen i Sverige. Statistiken har en viss eftersläpning och det senaste tillgängliga året är 2010. Dessa siffror anges som preliminära till nästa års publicering.

Även om maten, i ett längre perspektiv blivit relativt sett allt billigare, präglades år 2010 av fortsatt höga matpriser i butik och lågkonjunktur. Matens klimatpåverkan fortsatte att vara en del i den större debatten om människans påverkan på klimatet. Dessutom diskuterades liksom tidigare matkonsumtionen ur en rad olika aspekter såsom hälsa, miljö, djurskydd, ekologiskt, närodlat och rättvisemärkt.

I det folkhälsopolitiska arbetet omfattas Jordbruksverket bland annat av målområdet Matvanor och livsmedel. För detta målområde finns fyra bestämningsfaktorer; goda matvanor, energibalans, amningsfrekvens och livsmedelssäkerhet. Indikatorerna för goda matvanor är frukt- och gröntkonsumtion, samt konsumtion av bakverk, läskedrycker, choklad och konfektyr. Konsumtionsutvecklingen av olika livsmedel kan vara ett verktyg för att bedöma faktorer som påverkar folkhälsan samt även att ge en indikation om folkhälsans utveckling. I denna rapport fokuserar vi på konsumtionen av de produkter som identifierats som indikatorer, det vill säga energitäta livsmedel och frukt och grönt, och tittar på hur konsumtionen av dessa livsmedel utvecklats efter flera år av hälsodebatt. Olika dieter som GI och LCHF debatteras i media samtidigt som



uppmärksamheten om E-nummer och tillsatser i maten har ökat. Samtidigt har det varit lågkonjunktur och studier har visat att konsumenterna då i ökande grad väljer att unna sig sötsaker med mera.¹ Då tycks heller inte priset påverka konsumtionen så mycket, utan det är andra faktorer som styr.

Denna rapport ingår i Jordbruksverkets deltagande i folkhälsoveckan ”Ett friskare Sverige”, som arrangeras av Folkhälsoinstitutet under vecka 42 år 2012. Syftet med rapporten är att beskriva och analysera den senaste konsumtionsstatistiken, utifrån folkhälsoaspekten.

Metod för Jordbruksverkets konsumtionsstatistik

De siffror som används för att visa utvecklingen av konsumtionen är hämtade från Jordbruksverkets rapporter över konsumtion. För konsumtion används två olika begrepp, direktkonsumtion och totalkonsumtion.

Med **direktkonsumtion** avses de totala leveranserna av livsmedel från producenter till enskilda hushåll och storhushåll samt producenternas hemmaförbrukning (den så kallade naturakonsumtionen). De konsumerade kvantiteterna redovisas, så långt beräkningsunderlaget tillåter, i den form som produkterna har när de når konsumenten, det vill säga

- som jordbruksprodukter, halvfabrikat, djupfrysta varor och färdiglagad mat.

Med **totalkonsumtion** avses den totala åtgången av olika råvaror för humankonsumtion. Detta innebär att totalkonsumtionen innefattar:

- direktkonsumtionen av olika livsmedel av råvarukaraktär
- de råvaror och halvfabrikat som livsmedelsindustrin förbrukar under redovisningsperioden för att tillverka livsmedel av högre förädlingsgrad

Råvaruinnehållet i importerade förädlade livsmedel ingår i beräkningarna medan råvaruinnehållet i exporterade produkter exkluderas.

Den senaste konsumtionsutvecklingen av för folkhälsan betydande produkter

Som nämndes inledningsvis fokuserar detta underlag på konsumtionen av de produkter som identifierats som indikatorer inom målområdet *Goda matvanor och säkra livsmedel*, det vill säga energitäta livsmedel och frukt och grönt.

Konsumtionen för flera energitäta livsmedel såsom läsk, fett och socker sjönk mellan 2009 och 2010 och för andra produkter låg konsumtionen kvar på ungefär samma nivå. Mjölk samt frukt och bär är två exempel på ur folkhälsosynpunkt viktiga produkter där konsumtionen ökade. Konsumtionen av lättmjölk samt minimjölk minskade, däremot ökade konsumtionen av mellanmjölk och standardmjölk. Konsumtionen av smör låg kvar på ungefär samma nivå,

¹ Källa: Enligt Handelns Utredningsinstitut har det visat sig att godis är en storsäljare även i lågkonjunktur (www.hui.se)

medan konsumtionen av grädde ökade något. Även konsumtionen av fil och yoghurt med ett fettinnehåll på över 2 procent låg kvar på ungefär samma nivå.

Andra produkter som under 2010 har visat en ökad konsumtion är chips och bakelser, tårter, sockerkakor och övriga bakverk. Här är det dock viktigt att notera att det inom den senare produktkategorin ingår även produkter som inte är söta, exempelvis crêpes, pizzor och piroger. Däremot har konsumtionen av glass samt konsumtionen av choklad och godis minskat något.

Konsumtionen av läsk och cider med mera har visat en fortsatt minskning under de senaste åren även om läskkonsumtionen har haft en kraftig utveckling under de senaste decennierna. Konsumtionen av vin har ökat medan konsumtionen av starköl har minskat mellan 2009 och 2010. Konsumtionen av sprit är relativt oförändrad.

Konsumtionssiffrorna för 2010 visar att konsumtionen av produkter som kan bedömas ha en ogynnsam effekt på folkhälsan har minskat med undantag för chips, mejerivaror med högre fettinnehåll samt vin.

Den ökning av konsumtionen som skedde för vissa produkter med ett högt fett- och/eller sockernehåll mellan 2008 och 2009 kan inte betraktas som ett trendbrott. Detta eftersom siffrorna för 2010 återigen visar på den konsumtionsutveckling som pågått under en flera år lång period, det vill säga en nedåtgående trend. Det tydligaste undantaget är vin och chips som visar på en fortsatt ökning.

Siffrorna visar att för vissa år kan relativt stora konsumtionsförändringar ske. Detta kan förklaras med att det finns osäkerhet i enskilda år och att det därför är bättre att se till den långsiktiga trenden.



Sammanställning av konsumtionsutvecklingen mellan 2000-2010 för utvalda produkter

Produkt	Konsumtionsutveckling	
Fett	Oförändrad/ökande	→↑
socker	Minskande	↓
Chips	Ökande	↑
Glass	Minskande	↓
Choklad och godis	Minskande	↓
Bakelser, tårter, sockerkakor och övriga bakverk	Minskande*	↓
Läsk och smaksatt mineralvatten	Minskande	↓
Smör	Ökande	↑
Lättmargarin	Minskande**	↓
Grädde	Ökande	↑
Standardmjölk	Minskande/oförändrad	↓→
Mellanmjölk	Minskande/oförändrad	↓→
Lättmjölk och minimjölk	Oförändrad/Minskande	→↓
Spritdrycker	Oförändrad/Minskande	→↓
Vin	Ökande	↑
Starköl	Ökande	↑
Frukt och bär	Ökande***	↑
Grönsaker	Ökande/oförändrad	↑→

* Med undantag för år 2009 då en relativt stor konsumtionsökning skedde jämfört med åren 2006-2008.

** Med undantag särskilt för år 2005, då konsumtionen åter vände uppåt efter ett antal år av konsumtionsminskningar.

*** Med undantag särskilt för år 2009 då konsumtionen minskade relativt kraftigt.

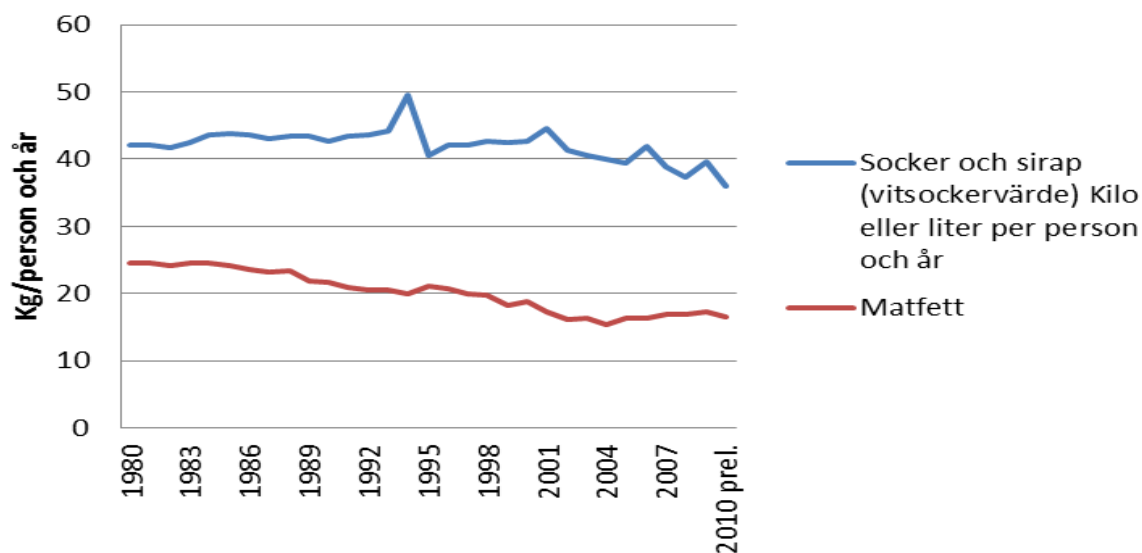
Vad påverkar konsumtionsutvecklingen

Viktiga faktorer som påverkar konsumtionen av matvaror är inkomst- och prisförändringar. Jordbruksverket har tidigare konstaterat att matkonsumtionen generellt sett inte är så känslig för pris- och inkomstförändringar, jämfört med viss annan konsumtion². Även en rad andra faktorer påverkar konsumtionen av olika livsmedel såsom hälsotänkande, matintresse, miljö- och klimatmedvetenhet med mera. Faktorerna påverkar konsumtionen i olika grad och i olika riktningar. Under tidigare år har hälsodebatten varit mycket framträdande i bland annat media och konsumenterna har troligtvis aldrig varit så hälsomedvetna som idag, vilket konsumtionsutvecklingen visar, med vissa undantag.

² Matkonsumtionens senaste utveckling – köttkonsumtionen stiger igen. PM Svenska Matvanor och priser. April 2011

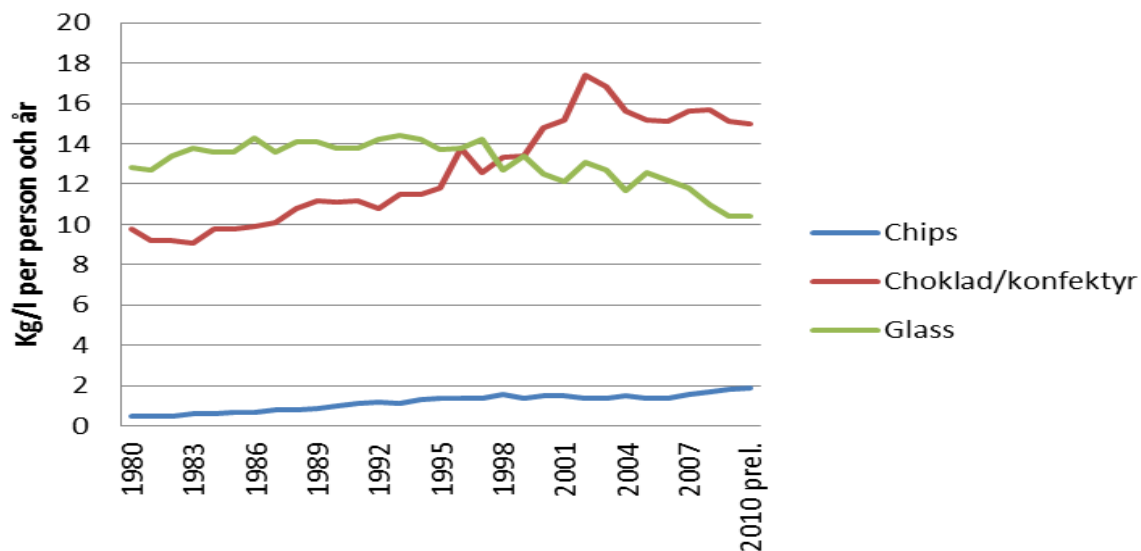


Totalkonsumtionen av socker minskar



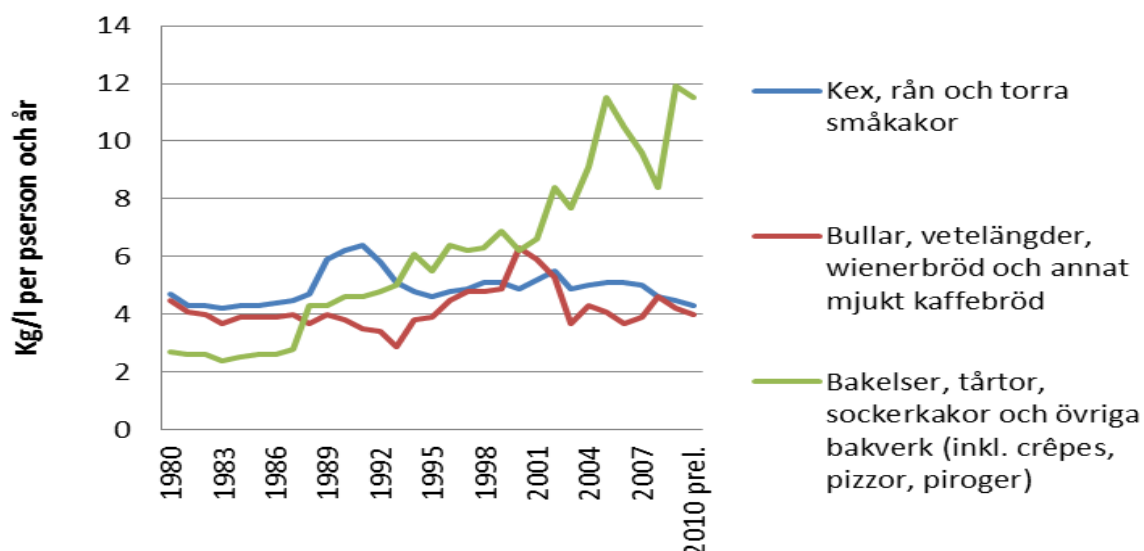
Diagrammet ovan visar att totalkonsumtionen av socker och sirap samt matfett har visat en något minskande trend under en relativt lång tidsperiod. Däremot har konsumtionen av matfett visat en liten ökning de senaste åren.

Chips ökar, medan glass, choklad och godis minskar



Diagrammet ovan visar att konsumtionen av chips fortsätter att öka. Däremot har konsumtionen av choklad och godis minskat något. Konsumtionen av glass har minskat.

Konsumtion av bakverk

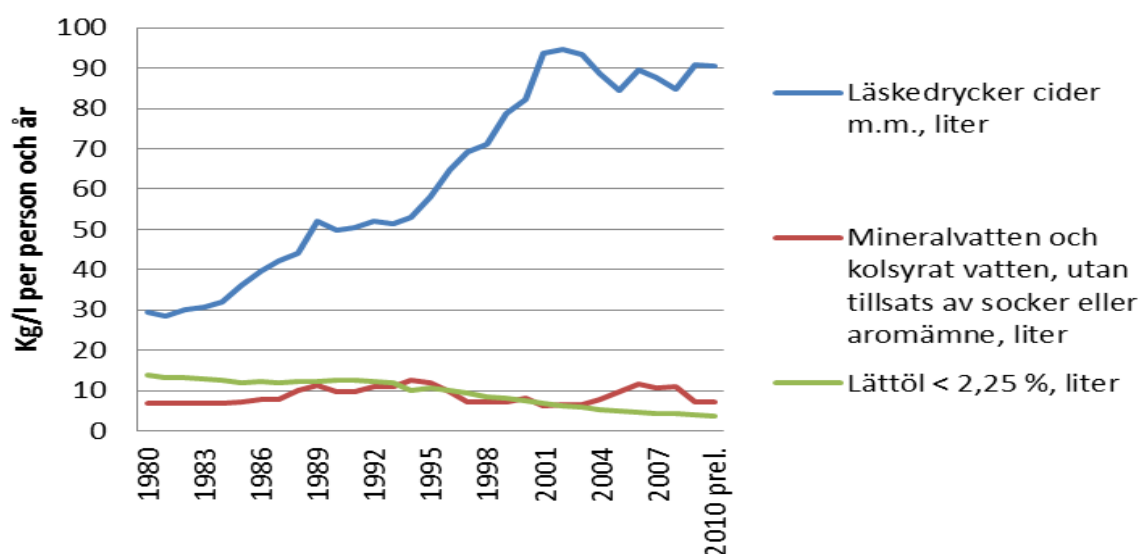


Diagrammet ovan visar att konsumtionen av bakelser med mera stigit relativt kraftigt mellan 2008 och 2009 efter några år med en nedåtgående trend, för att återigen minska mellan 2009 och 2010. Konsumtionen är nu åter uppe i ungefär samma nivå som år 2005. Här är det dock viktigt att notera att det inom denna produktkategori även ingår produkter som inte är söta, exempelvis crêpes, pizzor och piroger. Övriga bakverk är den del av gruppen som främst bidragit till ökningen.

Konsumtionsutvecklingen för läsk och smaksatt mineralvatten har stabiliserats

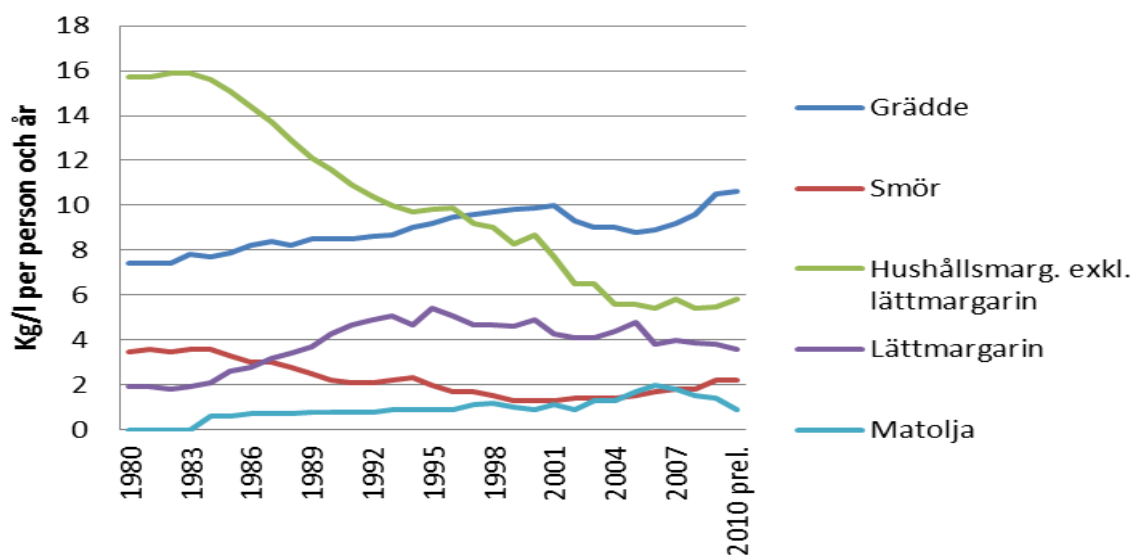
Smaksatt mineralvatten ingår i läsk. I konsumtionsstatistiken går det inte att särskilja dessa, eftersom utrikeshandeln inte gör det. Läskkonsumtionen har dock haft en kraftig utveckling under de senaste decennierna. Att läsk ökat så mycket sedan början av 1980-talet kan bland annat ha att göra med att smaksatt mineralvatten har ökat.³ Flera av de energitäta livsmedlen har dock uppvisat en minskande konsumtionstrend under ett antal år. Läsk och cider med mera är ett tydligt exempel där konsumtionen har stabiliserats under 2000-talet.

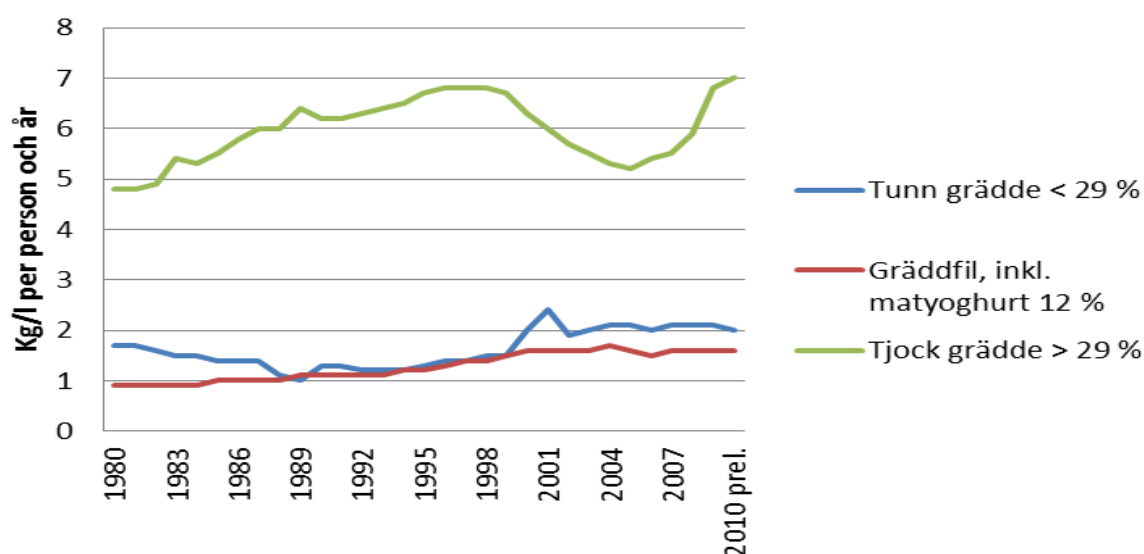
³ Källa: Jordbruksverket (2011) Statistikrapport 2011:2



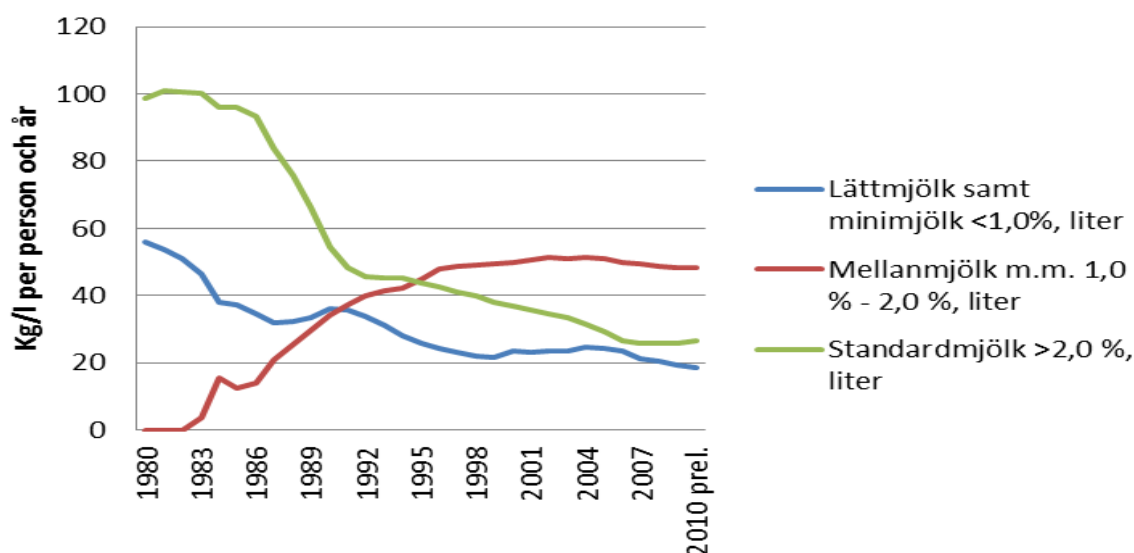
Konsumtionen av övrigt mineralvatten visar på en nedåtgående trend under perioden 2005-2010, efter en ökning i början av 2000-talet. Konsumtionen av lättöl visar på en konstant minskning sedan en längre tid tillbaka.

Grädde och smör fortsatt upp medan lättmargarin och matolja minskar



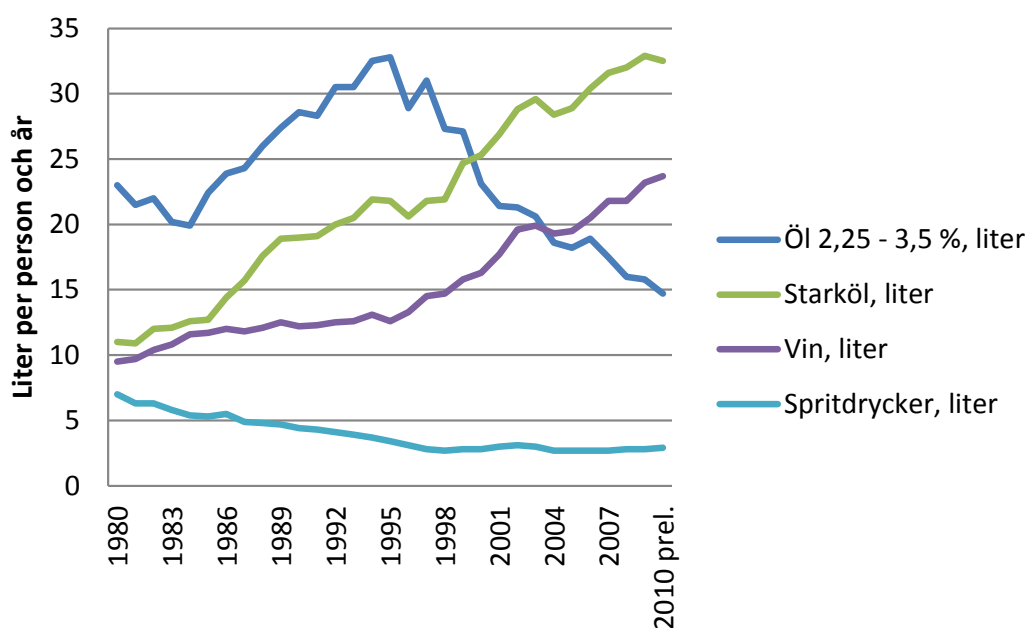


Förändringarna i konsumtionstrenderna mot livsmedel med hög fett- eller sockerhalt visar sig även i ovanstående två diagram som visar konsumtionstrenden för bland annat smör och grädde. Totalkonsumtionen har i båda fall ökat något jämfört med för fem år sedan. Däremot visar diagrammen en något minskande trend för produkter som betraktas som ”lätta”, exempelvis lättmargarin. Faktorer som möjligtvis kan ha påverkat denna konsumtionsutveckling är debatten om ”Äkta vara” och mindre tillsatser i maten. Även det ökade intresset för matlagning kan spela roll. Samma trend kan ses i diagrammet nedan som visar att konsumtionen av standardmjölk har stabiliserats efter flera års minskning medan däremot konsumtionen av lätt- och minimjolk minskar.

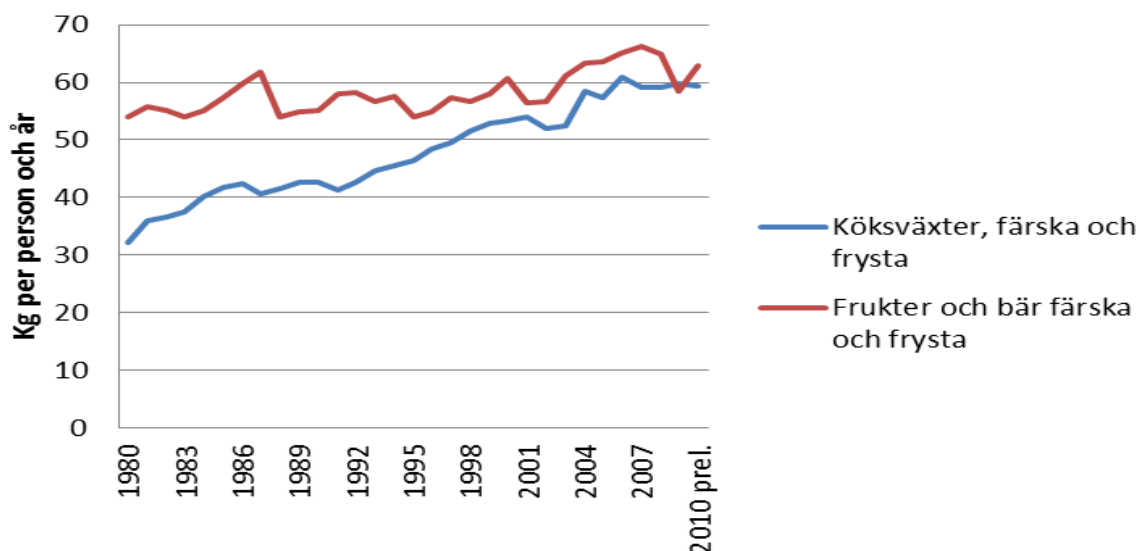


Vinkonsumtionen ökar, men ökningen av starkölskonsumtionen har stannat av

Diagrammet nedan visar att konsumtionen av vin fortsätter att öka. Konsumtionen av starköl har också haft en ökande trend, som ser ut att ha stannat av år 2010. Konsumtionen av öl med 2,25–3,5 % alkohol visar dock en tydlig nedåtgående trend under flera år. Konsumtionen av sprit har varit relativt oförändrad under de första tio åren av 2000-talet.



Totalkonsumtionen av grönsaker på samma nivå medan fruktkonsumtionen återhämtar sig



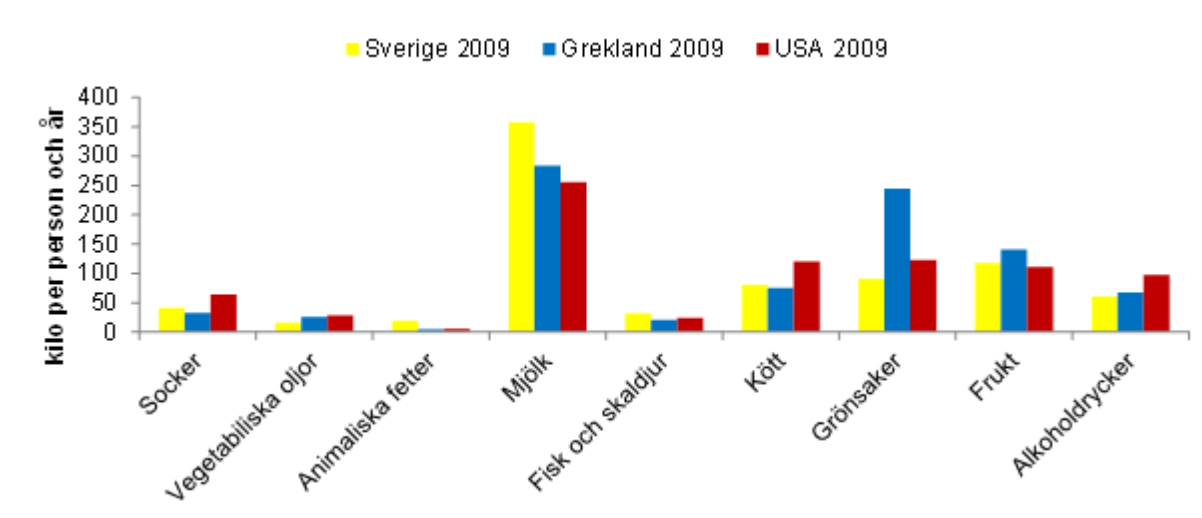
Diagrammet ovan visar en tydlig ökning av konsumtionen av frukt och bär mellan 2009 och 2010. Att notera är dock att det skedde en märkbar minskning av fruktkonsumtionen år 2009. Konsumtionen av grönsaker har liksom fruktkonsumtionen varit ökande sett ur ett längre perspektiv, men utvecklingen tycks ha stabiliserats.

Svenska matvanor i förhållande till några andra länders matvanor

Hur ser då de svenska matvanorna ut i ett internationellt perspektiv? I följande exempel jämför vi konsumtionen i Sverige med konsumtionen i Grekland och USA. Vi har valt Grekland som exempel på ett land där medelhavskosten är vanlig, och USA som exempel på ett land där utbudet av så kallad utrymmesmat⁴ är stort. Statistiken kommer från FAO (Food and Agriculture Organisation) och det senast tillgängliga året avser år 2009. Att notera är att siffrorna inte är direkt jämförbara med Jordbruksverkets konsumtionsstatistik för Sverige. Dessutom behöver fler år och fler länder studeras för en bredare analys. Utifrån detta bör de specifika värdena tolkas med försiktighet. Men syftet här är att ge en bild av storleksordningen när det gäller ländernas konsumtion per person av ett antal livsmedelsgrupper som har betydelse för folkhälsan.

⁴ Enligt Livsmedelsverket är utrymmesmat sådana livsmedel som mest innehåller mycket energi och/eller fett och socker men lite av andra näringsämnen. Exempel är livsmedel som godis, glass, kaffebröd, snacks, alkohol och söta drycker.





Konsumtionen av vissa livsmedel i Sverige, Grekland och USA, kilo per person och år, avrundat till heltal, 2009

Källa: FAO (Food and Agriculture Organisation)

Figuren visar att de tre ländernas konsumtion skiljer sig på flera sätt. I USA konsumerades nästan dubbelt så mycket **socker och sötningsmedel** som i Grekland år 2009. I Sverige låg konsumtionen av socker och sötningsmedel på knappt två tredjedelar av konsumtionen i USA enligt FAO:s statistik.

När det gäller **vegetabiliska oljor** såsom rapsolja och olivolja låg Sverige en bra bit under både Grekland och USA i konsumtion per person år 2009. Däremot hade Sverige en avsevärt större konsumtion av **animaliska fetter** såsom smör och grädde, och även av mjölk.

Konsumtionen av **fisk och skaldjur** var något större i Sverige än både USA och Grekland år 2009, medan USA hade en avsevärt större konsumtion av **kött** än Sverige och Grekland.

När det gäller **grönsaker** var Greklands konsumtion år 2009 dubbelt så stor som den i USA, och ytterligare större än den svenska grönsakskonsumtionen. Även konsumtionen av **frukt** var störst i Grekland år 2009, följt av Sverige och USA.

Konsumtionen av **alkoholhaltiga drycker** var år 2009 störst i USA, följt av Grekland och Sverige.

Sammanfattningsvis kan vi utifrån statistiken konstatera att den svenska konsumtionen kännetecknas av en förhållandevis hög konsumtion av mjölk och animaliska fetter, medan Grekland har en hög konsumtion av frukt och grönsaker och USA en hög konsumtion av socker, kött och alkoholhaltiga drycker.



Ett friskare Sverige

Serie om svenska matvanor och matpriser

Denna pm ingår i en rapportserie om svenska matvanor och matpriser. Serien omfattar dels kortare pm och dels lite längre rapporter. Syftet med serien är att bidra med ett lättillgängligt kunskapsunderlag samt ge uppslag till fortsatta analyser i den allmänna debatten om livsmedelspriser och livsmedelskonsumtion.

Kontaktpersoner:

Olof Sköld, telefon 036–15 50 02

Helena Lööv, telefon 036–15 50 59

