

Udskriftsdato: 14. december 2025

2020/1 BSF 44 (Gældende)

Forslag til folketingsbeslutning om at indføre kostråd om vegetarisk og vegansk mad til børn

Ministerium: Folketinget

Fremsat den 21. oktober 2020 af Susanne Zimmer (UFG),
Uffe Elbæk (UFG) og Sikandar Siddique (UFG)

Forslag til folketingsbeslutning

om at indføre kostråd om vegetarisk og vegansk mad til børn

Folketinget pålægger regeringen at tage de nødvendige administrative skridt for at sikre, at Sundhedsstyrelsen og Fødevarestyrelsen udarbejder vejledende konstruktive kostråd til forældre om vegetarisk og vegansk mad til spædbørn, småbørn og børn generelt.

Bemærkninger til forslaget

Beslutningsforslaget er en genfremsættelse af beslutningsforslag nr. B 109, folketingsåret 2019-20. Der henvises til www.folketingstidende.dk, Folketingstidende 2019-20, tillæg A, B 109 som fremsat, og tillæg F, møde 67, kl. 10:00.

Veganske og vegetariske familier stilles ringere end andre

Sverige, Norge og Finland har alle udarbejdet konstruktive vejledninger til forældre, som ønsker at lade deres børn vokse op på plantebaseret kost. Danmark har imidlertid ikke udarbejdet en sådan vejledning, hvilket begrundes med, at de danske myndigheder har den holdning, at vegansk kost til børn »ikke kan anbefales«¹⁾. Det har i praksis den konsekvens, at veganske og vegetariske familier i Danmark stilles ringere end i vores nabolande.

Gældende politik øger risiko for fejlnæring

Den manglende vejledning fra myndighederne i Danmark øger risikoen for, at der er forældre, som ikke modtager den nødvendige vejledning om især vigtigheden af at tage tilskud af B12-vitamin. Der har eksempelvis været medieomtale, hvor en læge fra Rigshospitalet har udtrykt bekymring over, at der af og til indlægges børn med B12-mangel. Når myndighederne viger fra ansvaret for at vejlede konstruktivt af frygt for fejlnæring, får vi med stor sandsynlighed den modsatte effekt, nemlig at der bliver flere tilfælde, fordi man har undladt at vejlede konstruktivt.

Den manglende vejledning – og de danske myndigheders afvigende holdning i forhold til de øvrige nordiske lande – har desuden den konsekvens, at mange kommuner og daginstitutioner ikke tør servere vegansk kost til børn fra veganske familier.

Fødevarestyrelsen og Sundhedsstyrelsen henviser i øvrigt veganske forældre til at kontakte en diætist. Men diætisterne og de øvrige ernæringsfaglige er forbeholdne på grund af myndighedernes forbehold og efterspørger efteruddannelse om vegansk kost til børn. Dansk Vegetarisk Forening oplyser, at man allerede i 2013 rettede henvendelse til de danske myndigheder med henblik på at få udarbejdet en vejledning om vegansk og vegetarisk ernæring for børn, men at myndighederne svarede, at de dels ikke havde ressourcer til at lave en sådan vejledning, dels ikke ville vejlede i vegansk ernæring til børn.

Det ønskes med beslutningsforslaget at sikre, at de danske myndigheder ligesom de øvrige nordiske landes myndigheder vejleder forældre konstruktivt i vegansk ernæring. Myndighederne i Sverige, Norge og Finland har udarbejdet vejledninger på typisk tre til fem sider.

Vejledende kostråd i vores nabolande

Den svenske fødevarestyrelse, Livsmedelsverket, har udarbejdet en vejledning om vegansk ernæring til børn, som fylder cirka fem A4-sider. Deres holdning er; »Mat med mycket grönsaker, rotfrukter, baljväxter och fullkorn är bra både för hälsan och miljön. Vill man ge sitt barn helt vegetarisk mat krävs goda kunskaper om mat och näringsämnen och lite extra planering. Men om den vegetariska kosten är väl sammansatt, innehåller berikade produkter eller vissa tillskott och ger tillräckligt med energi kan även barn äta helt vegetarisk mat – vegansk mat.«²⁾

Den norske sundhedsstyrelse, Helsedirektoratet, har udarbejdet en vejledning om vegansk ernæring til børn, som fylder cirka tre A4-sider. Deres holdning er, at »Med kunnskap om kosthold og god planlegging kan man sette sammen et balansert og næringsrikt plantebasert kosthold til barn.«³⁾

De finske myndigheder har udarbejdet en vejledning om vegansk ernæring til børn, som fylder cirka fire A4-sider. Deres holdning er, at »En omsorgsfullt komponerad vegankost lämpar sig också för gravida och ammande kvinnor, barn och unga.«⁴⁾

De nordiske næringsstofanbefalinger, som gælder i alle nordiske lande, lyder: »Vegan, lacto-vegetarian and lacto-ovo-vegetarian diets should be able to satisfy the nutrient needs of infants, children, and adolescents and promote normal growth if they are appropriately planned, but vegan diets always need to be supplemented with vitamin B12 and vitamin D.«⁵⁾

De britiske sundhedsmyndigheder, National Health Service, har også udarbejdet en vejledning, som er fælles for vegetariske og veganske forældre. Deres holdning er: »Advice on introducing your baby to solid foods from around 6 months is the same for vegetarian and vegan babies as it is for non-vegetarian babies. Babies and young children on a vegetarian or vegan diet can get the energy and most of the nutrients they need to grow and develop from a well-planned varied and balanced diet. But they might need specific supplements (such as vitamin B12) in addition to the usual vitamin supplements recommended for all babies.«⁶⁾

FN's verdensmål, evidens og konstruktiv vejledning

FN understreger i deres verdensmål nr. 2 om at stoppe sult, at alle børn skal kunne spise sig mætte i sund og nærende mad. Dette gælder naturligvis også de børn og familier, der ønsker at leve plantebaseret.

Dansk Vegetarisk Forening har gennemgået forskningen om vegansk kost til børn, og de har i februar 2020 udarbejdet et notat om dette til ernæringsfaglige personer.⁷⁾ Deres konklusion er, at der ikke er videnskabelig evidens for, at en veltilrettelagt vegansk kost, som inkluderer de rette tilskud, ikke kan anbefales. Notatet anbefaler, at forældre med børn, der lever vegansk, får konstruktiv vejledning. Dansk Vegetarisk Forening har i samarbejde med en klinisk diætist udarbejdet en vejledning, som man forsøger at nå ud til målgruppen med.⁸⁾

At der bør vejledes konstruktivt i vegansk ernæring til børn, understøttes endvidere af, at The Academy of Nutrition and Dietetics, verdens største diætistforening, som organiserer over 100.000 medlemmer, har den holdning, at veltilrettelagt vegansk kost er egnet til alle livets stadier: »It is the position of the Academy of Nutrition and Dietetics that appropriately planned vegetarian, including vegan, diets are healthful, nutritionally adequate, and may provide health benefits for the prevention and treatment of certain diseases. These diets are appropriate for all stages of the life cycle, including pregnancy, lactation, infancy, childhood, adolescence, older adulthood, and for athletes.«⁹⁾

På baggrund af disse bemærkninger pålægger Folketinget med beslutningsforslaget regeringen at sørge for, at Fødevarestyrelsen og Sundhedsstyrelsen udarbejder vejledende konstruktive kostråd til forældre om vegetarisk og vegansk mad til spædbørn, småbørn og børn generelt på niveau med de øvrige nordiske lande. Det foreslås desuden, at myndighederne reviderer deres politik om, at plantebaseret kost til børn »ikke kan anbefales« og i stedet fokuserer på konstruktiv vejledning ligesom i de øvrige nordiske lande.

- 1) »Vegetarisk og vegansk kost – hvad er forskellen, og hvordan skal du spise?«, Fødevarestyrelsen (www.altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/saerlige-grupper/vegetarer-og-veganere/#c63064).
- 2) »Vegansk mat till barn«, Livsmedelverket, Sverige (www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/barn-och-ungdomar/vegansk-mat-till-barn/).
- 3) »Vegetarkost og vegankost: Spedbarn 0-1 år«, Helsedirektoratet, Norge (www.helsenorge.no/kosthold-og-ernaring/vegetarisk-kosthold/spedbarn-0-1-ar).
- 4) »Tillsammans kring matbordet – kostrekommendationer till barnfamilier«, Institutet för hälsa och välfärd, Finland. Se side 99 (www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130021/KIDE27_SVENSKA_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- 5) »Nordic Nutrition Recommendations 2012 - Integrating nutrition and physical activity«, Nordisk Ministerråd, 2014. Se side 129 (www.altomkost.dk/fileadmin/user_upload/altomkost.dk/Slet_ikke_filliste/Raad_og_anbefalinger/Nordic_Nutrition_Recommendations_2012.pdf).
- 6) »Vegetarian and vegan babies and children - Your pregnancy and baby guide«, National Health Service, Storbritannien (www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/vegetarian-vegan-children/).
- 7) »GRAVIDE, AMMENDE OG SPÆDBØRN«, Dansk Vegetarisk Forening (www.vegetarisk.dk/boern/).
- 8) »En vejledningspjece om vegetarisk og vegansk ernæring til gravide, ammende, spædbørn og småbørn«, Dansk Vegetarisk Forening, 2018 (www.vegetarisk.dk/wpcontent/uploads/2018/09/dvf_babyfolder_aug2018.pdf).
- 9) »Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian diets«, Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, 2016, vol. 116, nr. 12, side 1970-1980 (www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27886704).

Skriftlig fremsættelse

Susanne Zimmer (ALT):

Som ordfører for forslagsstillerne tillader jeg mig herved at fremsætte:

Forslag til folketingsbeslutning om at indføre kostråd om vegetarisk og vegansk mad til børn.

(Beslutningsforslag nr. B 44)

Jeg henviser i øvrigt til de bemærkninger, der ledsager forslaget, og anbefaler det til Tingets velvillige behandling.