



ERNÆRINGSFOKUSKONFERENCEN 2019

# FØDEVAREMATRICER

## - når fødevarer er mere end næringsstoffer

14. november 2019, kl. 9.00-16.00

Axelborg Salen, Vesterbrogade 4A, 1620 København V

**9.00 - 9.30 | Morgenmad**

**9.30 - 9.45 | Velkommen**

Anne Lawaetz Arhning/ adm. direktør, Landbrug & Fødevarer og moderator Anne Glad

**9.45-11.05 | SESSION 1: Fødevarematricers forunderlige verden**

### **Madens kompleksitet**

Mad er meget mere end de enkelte næringsstoffer og summen af dem. Hvad betyder madens kompleksitet for næringsstoffernes sundhedsmæssige effekter?

*Inge Tetens, professor/ Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet. Som ernæringsfagets grand old lady giver Inge et historisk helikopterperspektiv på fødevarematricernes forunderlige verden, betydningen for kostmønstre samt forarbejdningsgradens indflydelse på optagelse af næringsstoffer.*

### **Mejerimatricen**

Hvad viser de seneste studier af mejerimatricen i relation til sundhed og sygdom? Og hvad er forklaringen på uoverensstemmelserne mellem sundhedseffekterne, når man kigger på enkelte næringsstoffer versus hele fødevarer?

*Arne Astrup, institutleder/ Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet er en institution i institutionen. Han har netop stået i spidsen for en international gruppe, som i en artikel i British Medical Journal har sat mejerimatricen under lup og redegjort for vores eksisterende viden om matricer og interaktioner mellem næringsstoffer.*

**Inge og Arne stiller op til dialog med salen om fødevarematricer**

**11.05-11.20 | Pause**

## 11.20-12.40 | SESSION 2: Mikronæringsstoffers rolle i kosten

### Fokus på B12-vitamin i forskellige kostmønstre

Der er mange meninger om, hvor B12-vitamin kommer fra, og om hvor god optageligheden er i menneskekroppen. Christian tager os igennem litteraturen og gør os klogere på B12-vitamins optagelse og biotilgængelighed.

*Christian W. Heegaard, lektor/ Sektion for Molekylærernæring, Institut for Molekylærbiologi og Genetik, Aarhus Universitet har i en lang årrække forsket i kroppens optagelse af B12-vitamin. Christian bidrager med den nyeste viden på området.*

### Fokus på kilderne til D-vitamin

Er der forskel på om D-vitamin indgår naturligt i en fødevarerematrix, er tilsat fødevarer, indtages som tilskud eller kommer fra solen?

*Lars Hylstrup, overlæge, dr. Med./ Hvidovre Hospital, har i en lang årrække forsket i effekten af D-vitamin. Lars fortæller om seneste viden på området.*

### Fokus på jern og zink

Jern og zink er vigtige næringsstoffer i vores kost. Hør om hvordan de optages og betydning af fødevarerematrixen, herunder 'kødfaktoren'.

*Susanne Gjedsted Bügel, professor mso/ Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet kan man ikke komme udenom, når man søger efter specialister i mikronæringsstoffer.*

### Christian, Lars og Susanne stiller op til dialog med salen om mikronæringsstoffers rolle i kosten

### 12.40-13.30 | Frokost i Bankbokssalen

### 13.00-13.45 | Smag på specialprodukter og mød producenterne

## 13.45-15.35 | SESSION 3: Kød i kontekst

### Det animalske paradoks

Følelser og fakta blandes ofte sammen i debatten om kødets plads på tallerkenen. Skal vi skamme os over at spise kød? Og hvilken betydning har kødet egentlig i kosten?

*Line Munk Damsgaard, ernæringschef/ Afdeling for Ernæring, Landbrug & Fødevarer arbejder passioneret for at fødevarernes plads på tallerkenen formidles fagligt, sagligt og ikke mindst forståeligt.*

### Hvordan ser kostmønstre ud for 15-75-årige danskere – med fokus på kød?

DTU Fødevarerinstitutionen har gennemført en analyse af danskernes kostmønstre med fokus på forskelligt niveau af kød i en sund kost og forskellig kostkvalitet hos personer, der spiser meget kød. Hvad kendetegner den øvrige kost hos en "kød-spiser"? - Og er der forskel på, om vi ser på rødt kød eller fjerkrækød?

*Heddie Mejborn, seniorrådgiver/ Afdelingen for Risikovurdering og Ernæring, DTU Fødevarerinstitutionen har stået i spidsen for et større studie af sammenhænge mellem kostkvalitet, kødindtag og sundhed og præsenterer resultaterne vedrørende kostmønstre.*

### Er kød årsag til sygdom?

Den videnskabelige evidens er delt. Nogle forskere finder en sammenhæng mellem kødindtag og udvikling af sygdom, mens andre ikke gør. SDU har som noget helt nyt sammenkørt data fra DTU's kostundersøgelse med data fra sygdoms- og dødsårsags-registrene. Hør om resultaterne fra denne analyse.

*Sanne Pagh Møller, videnskabelig assistent/ Forskningsafdelingen for sundhed og sygdom i befolkningen, Statens Institut for Folkesundhed. SDU har stor erfaring med kobling af datakilder.*

## 14.40-14.55 | Pause

**13.45-15.35 | SESSION 3: Kød i kontekst - fortsat**

## **Kostfibre og kødprodukter**

Tarmsundhed er det nye sort. Vi ved at kostfibre er godt for tarmen. Men hvad er betydningen af de sammenhænge kostfibre og kød indtages i?

*Hanne Christine Bertram, professor/ Institut for Fødevarer, Århus Universitet har fået en Eliteforsk-pris i 2017 for sin forskning i metabolismen af proteiner fra mælk og kød via analysemetoden Metabolomics.*

## **Line, Heddie, Sanne og Hanne stiller op til dialog med salen om kød i kontekst**

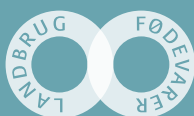
**15.45-16.00 | Take home messages – tak for i dag**

Anne Glad, moderator



## **HVEM ER VI?**

Katrine Langvad, seniorkonsulent  
Line Munk Damsgaard, ernæringschef  
Merete Myrup, ernæringschef mejeri  
Puk Maia Ingemann Holm, chefkonsulent  
Hanne Castenschiold, chefkonsulent



**Landbrug & Fødevarer**

Axelborg, Axeltorv 3  
1609 København V

T +45 3339 4000  
F +45 3339 4141

W [ernaeringsfokus.dk](http://ernaeringsfokus.dk)  
W [voresmad.dk](http://voresmad.dk)