

Motion till riksdagen

1988/89:So443

av Marianne Carlström m.fl. (s)

Matens betydelse för hälsan

Maten är inte bara nödvändigt bränsle för kroppen, den kan också innebära glädje och trevlig samvaro. Vi vet också att bra kostvanor ger bättre hälsa och ett längre liv. Vi kan alla påverka vår livskvalitet.

Under flera årtionden har dålig miljö — speciellt farlig arbetsmiljö — utpekats som en fara för hälsan. Däremot har kosten och vår dagliga livsföring — bortsett från rökning och alkohol — inte rönt samma intresse hos miljöforskare och debattörer.

Ändå har vi länge vetat att det finns samband mellan kostens sammansättning och många av vår tids folksjukdomar. Hjärt- och kärlsjukdomar har exempelvis klara samband med mättat fett och rökning. Den svenska cancerkommittén uppskattar att ca 30 % av cancerfallen beror på kosten och hälften av dessa på för högt fettintag.

I det enskilda kosthålllet har vi stora möjligheter att förbättra den egna och familjens hälsa. Det är därför viktigt att vi får mer upplysning och utbildning om kostens betydelse för hälsan.

Barn måste få möjlighet att lära sig laga mat och att äta den i en lugn och avstressad miljö. Vi måste också minska användningen av hel- och halvfabrikat och i stället laga maten i skolan och på andra institutioner. Maten blir då färskare och kvaliteten bättre.

Vi måste också öka storkökspersonalens kunskaper om kostens betydelse för hälsan. Detta är viktigt eftersom hälften av Sveriges befolkning äter något mål varje dag från storkök.

Skolan måste på ett tidigt stadium ge kunskaper om kostens betydelse för hälsan och lära eleverna matlagningens grunder. En bra konsument måste ha kunskaper och det kan eleverna få i skolans hemkunskapsundervisning.

Hemställan

Med hänvisning till det ovan anförda hemställs

1. att riksdagen som sin mening ger regeringen till känna vad som i motionen anförts om att informera allmänheten om kostens betydelse för hälsan,

2. att riksdagen som sin mening ger regeringen till känna vad som i motionen anförts om att kunskaper om kosten förbättras,

[att riksdagen som sin mening ger regeringen till känna vad som i motionen anförts om att skolans utbildning om kost och hälsa förbättras,]

3. att riksdagen som sin mening ger regeringen till känna vad som i

motionen anförts om att storkökspersonalens kunskaper om kosten
förbättras.

Mot. 1988/89
So443

Stockholm den 19 januari 1989

Marianne Carlström (s)

Ingrid Andersson (s)

Ulla Pettersson (s)

Ingegerd Sahlström (s)