
J. Hjelmesæth og medarbeidere svarer

KOMMENTAR

JØRAN HJELMESÆTH

joran.hjelmeseth@siv.no

Jøran Hjelmesæth er seksjonsoverlege ved Hormon-, overvekt- og ernæringsavdelingen – Forskningsseksjonen, Sykehuset i Vestfold, professor ved Avdeling for endokrinologi, sykkelig overvekt og forebyggende medisin, Universitetet i Oslo.

Forfatteren oppgir følgende interessekonflikter: Jøran Hjelmesæth er avtroppende leder for Nasjonalt råd for ernæring.

LIVE ELIN TORHEIM

Forfatteren har ikke oppgitt noen interessekonflikter.

ERIK KRISTOFFER ARNESEN

Forfatteren har ikke oppgitt noen interessekonflikter.

Marit Kolby etterlyser mer redelighet i diskusjonen om ultraprosessert mat. Hensikten med vår artikkel var imidlertid ikke å gjenoppta diskusjonen om ultraprosessert mat, men å «utdype hvilke minimumskrav som stilles til kunnskapsgrunnet om forskjellige matvarers betydning for helsen før myndighetene kan gi befolkningen spesifikke kostråd» [\(1\)](#).

For å belyse problemstillingen viste vi til at de nye nordiske ernæringsanbefalingene [\(2\)](#), som er et rammeverk for nasjonale myndigheter, har brukt hovedsakelig kvalifiserte systematiske kunnskapsoppsummeringer av høy kvalitet som bakgrunnsrasjonale for å utarbeide anbefalinger. Videre forklarte vi at vitenskapelige anbefalinger kun ble gitt «når det forelå «sterk» evidens, det vil si at det var enten sannsynlige eller overbevisende årsakssammenhenger mellom eksponering og utfall.» og at « Dette krever blant annet evidens fra mer enn én type studier, en klar dose-respons-sammenheng og støttende evidens for biologisk plausibilitet fra mekanistiske studier». Vi eksemplifiserte dette ved å vise til NNR-komiteens vurdering av manglende egnethet ved begrepet ultraprosessert mat som grunnlag for anbefalinger [\(1, 2\)](#).

REFERENCES

1. Hjelmæsæth J, Torheim LE, Arnesen EK. Hva kreves av kunnskap før man gir kostholdsrad? Tidsskr Nor Legeforen 2023; 143: 936–7. [PubMed] [CrossRef]
2. Blomhoff R, Andersen R, Arnesen EK et al. Nordic Nutrition Recommendations 2023. København: Nordic Council of Ministers, 2023.

Publisert: 25. september 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0589
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.