

Hvad spiser små børn?

Midt i Ugen nr. 5 13. juni 2007
Af FoodDTU

"Med vores projekt bliver det første gang i Danmark, at vi får viden om, hvad små børn faktisk spiser. Der findes mindre undersøgelser, men ikke en repræsentativ national undersøgelse, som vores", siger souschef cand. brom. Ellen Trolle, Fødevareinstituttet, Afdeling for Ernæring, DTU.



Ellen Trolle foran stablerne med kostdagbøger

Hvad er formålet med jeres projekt?

"I projektet 'Kostundersøgelse blandt spædbørn og småbørn' beskriver vi, hvad danske børn i alderen seks måneder til tre år spiser. Vi skal bestemme hele kosten, og beregne indtagelsen af de forskellige føde-varegrupper. Vi vil vide, hvilke fødevarer børnene spiser, i hvilken mængde samt, hvad det betyder for indtagelsen af fedt, protein, kulhydrater, vitaminer og mineraler. Herved kan vi give bedre estimater over, hvor meget små børn indtager af uønskede stoffer, f.eks. pesticider eller tungmetaller. Små børn spiser meget i forhold til, hvad de vejer, derfor kan nogle børn måske blive meget belastede af disse stoffer. Beregninger heraf foretager vi i samarbejde med Fødevareinstituttets Afdeling for Fødevarekemi og Afdeling for Toksikologi og risikovurdering".

Hvad skal I bruge den viden til, som I indsamler?

"Det er vigtigt at vide, hvad børn spiser, fordi den tidlige kost har indflydelse på både vækst og udvikling. Sammen med Institut for Human Ernæring, KU, er vi involveret i forskning i, hvilken betydning den tidlige kost har for sygdomme senere i livet. Derfor undersøger vi også om børnenes indtagelse af energi og næringsstoffer lever op til de Nordiske næringsstofanbefalinger, og om kosten generelt følger anbefalingerne fra Sundhedsstyrelsen og Fødevarestyrelsen. De to styrelser rådgiver sundhedsplejersker om, hvilken kost hun skal anbefale forældre at give deres børn. Her er det interessant at finde ud af, hvad børnene faktisk spiser i forhold til disse råd, og om der bør foretages ændringer i rådgivningen".

"Noget jeg interesserer mig meget for er, hvornår forældre begynder at introducere den faste føde for børnene. Hvornår begynder de at spise med af den mad familien selv spiser, og hvad det betyder for den ernæringsmæssige sammensætning af deres kost? ".

Hvor langt er I i projektet lige nu?

"Alle relevante data er samlet ind i samarbejde med Socialforskningsinstituttet, og data skal nu oparbejdes. Forældre er blevet interviewet om baggrundsdata, hvor svarene registreres på en pc. Vi har data fra ca. 1.900 børn. Desuden har alle forældre over syv dage udfyldt en prækodet kostdagbog. Ved hjælp af et beregningsprogram, vi har udviklet, kombineres data fra dagbøgerne med fødevardatabankens oplysninger om indholdet af næringsstoffer i de enkelte fødevarer. På den måde beregnes indtaget af næringsstoffer. Så skal vi analysere for forskelle i indtagelse af næringsstoffer, fødevarer og måltidsmønstre afhængig af f.eks. køn, alder, vægt, social status og ammefrekvens. vi forventer resultater fra sidst i 2007 og løbende i 2008", slutter Ellen Trolle.