

# Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2021-2023

Information om deltagelse i forskningsprojektet



# Danskerne kost og fysiske aktivitet

**I denne folder kan du læse mere om baggrunden for *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet*, og hvad det kræver at være med i forskningsprojektet. Vi vil bede dig læse folderen med deltagerinformation grundigt igennem.**

*Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2021-2023* er en landsdækkende undersøgelse med ca. 4000 danskere i alderen 4-80 år. Formålet er at undersøge indtag af fødevarer, næringsstoffer og uønskede stoffer samt det fysiske aktivitetsniveau i den danske befolkning.

Resultaterne fra undersøgelsen er vigtige for at kunne vurdere fødevarerens sikkerhed, sundhed og kostens klimabelastning i Danmark. Resultaterne vil blive brugt til mange formål i Danmark og internationalt, eksempelvis til at:

- undersøge om det fortsat er sikkert at spise frugt og grønt i store mængder, selvom de kan indeholde pesticidrester
- følge udviklingen i danskernes spisevaner for at vurdere om kosten er tilstrækkelig rig på næringsstoffer som vitaminer og mineraler
- beregne klimabelastningen af danskernes kost.

Undersøgelsen bliver udført af DTU Fødevarerinstituttet og er blevet gennemført fem gange siden 1985.

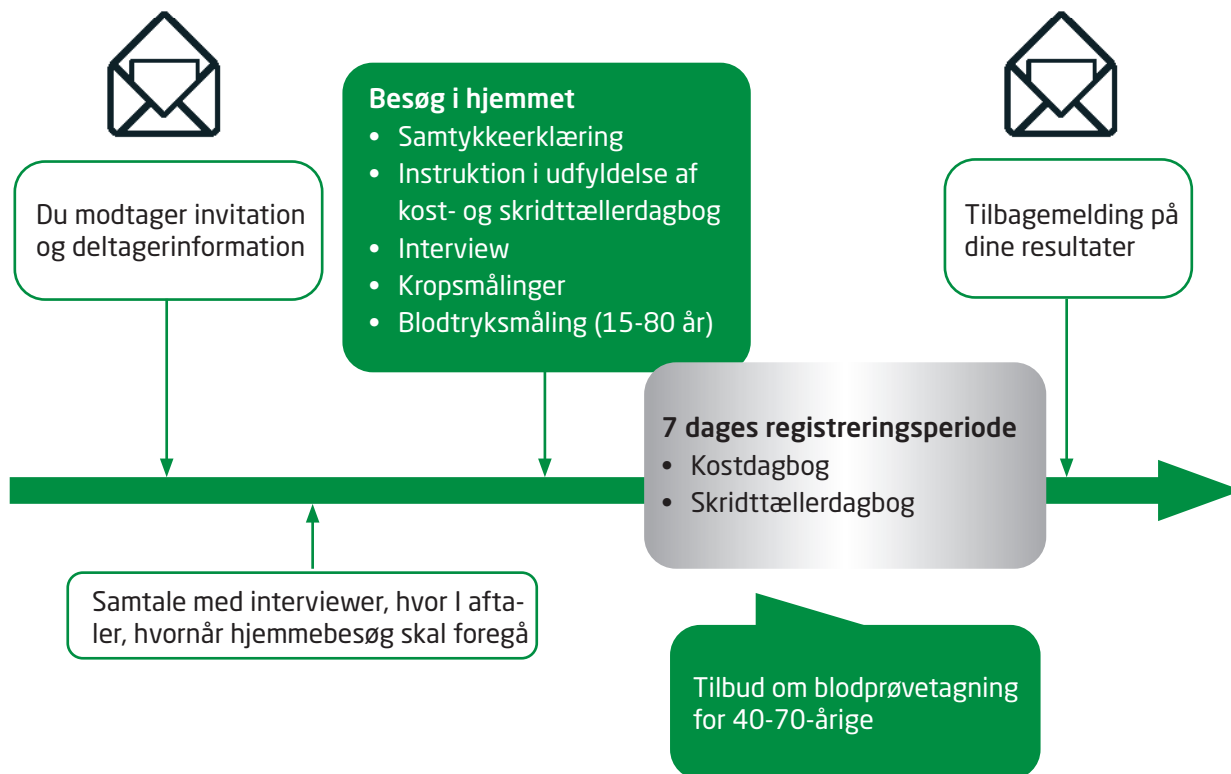
## Hvem kan deltage?

For at være med i undersøgelsen skal du:

- være 4-80 år
- være dansk statsborger
- tale og læse dansk
- ikke bo på plejehjem

Deltagerne i undersøgelsen er tilfældigt udtrukket fra CPR-registret. På den måde giver resultaterne af undersøgelsen et samlet billede af danskernes kost og fysiske aktivitet. Hver deltagers bidrag er værdifuldt, men det er selvfølgelig frivilligt at deltage. Hvis du gerne vil deltage i undersøgelsen, vil vi bede dig underskrive en samtykkeerklæring. Du kan på et hvilket som helst tidspunkt trække dit samtykke tilbage og forlade undersøgelsen. I så fald behøver du ikke fortælle os hvorfor.

## Sådan vil undersøgelsen forløbe:





## Hvad kræver det af dig?

Inden for fire uger vil en interviewer fra analysebureauet Wilke ringe til dig. Hvis vi ikke kan træffe dig på telefonen, vil vi kontakte dig på din bopæl. Intervieweren vil informere om undersøgelsen og du kan stille de spørgsmål, du måtte have. Siger du ja til at være med, vil intervieweren lave en aftale om, hvornår du starter samt aftale et tidspunkt for et besøg hjemme hos dig. Du bliver bedt om at underskrive en samtykkeerklæring, når intervieweren besøger dig. Du har ret til betænkningstid, før du beslutter, om du vil underskrive samtykkeerklæringen.

Når du er med i undersøgelsen, vil du blive interviewet og få målt højde, vægt og taljeomkreds. Du skal også registrere din mad i en digital kostdagbog i en uge, hvor du også skal gå med en skridttæller og registrere din aktivitet i en digital skridttællerdagbog. **Du skal ikke ændre din kost og fysiske aktivitet, men netop gøre som du plejer.**

Kost og fysisk aktivitet registreres på en computer/tablet/mobil. Hvis du *ikke* har en computer/tablet/mobil eller *ikke* har internetadgang, kan du stadig være med. Så skal du skrive, hvad du har spist og drukket og notere din fysiske aktivitet i papirdagbøger. Dem får du udleveret sammen med en frankeret svarkuvert, som du sender retur i udfyldt stand til DTU Fødevareinstituttet.

## Besøg af interviewer hjemme hos dig

Interviewerens besøg vil tage ca. 1 time og 45 minutter. Du er velkommen til at have et familiemedlem, en ven eller en bekendt med under besøget.

- Du får information om undersøgelsen og kan stille spørgsmål samt underskrive samtykkeerklæringen.
- Du bliver interviewet om bl.a. dine mad- og aktivitetsvaner og dine holdninger til mad og madlavning.

- Du vil blive instrueret i at registrere din mad og fysiske aktivitet i en kost- og skridttællerdagbog og få forklaret, hvordan du bærer skridttælleren.
- Du vil få målt din højde, vægt og taljeomkreds.
- Hvis du er 15 - 80 år, vil du få målt dit blodtryk.
- Hvis du er 40 - 70 år, vil du blive spurgt, om du vil give en blodprøve på et lokalt blodprøvetagningsambulatorium.

## Retningslinjer i forbindelse med coronavirus

På grund af den aktuelle risiko for smitte med coronavirus ønsker DTU Fødevareinstituttet at minimere den sundhedsmæssige risiko og skabe tryghed under hjemmebesøget. Intervieweren er i overensstemmelse med Sundhedsstyrelsens anbefalinger grundigt instrueret i, hvordan den sundhedsmæssige risiko minimeres under hjemmebesøget. Bl.a. medbringer intervieweren håndsprit og desinfektionssejler, og intervieweren bruger mundbind/visir, når det ikke er muligt at holde mindst 1 meters afstand. Du kan læse mere om retningslinjerne på [www.dansda.food.dtu.dk](http://www.dansda.food.dtu.dk).

## Dine data, anonymitet og offentliggørelse af undersøgelsens resultater

Alle de oplysninger, vi indsamler, behandler vi strengt fortroligt og i overensstemmelse med gældende lovgivning, idet databeskyttelsesforordningen og databeskyttelsesloven overholdes. Hovedresultaterne fra undersøgelsen offentliggør vi i rapporter, videnskabelige og populærvideenskabelige tidsskrifter, som bliver brugt til rådgivning af myndigheder som Fødevarestyrelsen. Data vil altid være i en form, så ingen enkeltpersoner kan genkendes ved offentliggørelse.

Du kan læse mere om, hvordan vi behandler og opbevarer dine personoplysninger her: <https://www.dansda.food.dtu.dk/privatlivspolitik>



### **Biologisk materiale**

Hvis du er 40-70 år, vil du blive spurgt, om du vil give en blodprøve (35 ml svarende til ca. 3 spsk. blod). Blodprøven er frivillig og ikke et krav for at deltage i undersøgelsen. Formålet med blodprøvetagningen er at måle biologiske markører for sundhed (total kolesterol, HDL kolesterol, triglycerider og faste-blodsukker). DTU Fødevareinstituttet indsamler prøverne for at undersøge sammenhængen mellem forskellige biologiske markører og henholdsvis kost og fysisk aktivitet.

Blodprøven bliver opbevaret i en forskningsbiobank, indtil alle analyser er udført senest 1. februar 2024. Overskydende blod bliver opbevaret i en biobank på DTU Fødevareinstituttet.

# Hvad får jeg ud af at deltage?

## **Tilbage melding**

Når du er med i undersøgelsen, kan du få tilbage melding på dine resultater for:

- fysisk aktivitet
- kropsmålinger
- blodtryk hvis du er mellem 15 og 80 år
- blodværdier for kolesterol, triglycerider og blodsukker hvis du er mellem 40 og 70 år og har fået taget en blodprøve
- eventuelle andre fund, der kan have betydning for dit helbred, fx højt blodtryk.

Vær opmærksom på, at det kan tage noget tid, før du modtager alle dine resultater. Hvis du ikke ønsker tilbagemelding på dine resultater, kan du frabede dig informationen i samtykkeerklæringen. Bemærk, at hvis du frabeder dig at blive informeret om dine resultater, accepterer du dermed, at du ikke vil få at vide, hvis du har afvigende resultater for fx blodtryk og blodværdier.

Hvis dit barn deltager i undersøgelsen, kan informationen ikke frabedes i samtykkeerklæringen.

Du kan beholde den udleverede skridttæller efter undersøgelsen.

## **Præmier**

Når du har fuldført interview og registrering af kost og fysisk aktivitet som aftalt, får du mulighed for at være med i en lodtrækning om to præmier af 5000 kr. i det kvartal, hvor du deltager. Du skal betale skat af præmiebeløbet.

## **Fødevaresikkerhed og sundhed**

Du bidrager til vigtig forskning og initiativer om fødevaresikkerhed, sundhed og bæredygtighed.



På den måde er det muligt at lave yderligere analyser senere, hvis det viser sig relevant. Biobanken med overskydende blod vil følge gældende lovgivning. Udlevering af blodprøver fra biobanken til et nyt forskningsprojekt i fremtiden, vil blive anmeldt til De Videnskabetiske Komitéer for Region Hovedstaden. Som udgangspunkt skal der ved fremtidig forskning indhentes et nyt samtykke fra dig til forskningen. Hvis den fremtidige forskning indebærer risiko for nye helbredsmæssige fund, vil DTU indhente nyt samtykke fra dig. Hvis den fremtidige forskning ikke indebærer risiko for nye helbredsmæssige fund, kan De Videnskabetiske Komitéer give tilladelse til forskningsprojektet uden dit samtykke. Nye forskningsresultater vil ikke blive sendt til dig, men du kan til enhver tid henvende dig og spørge efter dine egne resultater. Blodprøven bliver opbevaret på DTU Fødevareinstituttet i 30 år, hvorefter den bliver destrueret senest d. 1. september 2053.

### **Risici ved at deltage i undersøgelsen**

Blodprøven bliver taget på et prøvetagningsambulatorium i den region, hvor du bor. Blodprøven bliver taget af en erfaren bioanalytiker. Som altid ved en blodprøvetagning er der en lille risiko for komplikationer som fx blå mærker, smerter eller infektion, når blodprøven bliver taget. Der-

udover indebærer deltagelse i undersøgelsen ingen risici, bivirkninger eller komplikationer.

### **Økonomi**

Miljø- og Fødevareministeriet har taget initiativ til undersøgelsen og finansierer denne. Undersøgelsen bliver gennemført af DTU Fødevareinstituttet. Undersøgelsen er således ikke støttet af kommercielle interesser. Hverken den projektsansvarlige seniorrådgiver Sisse Fagt eller andre af projektmedarbejderne har økonomiske interesser i undersøgelsen eller har økonomisk tilknytning til virksomheder eller fonde med interesser i undersøgelsen.

Undersøgelsen er godkendt af Region Hovedstadens Videnskabetiske Komité (journal nr. H-19033428).

### **Kontakt**

Vi håber, at du med denne information har fået et godt indblik i, hvad det kræver at deltage i undersøgelsen, så du kan tage en velovervejet beslutning om, hvorvidt du vil deltage. Vi beder dig også om at læse det vedlagte materiale "Forsøgspersones rettigheder i et sundhedsvidenskabeligt forskningsprojekt".



# Hvem er DTU Fødevareinstituttet?

Fødevareinstituttet er en del af Danmarks Tekniske Universitet.

## **Fødevareinstituttet har bl.a. fokus på at**

- identificere de samfundsmæssige udfordringer i forhold til danskernes kostvaner
- øge viden om betydningen af kosten for sundhed og sygdomsforebyggelse
- bidrage til sikre og sunde fødevarer
- beregne klimabelastningen af danskernes kost

Hvis du vil vide mere om Fødevareinstituttet, kan du hente yderligere oplysninger på [www.food.dtu.dk](http://www.food.dtu.dk). Her kan du også læse mere om resultaterne fra tidligere nationale kostundersøgelser.

Danmarks Tekniske Universitet  
DTU Fødevareinstituttet  
Kemitorvet, Bygning 201  
2800 Kgs. Lyngby