



## Øvelse med nye data fra Sportsernæringsundersøgelsen

DTU Fødevareinstituttet

*Publication date:*  
2019

*Document Version*  
Også kaldet Forlagets PDF

[Link back to DTU Orbit](#)

*Citation (APA):*  
DTU Fødevareinstituttet, (2019). *Øvelse med nye data fra Sportsernæringsundersøgelsen*, Nr. 19/1019181, 4 s., jun. 07, 2019.

---

### General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.



## Notat

Til Fødevarestyrelsen.

Vedr. Øvelse med nye data fra Sportsernæringsundersøgelsen

### Øvelse med nye data fra Sportsernæringsundersøgelsen

#### Opdrag

7. juni 2019  
Journal nr. 19/1019181

DTU Fødevareinstituttet er af Fødevarestyrelsen, Kemi og Fødevarekvalitet, blevet bedt om at genvurdere nedenstående tre berigelsessager med nye indtagsdata fra Sportsernæringsundersøgelsen.

*Produkt 1:* Læskedrik (pulver til opblanding med vand). Der blev nedlagt forbud mod de ansøgte tilsætninger af zink og kreatin, så det er disse stoffer, der skal genvurderes. FVST J. nr. 2017-27-7100-00331.

*Produkt 2:* Bar. Der blev nedlagt forbud mod de ansøgte tilsætninger af jern, magnesium, zink, kobber, jod, mangan og A-vitamin, så det er disse stoffer, der skal genvurderes. FVST J. nr. 2016-27-7100-00256.

*Produkt 3:* Mælkebaseret drikkevarer. Der blev nedlagt forbud mod den ansøgte tilsætning af A-vitamin, så det er dette stof, der skal genvurderes. FVST J. nr. 2018-29-7100-00494.

#### Baggrund

På baggrund af data fra *Sportsernæringsundersøgelsen* (Mejborn et al. 2018) er der blevet beregnet indtag af forskellige kategorier af sportsernæringsprodukter (SEP) til brug i berigelsessager. Kategorierne fremgår af tabel 1.

Tabel 1. Sportsernæringsprodukt (SEP) kategorier

| Hovedkategori  | Subkategori I  | Subkategori II |
|--|--|----------------|
| Total mælkebaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP) | Proteinprodukter (mælkebaserede drikkevarer)               | Færdigdrik     |
|  |  | Pulver         |
|  | Kulhydrat- og proteinprodukter (mælkebaserede drikkevarer) | Færdigdrik     |
|  |  | Pulver         |
| Total vandbaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP)  | Aminosyrer og BCAA (vandbaserede drikkevarer)              | Færdigdrik     |
|  |  | Pulver         |
|  | Sportsdrikke/elektrolytdrikke (vandbaserede drikkevarer)   | Færdigdrik     |
|  |  | Pulver         |
| Kreatin (vandbaserede drikkevarer)                   | Pulver   |                |
| Total sportsernæringsbarer (SEP)                     | Kulhydrat bar  |                |
|  | Protein bar  |                |
| Total sportsernæringsgeler (SEP)                     | Kulhydrat gel  |                |

For alle SEP kategorierne er der beregnet P50 og P95 for sædvanligt og akut indtag for mænd, kvinder og alle. Aldersgrupperne er opdelt i 18-24, 25-34, 35-55 og 18-55 år.

Usikkerheden på P95 er høj, når det samlede antal af personer er under 60 ( $n < 60$ ) (EFSA 2011). Da dette er gældende for visse af SEP kategorierne vil P95 for disse kategorier være behæftet med stor usikkerhed og ikke være egnet til at indgå i en reel risikovurdering. Dette ses i nedenstående vurderinger for *Produkt 1*, 2 og 3, hvor det ikke er muligt for alle SEP kategorierne at køns- og aldersopdele på samme vis som med data fra de nationale kostundersøgelser (Pedersen et al., 2015)<sup>1</sup>, der hidtil er brugt i berigelsessager. Det er også på denne baggrund, at aldersgruppen 15-17 år ikke er medtaget, da den indeholder for få brugere af SEP ( $n=39$ ).

Der er i beregningerne ikke taget højde for, at 52% af deltagerne i Sportsernæringsundersøgelsen dagligt indtager mere end ét SEP.

## Vurdering

### *Produkt 1*

På baggrund af indtagsdata fra Sportsernæringsundersøgelsen ses det, at indtaget af vandbaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP) er højere end indtaget af læskedrikke, der har ligget til grund for tidligere beregninger foretaget med data fra *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2011-2013* (tabel 2). Nye beregninger, hvor indtaget af vandbaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP) erstatter indtaget af læskedrikke, vil derfor ikke ændre på konklusionen i vurderingen af *Produkt 1*, idet indtaget af zink og kreatin ved inddragelse af de nye indtagsdata vil føre til højere indtag af de pågældende stoffer.

<sup>1</sup> *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2011-2013.*

Tabel 2. Indtag af læskedrikke og vandbaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP)

|   | Voksne mænd | Voksne kvinder |
|---|-------------|----------------|
| P95 for indtaget af læskedrikke (ml/dag)*                                 | 1052        | 542            |
| P95 for indtag af vandbaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP) (ml/dag)* | 1300        |                |

\*Indtaget er baseret på aldersgruppen 25-34 år.

### Produkt 2

På baggrund af indtagsdata fra *Sportsernæringsundersøgelsen* ses det, at indtaget af sportsernæringsbarer (SEP) er højere end indtaget af chokolade, barer og lignende, der har ligget til grund for tidligere beregninger foretaget med data fra *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2011-2013* (tabel 3). Nye beregninger, hvor indtaget af chokolade, barer og lignende erstattes med indtaget af sportsernæringsbarer (SEP) vil derfor ikke ændre på konklusionen i vurderingen af Produkt 2, idet indtaget af de nævnte stoffer ved inddragelse af de nye indtagsdata vil føre til højere indtag af de pågældende stoffer.

Tabel 3. Indtag af chokolade, barer og lignende og sportsernæringsbarer (SEP)

|   | Voksne mænd | Voksne kvinder |
|---|-------------|----------------|
| P95 for indtaget af chokolade, barer og lignende (g/dag)* | 50          | 33             |
| P95 for indtaget af sportsernæringsbarer (SEP) (g/dag)*   | 118         |                |

\*Indtaget er baseret på aldersgruppen 24-35 år.

### Produkt 3

På baggrund af indtagsdata fra *Sportsernæringsundersøgelsen* ses det, at indtaget af mælkebaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP) er højere end indtaget af mælkebaserede drikkevarer, der har ligget til grund for tidligere beregninger foretaget med data fra *Den nationale undersøgelse af danskernes kost og fysiske aktivitet 2011-2013* (tabel 4). Nye beregninger, hvor indtaget af mælkebaserede drikkevarer erstattes med indtaget af mælkebaserede sportsernæringsdrikkevarer (SEP) vil derfor ikke ændre på konklusionen i vurderingen af Produkt 3, idet indtaget af A-vitamin ved inddragelse af de nye indtagsdata vil føre til højere indtag af A-vitamin.

Tabel 4. Indtag af mælkebase-  
rede drikkevarer og mælkebase-  
rede sportsernæringsdrikkevarer  
(SEP)

|  | Voksne mænd | Voksne kvinder |
|--|-------------|----------------|
| P95 for indtaget af mælkebase-<br>rede drikkevarer (ml/dag)*                         | 217         | 143            |
| P95 for indtaget af mælkebase-<br>rede sportsernæringsdrikkevarer<br>(SEP) (ml/dag)* | 700         | 545            |

\*Indtaget er baseret på aldersgruppen 24-35 år.

### Referencer

European Food Safety Authority (EFSA); Use of the EFSA Comprehensive European Food Consumption Database in Exposure Assessment. EFSA Journal 2011;9(3):2097. [34 pp.] doi:10.2903/j.efsa.2011.2097. Available online: [www.efsa.europa.eu/efsajournal.htm](http://www.efsa.europa.eu/efsajournal.htm)

Mejborn H, Biloft-Jensen A, Kørup K, Matthiessen J. Indtag af sportsernæringsprodukter blandt 15-55-årige danskere. DTU Fødevareinstituttet. Danmarks Tekniske Universitet, 2018.

Pedersen AN, Christensen T, Matthiessen J, Knudsen VK, Rosenlund-Sørensen M, Biloft-Jensen A, Hinsch HJ, Ygil KH, Kørup K, Saxholt E, Trolle E, Budtz Søndergaard A, Fagt S. Danskernes kostvaner 2011-2013. Hovedresultater. DTU Fødevareinstituttet, 2015.