

Nina Teicholz – intervju (Breckenridge 2017) – förhandstitt 2

Nina Teicholz: 2015 fick USA sina senaste kostriktlinjer. USA:s kostriktlinjer betraktas som en gyllene standard för hela världen. Där rekommenderas fortsatt att högst 9 % av kaloriintaget ska komma från mättat fett. Jag blev mållös. Har man läst forskningen vet man att det inte finns stöd för det. Så jag gjorde en grundlig utredning av hur de hade kommit fram till det. Jag granskade deras resonemang och underlag, och upptäckte att de helt enkelt hade blundat för mycket forskning. De hade inte gjort en systematisk analys, där man alltså väger in all forskning, utan handplockat forskningsrapporter och dessutom feltolkat flera av dem. Trots studier som motbevisade sambandet mellan mättat fett och hjärtsjukdom, bedömde de bevisningen som stark.