

Frågestund med Gary Taubes (San Diego 2017) – förhandstitt 2

Frågeställare: Jag har en fråga om det ökade intaget av vegetabiliska oljor som verkar ha följt sockerintaget. Hur ser du på ett eventuellt samband mellan det dramatiskt ökade intaget av socker och vegetabiliska oljor?

Gary Taubes: Socker och vegetabiliska oljor... Det är möjligt. Allt är möjligt. När det gäller vegetabiliska oljor... När jag försöker förklara den här epidemin kan jag hitta exempel där det inte förekommer vegetabilisk olja i kosten. Det som tillkommit är socker och söta drycker. Det är en fullgod förklaring. Frågan är då om vegetabilisk olja gör det värre. Det är fullt möjligt, men jag tror att världen är full av barn med fetma och diabetes, vars föräldrar är kloka nog att undvika helfabrikat med soja- och rapsolja. Jag skriver på en artikel till British Medical Journal om fett i kosten, tillsammans med en världsledande epidemiolog som vill förklara minskningen av hjärtdödlighet med ett ökat intag av vegetabilisk olja. Frågan är om det finns ett orsakssamband. Man kan inte ta åt sig äran av en minskad hjärtdödlighet när en minskning av hjärtsjukdom inte har påvisats, och vill knappast ta åt sig äran av ökningen av diabetes parallellt. Frågan är var sambanden finns. Det blir väldigt rörigt. Om jag hade en population som inte äter socker och vitt mjöl, skulle jag ge dem vegetabilisk olja och se vad som hände. Det kan stämma att en kombination av de båda är särskilt farlig. Men när det gäller epidemins orsak så har jag sett fall där man inte ätit vegetabilisk olja, men dock socker. Jag har än så länge inte stött på motsatsen.