

Pensumlitteratur ERN135 Middelhavsmat og bærekraft

Artiklene finner du i Canvas under «pensum»

Om middelhavskost: mat, matkultur og helse

Arnesen, E. (2018). Middelhavskosthold, hva er det egentlig? – Del 1. *Norsk tidsskrift for ernæring*. (4/2018). Hentet fra https://www.ntfe.no/journal/2018/4/ernaering-2018-04-a-1781/Middelhavskosthold,_hva_er_det_egentlig

Arnesen, E. (2019). Middelhavskosthold, hva er det egentlig? – Del 2. *Norsk tidsskrift for ernæring*. (1/2019). Hentet fra https://www.ntfe.no/journal/2019/1/tfe-2019-01b-809/Middelhavskosthold,_hva_er_det_egentlig

Bere E & Brug J. (2010). Is the term «Mediterranean diet» a misnomer? *Public Health Nutrition*. 2010;13(12):2127 – 9.

Dinu, M., Pagliai, G., Casini, A., & Sofi, F. (2017). Mediterranean diet and multiple health outcomes: an umbrella review of meta-analyses of observational studies and randomised trials. *European Journal of Clinical Nutrition*, 73, 30–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.1038/ejcn.2017.58>

Mediterra 2012. The Mediterranean Diet for Sustainable Regional Development/ International Centre for Advanced Mediterranean Agronomic Studies (CIHEAM). – Paris: Presses de Sciences Po, 2012. https://www.ciheam.org/wp-content/uploads/2022/07/Mediterra_2012_EN.pdf

Mentella, M. C., Scaldaferri, F., Ricci, C., Gasbarrini, A., & Miggiano, G. A. D. (2019). Cancer and Mediterranean Diet: A Review. *Nutrients*, 11(9). <https://doi.org/10.3390/nu11092059>

Nestle M. (1995). Mediterranean diets: historical and research overview. *Am J Clin Nutr*. 1995 Jun;61(6 Suppl):1313S-1320S. doi: 10.1093/ajcn/61.6.1313S. PMID: 7754981.

Rosnes, J.T (2022, 18. juli). *Konservering av mat*. Nofima <https://nofima.no/fakta/konservering-av-mat/>

Sofi, F., Macchi, C., Abbate, R., Gensini, G., & Casini, A. (2014). Mediterranean diet and health status: An updated meta-analysis and a proposal for a literature-based adherence score. *Public Health Nutrition*, 17(12), 2769-2782. doi:10.1017/S1368980013003169

Om nordisk mat: helseeffekter og sammenlikning med middelhavskosten

Bere E & Brug J (2009). Towards health-promoting and environmentally friendly regional diets – a Nordic example. *Public Health Nutrition*. DOI: 10.1017/S1368980008001985

Krznarić, Ž., Karas, I., Ljubas Kelečić, D., & Vranešić Bender, D. (2021). The Mediterranean and Nordic Diet: A Review of Differences and Similarities of Two Sustainable, Health-Promoting Dietary Patterns. *Frontiers in nutrition*, 8, 683678. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.683678>

Nasjonalt råd for ernæring (2017). *Bærekraftig kosthold – vurdering av de norske kostrådene i et bærekraftsperspektiv*. Hentet fra <https://hepla.no/2017/11/29/rapporten-baerekraftig-kosthold-vurdering-av-de-norske-kostradene-i-et-baerekraftperspektiv-baseres-pa-landbruksmyter/>

Warensjö Lemming E, Byberg L, Wolk A, Michaëlsson K. A comparison between two healthy diet scores, the modified Mediterranean diet score and the Healthy Nordic Food Index, in relation to all-cause and cause-specific mortality. *Br J Nutr.* 2018 Apr;119(7):836-846. doi: 10.1017/S0007114518000387. PMID: 29569544.

Om bærekraftig kosthold:

Meltzer, H. M. et. al (2024). Hva er et bærekraftig norsk kosthold? *Norsk tidsskrift for ernæring*, 22(2), 75-91. <https://doi.org/10.18261/ntfe.22.2.4>

Bere, E. (2018). Om mat og bærekraft. *Mat og helse i skolen.* 1/2018, 4-6.

Eat-Lancet commission summary report, 2019. Healthy Diets from Sustainable Food Systems. Food Planet Health. Tilgjengelig på: https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf

FN-sambandet. (2021). *Bærekraftig utvikling*. Hentet fra <https://www.fn.no/tema/fattigdom/baerekraftig-utvikling>

Meltzer, H. M og Bere, E. (2019). Kosthold og bærekraft. I: Øverby, N.C. (Red.), *Samfunnsernæring*. (s.222-229). Universitetsforlaget

Ritchie, H. and Roser M. (2020) - "Environmental Impacts of Food Production". Published online at OurWorldInData.org. Retrieved from: <https://ourworldindata.org/environmental-impacts-of-food>

Sinnes, A. T. (2021). *Utdanning for bærekraftig utvikling* (2.utg). Universitetsforlaget.

Volden, J. (2021). Mat, helse og bærekraft: Hvilken rolle spiller mat for bærekraftig utvikling? *Mat og helse i skolen.* 1/2021, 28-34.

Kristiansand 10. des. 2024, Eli Anne Myrvoll (emneansvarlig)

Med forbehold om endringer i pensumlisten