

Pressmeddelande, 19 maj 2015

## **Varannan vill se fler glutenfria alternativ – trots att man inte själv är glutenintolerant**

**Drygt varannan svensk vill se fler glutenfria alternativ i matbutiken och 15 procent uppger att de har valt glutenfria alternativ framför vanliga – trots att de inte själva är glutenintoleranta. Det visar en färsk SIFO-undersökning på uppdrag av ViktVaktarna. ”Var försiktig med att laborera på egen hand” uppmanar Karin Nileskog, kostansvarig på ViktVaktarna.**

Trenden med glutenfritt tycks hålla i sig. I en ny SIFO-undersökning genomförd på uppdrag av ViktVaktarna uppger 54 procent av svenskarna att de vill se fler glutenfria alternativ i matbutiken – trots att de själva är glutenintoleranta. 15 procent har valt glutenfria alternativ framför de vanliga även om de inte är glutenintoleranta.

Karin Nileskog har varit kostansvarig på ViktVaktarna i över 20 år och har sett många trender komma och gå genom åren.

– Glutentrenden vi ser nu har lett till fler alternativ i handeln vilket är positivt för dem som behöver det. Men det finns ingen anledning att skippa gluten om man inte måste – tvärtom ska man vara väldigt försiktig med att laborera på egen hand. Att helt utesluta något ur sin kost kan leda till bristsjukdomar så se till att en läkare eller dietist utvärderar vad som bäst för just dig, säger hon.

Det är framförallt kvinnor som väljer glutenfritt framför vanliga alternativ trots att de inte är intoleranta – 22 procent av kvinnorna mot nio procent av männen. Det är även betydligt fler kvinnor som uppger att de vill se mer glutenfritt i butik trots att de inte själva är glutenintoleranta: 65 procent av kvinnorna mot 44 procent av männen uppger detta.

### **Från undersökningen:**

*Skulle du vilja se fler glutenfria alternativ i matbutiken?*

Ja, eftersom jag är glutenintolerant	1 %
Ja, även om jag inte är glutenintolerant	54 %
Nej	45 %

Antal svar: 1199

*Har det hänt att du valt glutenfria alternativ framför vanliga?*

Ja, eftersom jag är glutenintolerant	1 %
Ja, även om jag inte är glutenintolerant	15 %
Nej	84 %

Antal svar: 1199

### **Kontakt:**

Karin Nileskog, kostansvarig på ViktVaktarna [karin.nileskog@viktvaktarna.se](mailto:karin.nileskog@viktvaktarna.se), 076 782 61 62  
Ulrika Ennen, marknadsdirektör på ViktVaktarna, [ulrika.ennen@viktvaktarna.se](mailto:ulrika.ennen@viktvaktarna.se), 073 364 15 74

### **Om undersökningen**

Undersökningen genomfördes av TNS SIFO på uppdrag av ViktVaktarna under april 2015 genom internetintervjuer. Undersökningen ger ett representativt urval bland kvinnor och män i åldern 15-79 år. Sammanlagt 1199 svenskar deltog.



**Om ViktVäktarna:**

*I Sverige har två miljoner svenskar minskat sin vikt med hjälp av ViktVäktarna sedan 1972. ViktVäktarna erbjuder en effektiv metod för att uppnå en hållbar viktnedgång som innebär att man får äta allt – men inte alltid. ViktVäktarna följer de svenska näringsrekommendationerna. Kostprogrammet bygger på en vetenskapligt beprövad metod med grundpelarna mat, motion, motivation, och möten. Läs mer på: [viktvaektarna.se](http://viktvaektarna.se)*