



Sötare än socker

Enbart under påskhelgen stoppar svenskarna i sig ett kilo godis per person. Världsrekord i sockerfrossa - trots de senaste årens hälsolarm.

Filter berättar historien om en av människans allra djupaste drifter - och om mannen som hoppas ha funnit ett sätt att hantera den.

TEXT: JOHAN FRISK FOTO: LINDA FORSELL



Carl Horn af Rantzien började intressera sig för kostens betydelse för hälsan när hustrun Lotta drabbades av bröstcancer. I en av böckerna han läste nämndes ett märkligt sötningsmedel, tillverkat av en ört. Det saknade kalorier och var inte farligt för tänderna. Författaren, immunologen Sanna Ehdin, hävdade till och med att stevia hade en stärkande medicinsk effekt.

Problemet var att stevia inte gick att få tag på, åtminstone inte i Sverige. I USA fanns det bara i välsorterade hälsokostbutiker.

Carl Horn af Rantzien började söka information om stevia på internet och blev allt mer irriterad. Fram trädde bilden av en sötningsindustri som dominerades av en stark sockerlobby och en minst lika stark, och dessutom aggressiv, lobby för de syntetiska sötningsmedlen. Myndigheterna verkade vara lata och bekväma, i vissa fall rent av korrupta. Carl Horn af Rantzien, som i slutet av 70-talet hade startat A Non Smoking Generation, kände igen mönstret från rökningen och den mäktiga tobaksindustrin.

Stevia upptog en allt större plats i hans tankar. Längre utan att ge upphov till något annat än en stigande irritation.

I början av februari 2003 slog influensan till. Carl Horn af Rantzien låg däckad och febern försatte honom i ett tillstånd någonstans mellan hallucination och klar-synthet. Där blev allt mycket tydligare, en

vision tog form i feberruset och en helig vrede växte fram.

Så här fick det inte gå till!

Carl Horn af Rantzien satte sig i sängen med sin bärbara dator och ett stort blädderblock som snabbt fylldes med pilar, tankar, infall, vilka sedan blev ord som skrevs in i datorn. En vecka senare var affärsplanen klar.

Carl Horn af Rantzien hade en gång tagit sig an Big Tobacco. Nu var det dags för Big Sugar.

Reklamfilmen är övertydlig, nästan grotesk. En ung man sitter vid ett bord med ett paket frukostflingor i handen, han vinklar paketet mot tallriken men i stället för flingor rinner det ut socker. På tallriken växer ett vitt berg. Den unge mannen lyfter en sked och börjar sleva i sig.

Filmen är en av flera på samma tema som tagits fram av Crustum, ett företag som marknadsför Atkins livsmedelsprodukter. Filmerna avslutas med en speakerröst som säger: »Vi svenskar får i oss 45 kilo rent socker per år.« I kampanjen ingår också radioreklam där företaget hävdar att »sockerberoendet bryts« med hjälp av Atkins GI-metod.

Kampanjen höjde blodtrycket hos ledningen på sockertillverkaren Danisco Sugar, som skickade in en anmälan om

vilseledande reklam till Marknadsetiska rådet. Danisco menade att siffrorna över sockerkonsumtionen var helt fel och att den korrekta siffran ligger mellan 20 och 30 kilo rent socker per person och år. Dessutom, hävdade Danisco, existerade inte sockerberoende som vetenskapligt begrepp. Efter att ha anlitat professor Stephan Rössner som expert gick Marknadsetiska rådet på Daniscos linje och stämplade reklamen som vilseledande.

Att siffrorna är så olika beror på att de står för olika saker. Sant är att det i Sverige säljs drygt 40 kilo socker per person och år. Sant är också att

allt socker inte äts upp. Danisco har dragit bort ett beräknat svinn.

Även om vi får i oss 30 kilo socker per år, drygt 82 gram per dag, så är det mer än vi behöver. Enligt svenska näringsrekommendationer bör en svensk kvinna inte få i sig mer än 55 gram per dag medan en man kan snaska i sig uppemot 70 gram.

Människans enorma aptit på sötna är unik i djurvärlden och lär ha uppkommit redan för 35 miljoner år sedan. Homo sapiens föregångare var duktiga

klättrare och stora konsumenter av frukt, vars höga sockerhalt gav näring åt deras energikrävande hjärnor och gjorde så att kroppsdelen kunde växa till sig. Primater som saknade sötsug nöjde sig med att äta blad eller insekter, utvecklade aldrig sina hjärnor, och stannade kvar i träden.

Försök på spädbarn visar att en droppe sockervatten på en latexbröstvårta får bebisen att suga längre på den än på ett riktigt bröst. Samma droppe i ett gråtande spädbarns mun får hjärtrytmen att sakta ner och anletsdragen att slappna av.

I Mellanöstern odlades dadlar för sitt

»När en sådan patient ›avgiftas‹ säger hon att kroppen kan drabbas av *panikångest*, depression, huvudvärk och förstoppning.«

sockerinhåll redan för 8 000 år sedan. Första gången det nämns i Sverige är i rikemannen Birger Peterssens testamente från 1327.

På 1500-talet användes sockret främst som medicin och senare till lyxkonsumtion. Med erövringen av Amerika följde storskalig produktion på rörsockerplantager.

En förutsättning för plantageodlingen