

Organisaatio	Ruokakasvatus ja ravitsemusohjaus	Vastaus
YDHV lakitiimi	Luku on yksi suosituksen vahvuuksista. E erityisen tärkeää on: myönteisen ruokasuhteen tukeminen, lapsen osallisuuden korostaminen, sekä ruokailutilanteiden ilmapiirin huomioiminen. Lisäksi voisi olla hyödyllistä käsitellä nykyistä enemmän: sosiaalisen median vaikutusta lasten ruokasuhteeseen, sekä kodin, varhaiskasvatuksen ja koulun yhteistyötä.	Kiitos myönteisestä palautteesta. Sosiaalisen median vaikutus lasten ruokasuhteeseen on tärkeä aihe, mutta valitettavasti suositusten laajuuden vuoksi yksittäisiin aiheisiin ei ole mahdollista aina syventyä laajemmin. Suositukseen on lisätty kahteen eri kohtaan aiheesta tietoa (digilaitteet ruokapöydässä sekä kansalliset suositukset digilaitteiden käytöstä), jotka osittain myös koskevat sosiaalista mediaa.
-	Hyvä kappale kaiken kaikkiaan.	Kiitos palautteesta.
Syömishäiriöliitto - SYLI ry	Kokonaisuudessaan tärkeä kappale! s110 r22 Joustavuus kuuluu terveyttä edistävään syömiseen - todella hyvä ja tärkeä kappale!	Kiitos palautteesta

Suomen Lastenlääkäriyhdistys ry, HUS, Helsingin yliopisto	Luku 13 on kokonaisuutena erittäin onnistunut. Erityisen hyvää on joustavan ruokasuhteen, ruokailon, vanhempien pystyvyyden tukemisen sekä syömiseen liittyvän normatiivisuuden tunnistamisen korostaminen. Myös ruokailun vuorovaikutuksellinen luonne ja lapsen yksilöllisyyden huomioiminen tuodaan ansiokkaasti esiin. Lukua lukiessa herää kuitenkin ajatus, että samat periaatteet voisivat näkyä johdonmukaisemmin myös suosituksen aiemmissa osioissa, erityisesti imeväisten ruokintaa käsittelevässä luvussa 6. Tässä luvussa korostuvat joustavuus, vanhempien tukeminen, ruokailun vastavuoroisuus sekä tarpeettoman syyllistämisen välttäminen, kun taas luvussa 6 painottuvat paikoin enemmän syömiseen tekniset yksityiskohdat, yksittäiset "oikeat" toimintatavat. Suosituksen kokonaisuutta voisi vahvistaa tuomalla luvun 13 periaatteita nykyistä näkyvämmiin myös imeväisten ruokintaa koskeviin	Kiitos palautteesta. Lukuun 6 on lisätty tietoa vastavuoroisuudesta imeväisen ruokinnassa.
Suomen Kätilöliitto - Finlands Barnmorskeförbund ry	Selkeä, ei lisättävää.	Kiitos palautteesta.
Elintarviketeollisuusliitto ry	-	
Maa- ja kotitalousnaisten Keskus ry, Kehityspäällikkö ruoka, ravitsemus ja kotitalousneuvonta	Tämä kappale on kokonaisuudessaan tärkeä!	Kiitos palautteesta.
Imetyksen tuki ry	Ei kommentteja	

Helsingin kaupunki, Sosiaali-, terveys- ja pelastustoimiala, Terveysasemat ja sisätautien poliklinikka	Sivu 109, rivit 35–36: Tekstissä sana ”aina” antaa liian jyrkän kuvan maahanmuuttajataustaisten perheiden kokemuksesta ja saattaa ohjata ammattilaisenkin suhtautumaan asenteellisesti. Sivu 110, rivit 22–38, sivu 111, rivit 1–4: Hyvä kappale joustavuudesta ravitsemusterveyttä edistävänä asiana.	Korjattu tekstiä ehdotuksen mukaisesti.
Metropolia Ammattikorkeakoulu, Metropolia ammattikorkeakoulu	Tärkeää tukimateriaalia terveydenhuollon sekä varhaiskasvatuksen -, kasvatuksen - ja opetuksen ammattilaisille. s.109 rivi 22-36 Pitäisikö ruokasuosituksissa ottaa huomioon uskontoon tai kulttuuriin liittyviä tekijöitä, kuten lapsen tai kehittyvän nuoren paasto? Kannustaa puheeksi ottamisessa ja perheen tukemisessa, esimerkiksi millainen on paaston merkitys nuoren kehittymiselle ja hyvinvoinnille, milloin on turvallista osallistua paastamiseen (nuoret kehittyvät eri aikaan iästä riippumatta). Tähän kohtaan voisi lisätä tarkemman D-vitamiinien annostelun ohjeen tummaihoisille. (s.109 rivit 29-30). s. 110 rivit 17-20 Ruokaympäristöön sopeutumista ja ravitsemuslukutaitoa, eli ravitsemukseen liittyvän tiedon löytämistä, tulkitsemista ja soveltamista voidaan vahvistaa käytännöllisten kuvien, ohjatun kaupassakäynnin ja ruoanvalmistuksen, yhteisten ruokailujen ja omankielisten	Kappaletta muokattu osittain ehdotusten perusteella. Liitetiedostona on taulukko, johon on yksilöity eri väestöryhmien D-vitamiinisuosituksset.
Suomen ympäristökeskus (Syke)	Kestävän syömisen näkökulma tulisi integroida osaksi ruokakasvatusta perheissä ja ammattilaisten työtä käsittelevää tekstiä (s. 107).	Suosituksessa lähtökohtana on terveellinen, kestävä syöminen

Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry	Allergia-, iho- ja astmaliitto korostaa, että toimiva ravitsemusohjaus allergiaperheissä edellyttää tutkimusnäyttöön perustuvien suositusten lisäksi riittävää tukea, ohjausta ja vertaistukea. Erityisesti vakaviin allergioihin liittyvä psykososiaalinen kuormitus ja ruokaan liittyvä pelko tulee tunnistaa ja huomioida osana kokonaisvaltaista terveyden edistämistä. Allergia-, iho- ja astmaliitto ehdottaa, että kuvioon 6 (s. 108) Lapsiperheiden ohjauksen ja ruokakasvatuksen keskeiset toimijat lisättäisiin kansanterveysjärjestöt-kohdan listaukseen myös tapahtumat ja kurssit.	Kiitos kommentista, tapahtumat ja kurssit on lisätty kuvioon.
-----------------------------------	---	---

Svenska lantbruksproducenternas centralförbund SLC r.f., Thomas Blomqvist, Toiminnanjohtaja ja Sofia van der Pals, Korkeakouluharjoittelija	SLC pitää ruokakasvatusta ja ruokakulttuuria erittäin tärkeänä osana lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämistä. Ruokakasvatuksessa tulisi taten nykyistä vahvemmin lisätä ymmärrystä koko ruokaketjusta pelloilta pöytään. Lasten ja nuorten olisi tärkeää saada tietoa suomalaisesta maataloudesta, ruoantuotannon käytännöistä sekä siitä, miten eri tuotantosuunnat liittyvät toisiinsa. Tämä vahvistaa kuluttajien kykyä tehdä tietoisia valintoja sekä arvostaa kotimaista ruoantuotantoa. SLC pitää tärkeänä, että ruokakasvatuksessa vältetään yksinkertaistavia vastakkainasetteluja kasvi- ja eläinperäisten tuotteiden välillä. Kestävä suomalainen ruokavalio voidaan rakentaa monella tavalla, ja ruokakasvatuksen tulee kannustaa monipuoliseen sekä ravitsemuksellisesti että tuotannollisesti kestävään ajatteluun.	Kiitos kommentista. Nykyiset suositukset suosittelevat kasvipainotteista sekaruokavaliota, johon kuuluu myös eläinperäisiä tuotteita kuten maitoa, kananmunaa, kalaa ja lihaa.
WWF Suomi	WWF katsoo, että kasvipainotteisen syömisestä normalisoituminen edellyttää johdonmukaista linjaa läpi lapsen kasvuympäristön. Ravitsemussuositusten mukainen kasvipainotteinen ruokavalio tulisi olla lähtökohta kaikissa julkisissa ruokapalveluissa ja neuvonnassa, joita lapsi ja nuori kohtaa — neuvolasta päiväkotiin ja kouluun.	Kiitos kommentista,

Sosiaali- ja terveysministeriö	Sivulla 110 (rivi 6) termi ”neuvolatyö” ei ole virallinen. Ehdotetaan käytettäväksi termejä ”neuvola” tai ”neuvolapalvelut”. Sivulla 110 (rivi 14) termi ”äitiyteen” tulee korvata kattavammalla termillä ”vanhemmuuteen”, joka on kattavampi termi ja huomioi molemmat vanhemmat.	Termejä täsmennetty
Syöpäjärjestöt	s. 109, r. 8 Olisiko kappaleessa tarpeen mainita teoreettispohjaisia käytännön työkaluja pystyvyyden tunteen vahvistamiseen, esimerkiksi: Self-Efficacy Interventions luku (Lisa M. Warner & David P. French) https://doi.org/10.1017/9781108677318.032 s. 110–111, r. 37–38 ja 1–4. Kappaleessa tulee ilmi, että koettua syyllisyyttä ei tulisi pyrkiä lisäämään, mutta lause (s. 110, r. 37) ”syyllisyys voi joskus motivoida muutoksiin” on kuitenkin tutkimusnäytön valossa kyseenalainen. Syyllisyys (ja häpeä) ovat yhteydessä lyhytkestoisiin muutoksiin, stressiin ja joustamattomaan syömiseen, kun taas sisäinen motivaatio, autonomia ja ylpeys omista onnistumisista ennustavat pitkäaikaisia elintapamuutoksia. Suositellaan tarkentamaan kohtaa siten, että se ei anna ymmärtää syyllisyyden olevan hyödyllinen tai hyväksyttävä ohjauksen väline.	Kohtaa on tarkennuttu. Lähtökohtaisesti kohdassa ei kannusteta lisäämään syyllisyyttä. Suosituksensa pitämiseksi kohtuullisessa sisumäärässä ei mahdollista kovin yksityiskohtaista aiheiden käsittelyä.

Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry, Lausunto laadittu yhdessä Ruukun ravitsemusasiantuntijoiden (ETM/FM) kesken.	Havainnollinen ja perusteellinen kappale, kiitos loistavasta työstä! s. 106 rivi 25 Pieni ehdotus luettavuuden parantamiseksi: "siksi" - sana pois s. 111 rivi 23-25 Keskeinen periaate ruokailutilanteiden vastuunjaosta ehkä hukkuu hieman tekstiin. Voisiko tämän " Aikuisen tehtävänä on huolehtia tarjolle monipuolista ja ravitsevaa ruokaa. Lapsi päättää, kuinka paljon syö. " lisätä vaikka nostoksi? s.111 r. 27 Lisäysehdotus "Aikuiset asettavat lapselle rajoja kehitystaso huomioiden, esimerkiksi päättämällä, kuinka usein sokeripitoisia tuotteita on kotona tarjolla" LISÄYS: ja auttamalla lasta arvioimaan sopivan annoskoon. s. 111 rivi 35 Luettavuus: "ja" puuttuu	Tekstiä muokattu ehdotuksen perusteella. Nosto tulee leiki-ikäisten kappaleessa, joten ei tuoda sitä tähän tekstiin.
--	--	---

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL, Ravitsemustiimi ja Terveysinterven tiot-tiimi	Sivu 106-108. Harkittavaksi, että osiossa annettaisi konkreettisia digitaalisia ja ajankohtaisia työkaluja ammattilaisille, joiden avulla voi arvioida perheen tai vanhempien ruokailutottumuksia. Esimerkiksi vanhempien ja aikuisten ruokailutottumuksia suhteessa ravitsemussuosituksiin voi arvioida Ravitsemusnavigaattori-palvelulla. Ehdotamme, että esimerkiksi sivulle 108, rivi 5 (tai kappaleen loppuun), lisätään maininta konkreettisista testeistä, joilla arviointia voi tehdä. Siinä kohtaa voisi mainita Ravitsemusnavigaattorin (www.ravitsemusnavigaattori.fi) ja mahdollisesti muita suosituksiin perustuvia testejä. Sivulla 106, rivillä 25 on lause “Lapsuus ja nuoruus on siksi aikaa, jolloin opitaan ruuasta ja syömisestä.” Siksi-sana on turha. Lauseen voisi ilmaista sujuvammin näin: “Lapsuus ja nuoruus on aikaa, jolloin opitaan ruoasta ja syömisestä.” Sivulla 111, rivillä 25 “kuinka paljon	Korjattu kirjoitusvirheet. Ravitsemusnavigaattori yms. linkkejä löytyy esim. Suositukset käytäntöön kappaleen lopusta
TtT, laillistettu ravitsemusterapeutti, Itä-Suomen yliopisto, Foodnutri-Data-hanke	Vanhempien ruokavalion arviointiin voi käyttää kaikille avoimia ja maksuttomia verkkopalveluja: Ravitsemusnavigaattoria www.ravitsemusnavigaattori.fi ja itsehoidon tueksi Ravitsemuspolkua www.ravitsemuspolku.fi. Sivustoja voi käyttää itsenäisesti tai terveyden-/hyvinvointialan ammattilaisen kanssa. Kappaleen loppuun voisi esim. lisätä nämä linkit.	Ravitsemusnavigaattori on lisätty linkkeihin kappaleen Suositukset käytäntöön kappaleen lopusta.

Suomen Sydänliitto ry	S107r36 Sana suppea voisi korvata esim. Lyhytkestoisempaa tai perustasoista. Suppea voi tuntua vähättelevältä esim. terveydenhoitajille, joiden vastuulla on pääasiassa raskausajan ja lapsiperheiden varhaisen ravitsemuksen ohjaus. Ja emme halua antaa viestiä, että suppea ohjaus riittää, kun nyt jo elintapaohjauksen resursseista tingitään koko ajan. S108 r17 Ehdotus lisättäväksi kappaleen loppuun (Palko-suosituksissakin mainittu elintapaohjauksen suosituksena): Neuvokas perhe -menetelmä ja sen työvälineet auttavat perhe- ja vahvuuslähtöiseen ohjaukseen. S109r22 Käsitteen tarkennus: monikulttuurinen perhe viittaa käsitteenä perheeseen, jossa on vähintään kahden eri kulttuurin perheenjäseniä. Olisiko parempi termi tässä kohtaa ..eri kieli- ja kulttuuritaustaisten perheiden ravitsemusohjauksessa...?	Termivalinnat mukailevat ravitsemushoitosisuositusta. Neuvokas perhe lisätty linkkeihin Suositusten vieminen käytäntöön kappaleen loppuun. Monikulttuurisuus käsitteitä tarkennettu kappaleessa.
FT, laillistettu ravitsemusterapeutti, ammatillinen opettaja, kokki, lyhytterapeutti	sivu 108 rivi 2, valitettavasti käytännön kokemus osoittaa ettei ravintolisien käytön ohjaus ole helppoa, enkä sitä ohjeistusta nyt kylläkään tähän laittaisi, ravintolisien käyttöön arviointihan tehdään ravitsemuksen kokonaisarvioon perustuen, mikä tässä kappaleessa todetaankin myöhemmin ravitsemusterapeuttien tehtäväksi	Kiitos kommentista
Satakunnan ammattikorkeakoulu, Työikäisten ravitsemuksen tutkimuskärki	s. 111 alkaako 13.4. -luku vähän toistamaan itseään?	

Suomen Terveystieteiden yliopisto STHL ry	S. 107: Olisi hyvä mainita, että ruutujen käyttöä ei suositella ruokailutilanteissa. Perusteluna esimerkiksi se, että ruudut häiritsevät lapsen kykyä tunnistaa nälän ja kylläisyyden tunteita sekä voivat heikentää ruokailutilanteen vuorovaikutusta.	Tietoa ruutujen käytöstä on lisätty kahteen kohtaan suosituksessa, kappaleeseen koko perheen terveyttä edistävä ruokakappaleessa on tietolaatikko ruutujen käytöstä ruokapöydässä ja ylipaino ja lihavuus kappaleessa on Lasten digitaalisten laitteiden vapaa-ajan käytön kansallinen suositus
Sastamalan Ruoka- ja Puhtauspalvelut Oy	S. 108 r. 19: tässä ehkä jää sivurooliin biologia/fysiologia ja laajempi ruokaympäristö? Muut mainitut tekijät toki modifioivat syömiskäyttäytymistä, mutta biologia ja ympäristö ovat kuitenkin ne tärkeimmät. S. 110 r. 32: totta, mutta syömisen pulmat eivät välttämättä johdu liiasta syömisen kontrolloimisesta. Motivoituminen hedoniseen syömiseen on täysin normaalia ja alttius tähän on yksilöllistä. Perimällä on iso vaikutus. On ihmisiä, joilla on täysin normaali suhde omaan kehoonsa ja ruokaan, ja silti he toistuvasti käyttävät korkean palkintoarvon ruokia enemmän kuin haluaisivat. "Kaikkea voi syödä kohtuudella" on jossain määrin kulttuurinen ideaali ja kyky kohtuulliseen herkutteluun syntyy kasvatuksen kautta. Tämä osio on ehkä osittain ristiriidassa lihavuuden KH-suosituksen sanoman kanssa? Ei anneta viestiä, että ihmisessä on vikaa, jos hän kokee hankaluutta syömisen tai painonhallinnan kanssa.	Kiitos kommentista. Ruokaympäristö kappaleessa on tarkemmin ruokaympäristöstä. Ei muutosta tekstiin.

Itä-Suomen yliopisto	Erityisesti kohta 13 tarvitsee lisäystä SAPERE-menetelmästä Kaisa Kähkösen väitöskirjatutkimuksesta. Sapere tarkoittaa rohkeutta maistaa. Sitä on jalkauttanut laillistettu ravitsemusterapeutti Arja Lyytikäinen Keski-Suomen terveydenhuolto- ja hyvinvointialueella.	Ei muutosta tekstiin
Itä-Suomen yliopisto	Perheen yhteisiin aterioihin sen merkitys ja toteutus	
Itä-Suomen yliopisto	Tietoinen syöminen koulussa ja MAISTUVA KOULU verkosta ehdottomasti mainittava terveyttä ja hyvinvointia edistävinä uusina ruokakasvatusmenetelminä.	Lisätty linkkeihin

