



TERVEYTTÄ EDISTÄVÄ RAVITSEMUS – investointi terveyteen, toimintakykyyn, tasa-arvoon ja kestävään talouteen

Terveyttä edistävän ravitsemuksen vahvistaminen on yksi vaikuttavimmista keinoista parantaa koko väestön toimintakykyä, ehkäistä kansansairauksia ja hillitä sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuksia. Alla esitetyillä ehdotuksilla voidaan vahvistaa väestön työ- ja toimintakykyä, parantaa lasten ja ikääntyneiden hyvinvointia, kaventaa terveyseroja sekä edistää vaikuttavaa, tietoon perustuvaa päätöksentekoa.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta on valmis tukemaan kirjausten tarkentamista ja toimeenpanoa.

1. Ravitsemusterveys parantaa työ- ja toimintakykyä

Hallitus edistää väestön ravitsemusterveyttä osana työ- ja toimintakyvyn vahvistamista, työurien pidentämistä ja sote-menojen kasvun hillintää. Arjen ruokailua tuetaan rakenteellisilla ja taloudellisilla ohjauskeinoilla, jotka tekevät terveyttä edistävästä valinnoista helpoimpia ja houkuttelevampia.

- Uudistetaan lounasetu: perustetaan työryhmä valmistelemaan toimenpide-ehdotus lounasedun käytön määrittelystä siten, että se tukee kestäväää terveyttä edistäväää ruokailua työaikana.
- Selvitetään ja mallinnetaan laaja-alainen terveysperusteinen verotus, sisältäen kasvisten, -marjojen ja hedelmien arvonlisäveron pienentämisen/poistamisen sekä runsaasti sokeria, suolaa ja tyydyttynyttä rasvaa sisältävien tuotteiden verotuksen kiristämisen.

2. Lasten ja nuorten ravitseminen sekä kouluruokailu tasa-arvon ja oppimisen perustana

Hallitus tukee raskaana olevien sekä lasten ja nuorten hyvinvointia ja kaventaa terveyseroja. Varhaiskasvatuksen, perusopetuksen ja toisen asteen kouluruokailun ravitsemuslaatua kehitetään ravitsemussuosittelun pohjalta.

- Vahvistetaan elintapaohjausta neuvoloissa kouluttamalla sote-ammattilaisia ja ottamalla vaikuttavat toimintamallit käyttöön. Toiminnan vaikuttavuutta arvioidaan osana palvelujen toteuttamista ja toimijoiden välistä yhteistyötä, jotta perheitä tuetaan johdonmukaisesti terveyttä edistävässä ruokailussa raskaudesta kouluikään.
- Kehitetään kouluruokailua huomioimalla ravitsemuslaadun kriteerit nykyistä vahvemmin varhaiskasvatuksen, perusopetuksen ja toisen asteen koulutuksen ruokailua koskevassa ohjauksessa ja lainsäädännössä. Kouluruokailulle varataan riittävä aika ja oikea ajoitus koulupäivässä. Opettajille turvataan mahdollisuus vapaaehtoiseen valvonta-ateriaetuuksiin osana pedagogista ruokailua.

3. Ikääntyneiden itsenäisen elämän tukeminen ja hoidon tarpeen vähentäminen

Väestön ikääntyessä hoivan ja palvelujen tarve kasvaa. Toimintakyvyn ylläpito ja riittävä ravitseminen ovat keskeisiä keinoja ehkäistä hoidon tarvetta ja vajaaravitsemusta. Vajaaravitsemuksen kokonaiskustannusten arvioidaan olevan ikääntyneessä väestössä noin 700 miljoonaa euroa vuodessa.

- Tuetaan hyvinvointialueita ja kuntia kehittämään ja ottamaan käyttöön palvelumalleja, joilla parannetaan ikääntyneiden toimintakykyä ja ravitsemusta.
- Vahvistetaan sote-ammattilaisten osaamista varmistamalla yhtenäiset käytännöt vajaaravitsemuksen tunnistamiseen, ehkäisyyn ja oikea-aikaiseen hoitoon Ravitsemushoitosuosituksen mukaisesti. Tuetaan toimintamallien systemaattista käyttöönottoa.

4. Kansallinen ravitsemusseuranta ja tiedolla johdettu päätöksenteko

Hallitus turvaa kansallisen ravitsemusseurannan jatkuvuuden ja resurssit sekä vahvistaa ravitsemustiedon systemaattista hyödyntämistä päätöksenteossa. Luotettava ja ajantasainen ravitsemustieto on edellytys vaikuttavalle terveyden edistämiselle, sairauksien ehkäisylle ja poikkihallinnolliselle tiedolla johtamiselle. Kansallinen ravitsemusseuranta luo perustan kansallisten ravitsemussuosittelun ja ohjeistusten laatimiselle sekä vaikuttaville toimenpiteille, joilla turvataan riittävä ja terveyttä edistävä ravitseminen.

- Ravitsemustutkimuksen tulee kohdistua kattavasti eri ikäryhmiin ja samalla tulee seurata eri väestöryhmille kriittisten ravintoaineiden saantia (esim. jodi, rauta ja seleeni). Hyödynnetään olemassa olevaa tietoa aiempaa tehokkaammin.