SVEIKATAI PALANKUS

"LIETUVIŠKŲ EKOLOGIŠKŲ PRODUKTŲ VARTOJIMO SKATINIMAS VIEŠOJO MAITINIMO SEKTORIUJE" KONFERENCIJOS ĮVYKUSIOS 2017-12-13 LIETUVOS RESPUBLIKOS SEIME
PASIŪLYMAI

Sveikatai palankus maistas (SPM) užaugintas be sintetinių cheminių medžiagų ir iš jo pagaminti sveikatai palankūs tausojantys patiekalai, kuriuose ne tik kalorijos (angliavandeniai, baltymai, riebalai), bet gausu kitų vertingų maistinių medžiagų: vitaminų, mineralinių ir skaidulinių medžiagų, omega-3 riebalų r., mažai cukraus, druskos, nėra kancerogeninių ir sintetinių cheminių medžiagų. Egzistuoja visiems nepalankūs maisto produktai (Pavyzdžiui: bulvių traškučiai, sausainiai su transriebalais, saldūs gėrimai ir pan.). Tačiau svarbu visa visuma – reguliari, subalansuota, įvairi ir saikinga mityba.
Probleminiai taškai:

- nėra vieningos sveikatai palankios mitybos politikos Lietuvoje (simbolis „Rakto skylutė" apsprendžia cukraus, druskos, riebalų ir skaidulinių medžiagų kiekius maiste, bet yra laisvanoriška sistema ir nėra svarbu žaliavos gavyba. Ekologiškumas apsprendžia gavybos sąlygas ir kontroliuojama sistema, bet cukraus, druskos, riebalų ir skaidulinių medžiagų kiekiai maiste nėra ribojami);
- menkaverčiai užkandžiai ir patiekalai siūlomi vietoj šilto šviežiai ruošto ir sveikatai palankaus maisto (sveikatai nepalankūs užkandžiai darželiuose *iš tėvų rankų*, greito maisto restoranai mokyklų kiemuose, sveikatai nepalankių maisto produktų automatai mokyklose, sveikatai nepalankūs maisto produktai mokyklų bufetuose, prekybos centruose ir mokyklų pavienių patiekalų sąrašuose, darželiuose ir mokyklose meniu vertinamas faktiškai tik pagal kalorijas);

XXI a. vaikai serga ne nuo bado, o nuo menkaverčio maisto ir jo pertekliaus, kuris vaiko organizme sukelia uždegiminius procesus, kurie ilgainiui pereina į sveikatos sutrikimus (nutukimas, dantų gedimai, alerginės reakcijos ir t.t.), todėl būtina priimti šiuos žingsnius:

1. **Suformuoti aiškią ir vieningą valstybės sveikatai palankios mitybos politiką** (suvienodinama pramoniniai riebalai ir natūraliai esantys maiste; vienas maistas produktas vertinamas, bet ne visa mitybos sistema).
2. **Patvirtinti vaikų maitinimo aprašo pakeitimus** (nelieka automatuose, bufetuose menkaverčių užkandžių ir t.t.).
3. **Patvirtinti privalomą „Sveikatai palankų maitinimą" darželiuose, mokyklose, ligoninėse ir globos namuose.**
4. **Patvirtinti sveikatai palankaus maisto pasirinkimo piramidę ir lėkštę** (dabartinis neatitinka SPM apibrėžties; naudoti kaip priemonę kompleksiniams švietimui ir mitybos raštingumo didinimui).
5. **Patvirtinti konkretų žaliavų sąrašą**, kurie produktai mokyklose, darželiuose, ligoninėse ir globos namuose turi būti ekologiški, NKP, simboliu „Rakto skylutė" pažymėti ir vietiniai produktai.
6. **Patvirtinti žaliavų specifikacijas ir virtuvės koncepsiją** (maisto sauga, kokybė, įranga).
7. **Patvirtinti „Sveikatai palankus" sukurtą meniu** su integracija ekologiškų, NKP, simboliu „Rakto skylutė" pažymėtų ir vietinių produktų integracija. Meniu sudarymas darželiams, mokykloms, ligoninėms, globos namams. Vieningas ir rekomenduojamas meniu su galimybe individualizuoti ir rekomenduojamas mokyklose pavienių patiekalų sąrašas.
8. **Vykdyti virėjų, dietistų, sandėlininkų ir visų viešojo maitinimo sektoriaus atstovų sveikatai palankaus maitinimo kvalifikacijos kėlimo mokymus.**
9. **Patvirtinti „Sveikatai palankus" trečiašalę nepriklausomą kontrolės sistemą** (kvalifikuotų maisto technologų, mitybos specialistų, dietistų, dietologų, maisto saugos ir kokybės ekspertų komanda - patariamasis organas). Patvirtinti ženklinimo sistemą „Palanku vaikams" pagal vaikų maitinimo politiką ugdymo įstaigose ir leisti VšĮ „Sveikatai palankus" prekybos centruose, kavinėse suženklinti tuos kriterijus atitinkančius maisto produktus.
10. **Patvirtinti iniciatyvą „Sveikatai palankus" ugdymo ir gydymo įstaigų tinklas ir viešinti tas įstaigas valstybiniu mastu.**
11. Atlikus skaičiavimus pagal „Sveikatai palankus" sukurtą ir su LR Sveikatos apsaugos ministerija suderintą valgiaraštį darželinukams ir mokyklinukams, įvedus ekologiškas, NKP, simboliu „Rakto skylutė" ir vietines žaliavas valstybė **turi investuoti į vaikų sveikatos išsaugojimą 45 proc. daugiau nei naudojant įprastines žaliavas vaikų maitinime.** Taip pat turi būti užduotas impulsas reikalingų žaliavų auginimui ir gavybai.

Parengė: VšĮ „Sveikatai palankus" direktorė, sveikatai palankios mitybos ir gyvenimo būdo propaguotoja, maisto technologė ir mitybos specialistė, sveikatai palankaus vaikų maitinimo iniciatorė Raminta Bogušienė, 864517472, raminta.bogusiene@sveikataipalankus.lt