

Eesti riiklike toitumissoovituste uuendamine

Paneelgrupi 12. koosolek

25.04.2016 Tallinn, hotell Olümpia kell 11.00-16.00

Protokoll

Osalejad: Anneli Sammel, Tagli Pitsi, Eha Nurk, (TAI); Piret Vacht, Saima Kuu (TLÜ), Katrin Lõhmus, Maia Radin, Siret Dreyersdorff (MEM); Mai Maser (ETÜ); Sirje Potissepp (Toiduliit); Inga Villa (TÜ); Laine Parts (TTK); Mihkel Zilmer (TÜK); Reet Raukas (Lastearstide Selts)

Toitumis- ja liikumissoovituste soovitude eelnõule saadetud ettepanekute arutelu

Anti ülevaade laekunud ettepanekutest, need on töörühma liikmete jaoks süstematiseeritud ja koondatud ning sarnaseid teemasid saab käsitleda koos. On esitatud positiivseid sõnumeid mitmetelt käsitletud temaatikates pädevatelt arstidelt ja erialateadlastelt ning ettepanekuid, kus soovitatakse mõnda kohta selgemalt väljendada. On esitatud ultimatiivseid nõudmisi sisse viia sõnumi saatnud autorile ainsa ja absoluutse tõena näiv küsitlus, uuring või sõnumi saatjaga seotud internetilehekülje suhtes kasulikku informatsiooni.

Tulenevalt ettepanekutest on vajalik tagasisidena täiendavalt teavitada põhimõtteid, mida peaksid toitumis- ja liikumissoovituste lugejad/kasutajad silmas pidama.

- Soovitused rajanevad väljaandmise ajahetkeks kõrge teadusliku olulisusfaktoriga teadusajakirjades ilmunud süstemaatiliste ja samas ka pädevalt kriitiliste käsitlusega ülevaadetega, mitte üksikuuringutele.
- Eesti toitumis- ja liikumissoovitused ei ole ühegi teise riigi soovitude koopia, ei oma sisult ega ka struktuurilt. Iga riigi toitumis-, liikumis- ja toidusoovitused on selle konkreetse riigi originaalväljaanne. Tulenevalt regionaalsest paiknevusest, traditsioonidest, reaalsest toitude olemasolust, kodumaisest suur- ja väiketootmisest, varustamisest, kättesaadavusest, tarbimismustrist ning liikumisharrastustest, on Eesti soovitude koostamisel teatud kohtades sarnasusi/kattuvusi Põhja- ja Lääne-Euroopa omadega.
- Toitumis- ja liikumissoovituste koostamisel on analüüsitud ka EFSA (Euroopa Toiduohutusamet), D-A-S-H (Saksa, Austria ja Šveitsi soovitud), FAO (ÜRO Toidu- ja Põllumajandusorganisatsioon) materjale ning Euroopa Liidu soovitusdokumente, mis põhinevad süsteemsetel ülevaadetel (sh olulisel määral ka topelt-pime sekkumisuuringutel), mitte küsitluspõhistel üksikuuringutel.
- Eesti toitumis- ja liikumissoovitusi tuleb vaadelda ja kasutada kui tervikut. Üksikute lausete väljarebimine laiemast kontekstist, nende eraldi eksponeerimine mis tahes eesmärgil, ei ole lubatud.
- Inimorganismile kui bioloogilisele süsteemile ei saa rakendada 100-protsendilisust. Seetõttu on rahvusvaheliselt deklareeritud, et toitumissoovitused mistahes riigis peavad rahuldama 97-98 protsendi inimeste füsioloogilised vajadused eeldusel, et inimesed on tervislike eluviisidega

(söövad mitmekesiselt, ei suitseta, tarvitavad alkoholi mõõdukalt või ei tarvita üldse ning on füüsiliselt aktiivsed, magavad ja puhkavad piisavalt) ja terved (st ei ole kliiniliselt diagnoositud pikaajalist haigust). Toitumissoovituste eesmärk on anda inimestele eeldused võimalikult heale tervisliku seisundi hoidmisele ja katta sellega absoluutne osa rahvastikurühmadest. Soovitused on eelkõige kliiniliselt tervetele inimestele, kelle kehalise aktiivsuse tase on erinev (v.a võistlussportlased). Soovitused ei ole kohustuslikud ultimateivsed käsulauad.

- Eesti toitumis- ja liikumissoovituste teaduspõhised, kokkuvõtavad põhimõtted on abiks järgmise viie aasta jooksul. Samal ajal jätkub töö süstemaatiliste infootsingutega ja soovitusedokumentidega, et järgmised Eesti toitumis- ja liikumissoovitused oleksid oma põhisõnumites jätkuvalt süsteemsetele soovitusedokumentidele põhinevad, aga peaksid alati silmas ka ajapiirides muutuvat regionaalset paiknevust, traditsioonide, reaalse toitumise olemasolu, kodumaise suur- ja väike- tootmise, varustamise, kättesaadavuse ja tarbimismustri ning liikumisharrastuste spektrit.

Otsus: Vajalik on täiendada koostamise metoodikat, et eeltoodud koostamispõhimõtted ja allikad oleks piisavalt selgitatud. Ettepanekute asjakohasusel saab nendest tulenevalt soovituste dokumenti täiendada.

Edasised tegevused: Järgmisel koosolekul jätkatakse avalikult arutelult laekunud kommentaaride arutelu.

Protokollis: Anneli Sammel