

Valtion ravitsemusneuvottelukunta

Ravitsemusterveyttä edistetään vaikuttavasti yhteistyössä—digiaamukahvit 31.8.2023

Ministeri Sari Essayah, avauspuhe

Hyvät kuulijat,

Hyvää huomenta ja lämpimästi tervetuloa virtuaaliselle aamukahville kuulemaan, miten hyvinvointialueilla edistetään terveyttä ja hyvinvointia ravitsemuksen kautta. Oma aamuni alkoi tänäänkin terveellisellä kaurapuurolla ja ihan konkreettisella kupillisella kahvia.

Haluan ruokaministerinä painottaa terveellisen ravitsemuksen merkitystä yhteiskunnan hyvinvoinnille. Kansansairauksia voidaan vähentää merkittävästi, kun riskitekijöihin, kuten epäterveeseen ruokavalioon, liikkumattomuuteen ja ylipainoon, sekä tupakointiin ja alkoholin käyttöön vaikutetaan. Ravitsemus on avainasemassa terveyden edistämässä ja sairauksien ehkäisyssä. Terveellisen ruuan suosiminen auttaa hillitsemään ilmastonmuutosta ja auttaa kulutuksen palautumisessa sellaiselle tasolle, että maapallomme kantokyky ei ylitä. Terveellinen ruoka tekee hyvää ja (yleensä myös) on hyvää.

Ruoankulutusta ohjaavat vahvasti maku ja hinta, luonnollisesti myös saatavuus. Ruokaympäristömme tulisi olla terveyttä ja hyvää ravitsemusta tukeva, jotta jokaiselle olisi helpointa ja ilmeisintä valita terveellinen vaihtoehto, myös heille, joiden ravitsemusosaaminen tai kiinnostus ei riitä pakkausmerkintöjen tutkimiseen. Kaikilla toimijoilla on näissä ponnistuksissa oma roolinsa. Poliittisella päätöksenteolla tuetaan ja edistetään kokonaiskestävää ruokaympäristöä.

Kesäkuussa (2023) julkaistiin uudet pohjoismaiset ravitsemussuositukset ja niissä huomioidaan terveellisen ravitsemuksen lisäksi ruokavalion ympäristövaikutukset aiempaa vahvemmin. Nämä suositukset tulevat ohjaamaan ja edistämään myös suomalaista ruoka- ja ravitsemuskeskustelua, kun kansallisten suositusten päivitystyö käynnistyy. Suositukset ovat tiedepohja, luotettava viitekehys yhteiskunnalliselle toiminnalle terveellisen ja kestävä ravitsemuksen edistämiseksi.

Väestön ikääntyessä monet sairaudet yleistyvät. Kun maamme huoltosuhde heikkenee, meidän on vielä aiempaa tärkeämpää edistää terveyttä ja pyrkiä säilyttämään aktiivinen toimintakyky mahdollisimman pitkään. Hyvinvointialueet ovat erilaisissa tilanteissa huoltosuhteen ja käyttötalouden osalta. Tilanteen korjaamisen ”yleislääkkeet” eivät sovellu kaikille alueille samanlaisina, mutta se mikä kaikille hyvinvointialueille soveltuu, on terveellisen ravitsemuksen edistäminen.

Terveyttä edistävä, kokonaiskestävä ruokaympäristö muodostuu yhteistyössä alueen kaikkien toimijoiden välillä. Perustaksi tarvitaan yhteinen tahtotila: panostamme terveellisen ravitsemuksen edistämiseen.

Tänään Valtion ravitsemusneuvottelukunta esittelee meille politiikkasuosituksen ravitsemusterveyden edistämiseksi hyvinvointialueilla. Ohjenuorana on kustannusvaikuttava yhteistyö: tehdään näkyväksi ja sitoudutaan edistämään kaikkien asukkaiden terveellistä ravitsemusta.

E erityisen tervetullutta on, että politiikkasuositus ei esitä uusia menoeriä vaan hyödyntää olemassa olevia välineitä: käytetään ravitsemussuosituksia ja alueen ravitsemuksen ammattilaisia, sovitaan työnjako ja kirjataan se näkyväksi hyvinvointisuunnitelmaan ja tietysti myös seurataan vaikuttavuutta. Työn näkyväksi tekeminen varmasti myös kannustaa jatkamaan ja panostamaan lisää. Julkaisu antaa myös suosituksia, kuinka viestiä ja kehittää ravitsemusosaamista eteenpäin. Hallitusohjelmassamme on varsin yhtenevällä

tavalla kirjaus terveys- ja hyvinvointiohjelmasta, joka toteutetaan poikkihallinnollisesti. Ohjelmassa tulee olla juuri näitä samoja elementtejä: käytetään vaikuttaviksi arvioituja käytäntöjä sekä kehitetään uusia ratkaisuja perustuen kokonaistaloudelliseen hyötyyn ja kustannusvaikuttavuuteen.

Lopuksi haluan korostaa, että terveellinen ravitsemus ei ole vain yksilön vastuulla, vaan se on yhteiskunnallinen kysymys. Onnistumme, kun ruokajärjestelmän kaikki toimijat edistävät terveellistä ruokaympäristöä ja luovat edellytykset sille, että jokainen suomalainen voi nauttia hyvästä ruuasta ja siten huolehtia omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan.

Toivotan teille antoisaa aamua, joka ravitsee mieltä yhteistyön edistämiseksi.

Kiitos.