

Výživová politika

Ing. Mgr. Veronika Pourová

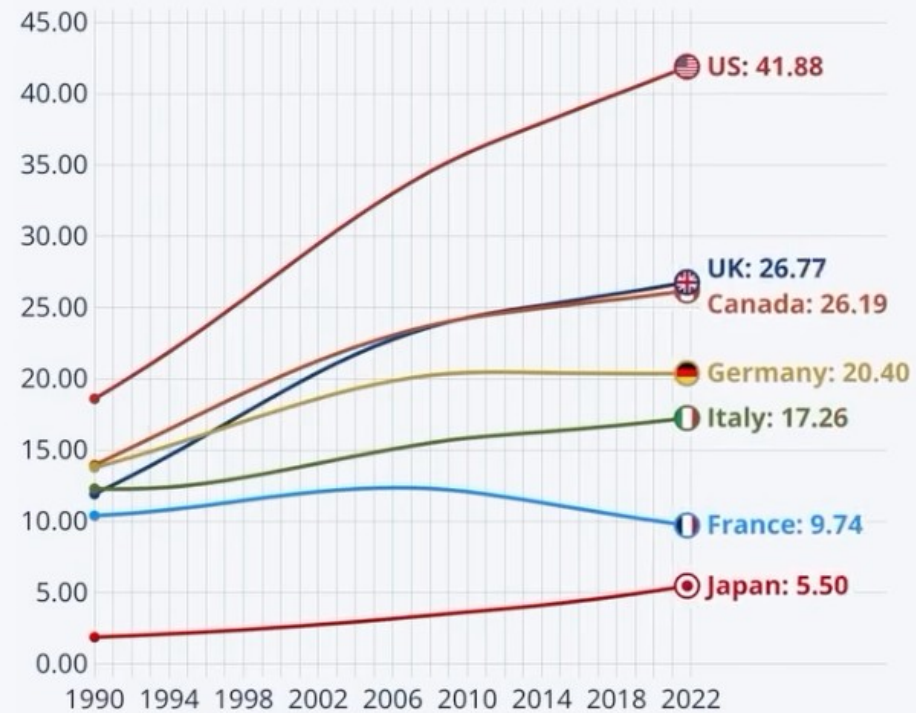
Nutriční terapeutka a technologka potravin

Výživová politika

- Základní úkol státu – zajištění výživy obyvatelstva
- Cíl: zlepšení zdraví obyvatelstva
- Zaměřena na obyvatele daného státu
 - Specifikace skupin: důchodci, děti
 - Nadváha a obezita vs. malnutrice

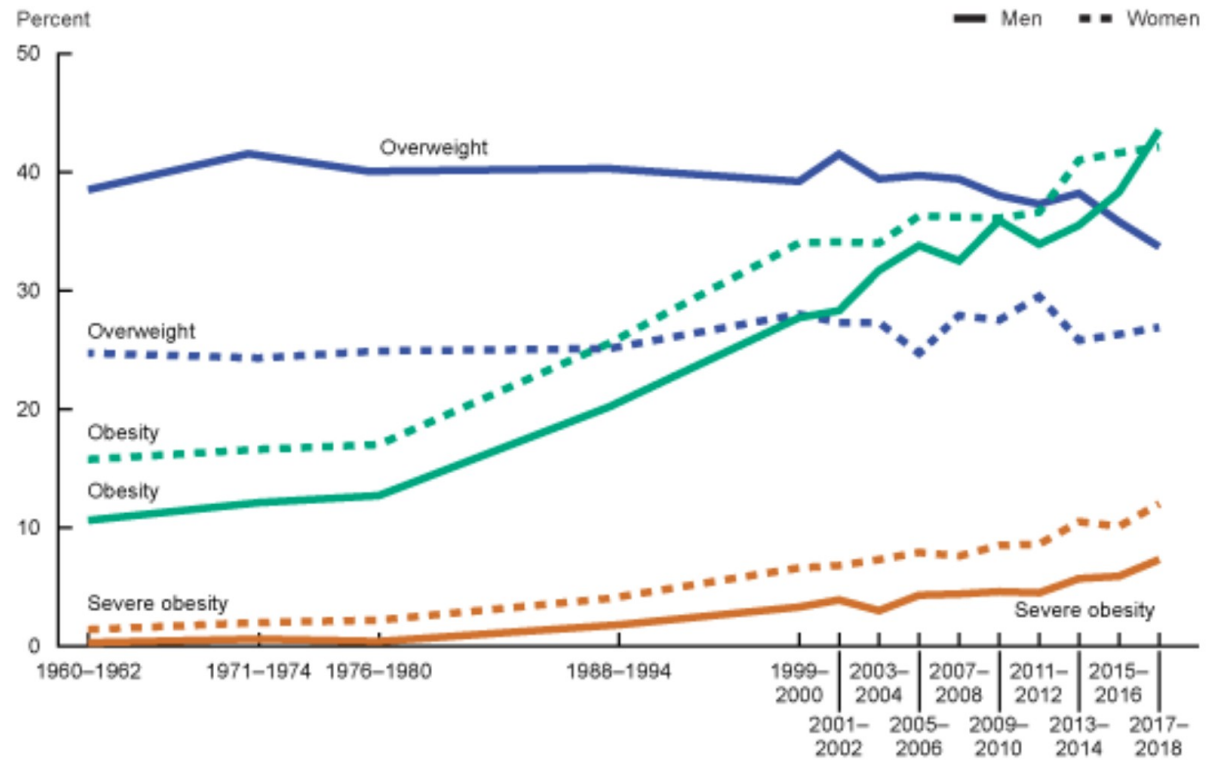
The Uneven Rise of Obesity

Age-adjusted prevalence of obesity among adults in G7 countries (in %)



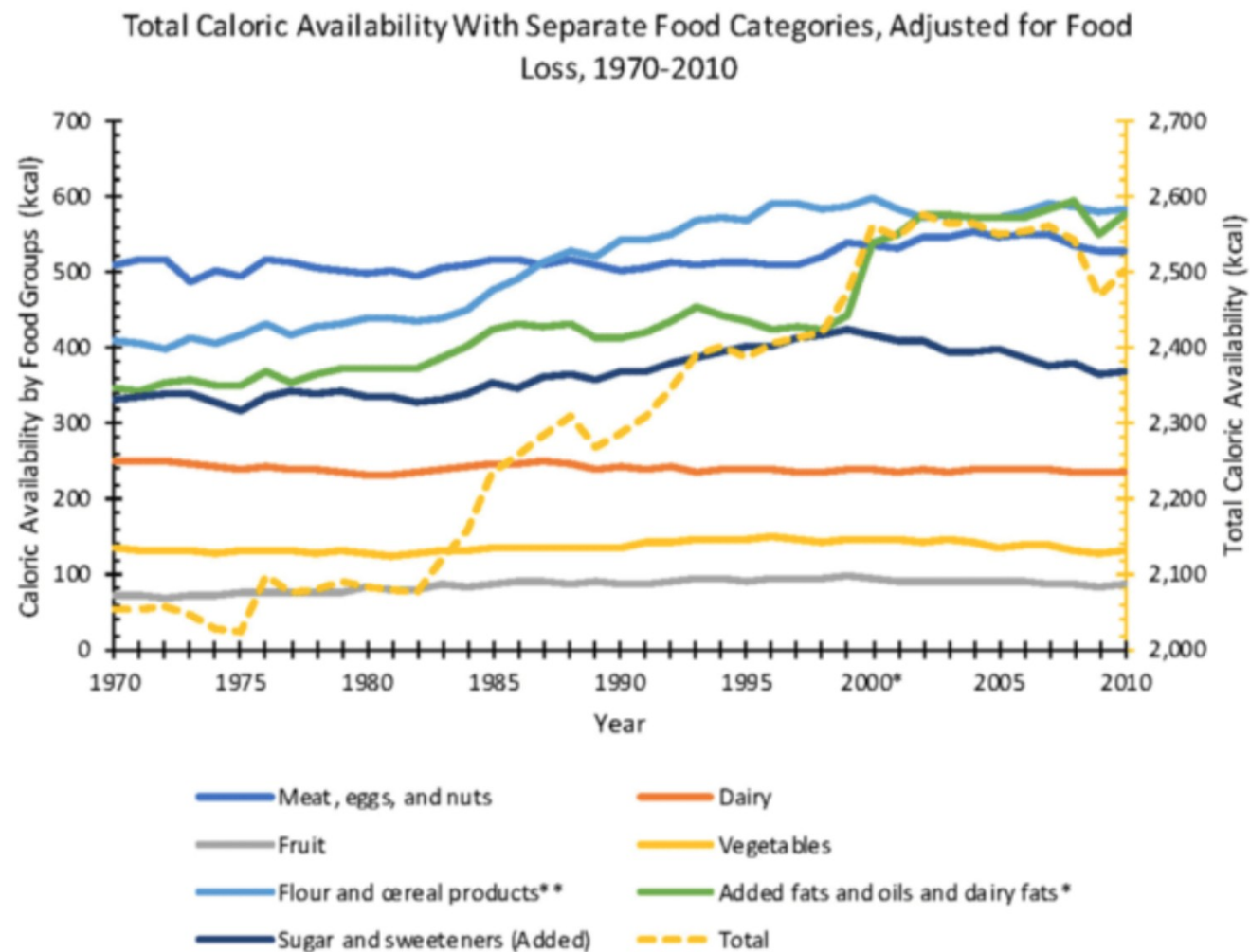
Source: World Health Organization

Trend v USA



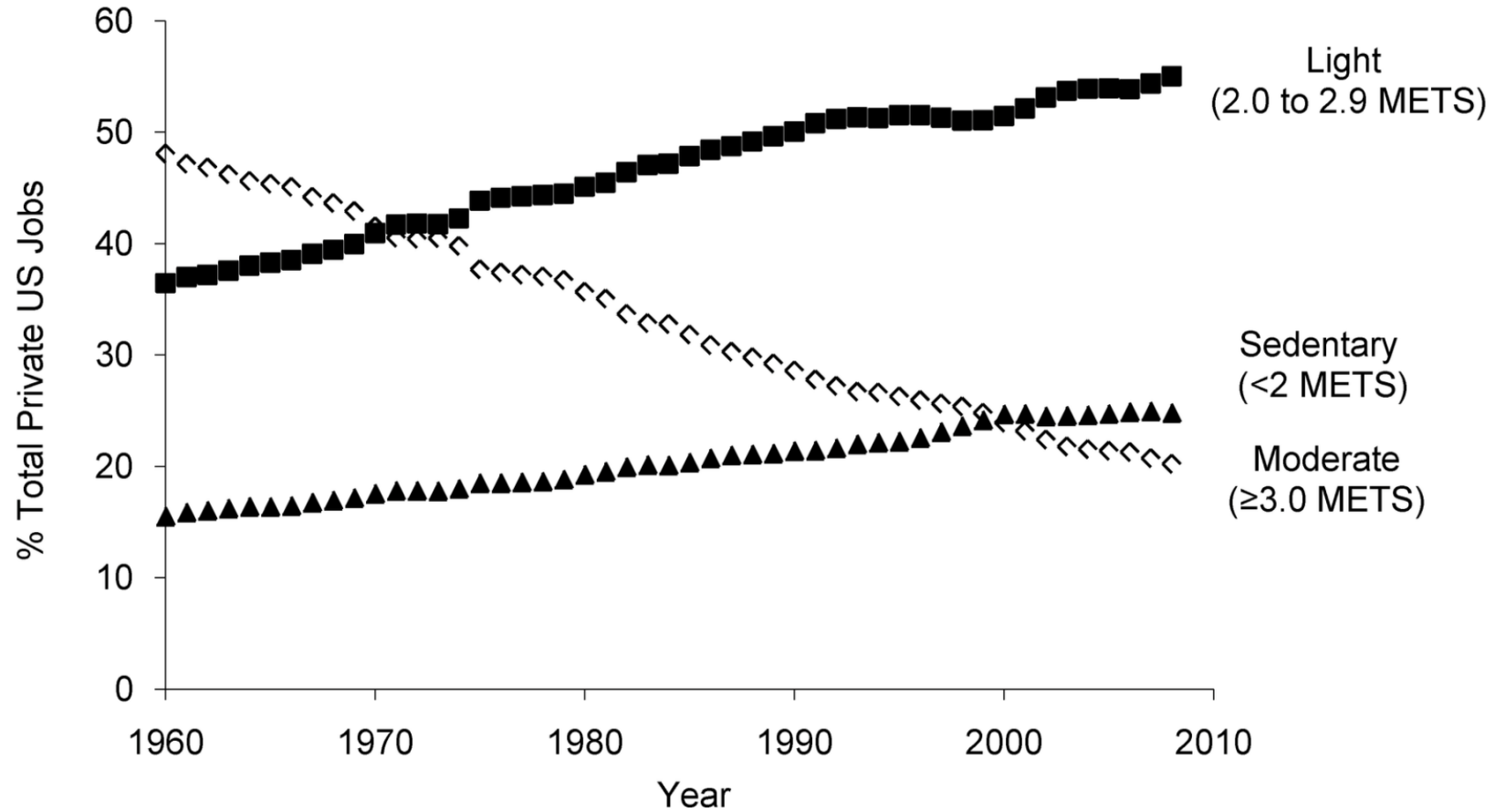
National Center for Health Statistics

Trend v USA



USDA ERS

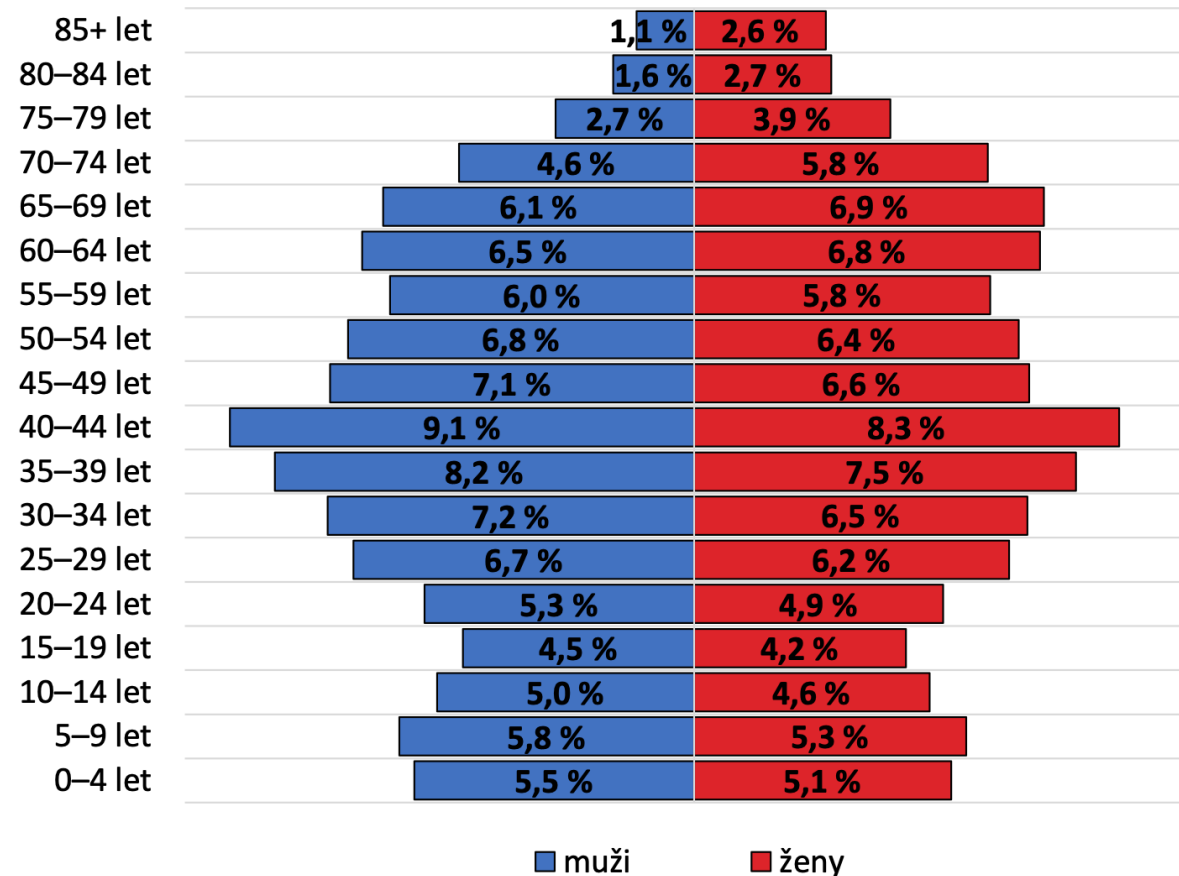
Trend v USA



Obyvatelstvo podle pohlaví a věku

Zdroj: Český statistický úřad

Věkové rozložení obyvatelstva v ČR v roce 2017



Definice výživové politiky

- **Ganzin 1974**

"VPP může být definována jako komplex výchovných, ekonomických, technických a legislativních opatření, určených ke zlepšení projektu výživových potřeb, předpovědí spotřeby potravin a nutričních požadavků,"

- **Moderní definice**

„Zlepšení výživy obyvatelstva ve smyslu aktualizovaných vědeckých poznatků o výživě. Je především uceleným souborem informací, který si neklade za cíl závaznost jediné správné cesty a neútočí na individuální možnosti rozhodování. Její charakter je alternativní, nápomocný a nabídkový (s výjimkou bezprostředního ohrožení života)“

Složky výživové politiky

- Sledování úrovně výživy
- Sledování stavu výživy na zdraví populace
- Sledování nutričních cílů
- Orientace ve spotřebě potravin ve smyslu stanovených nutričních cílů a dostupnosti zdrojů
- Vytvoření organizační struktury pro podporu výživové politiky vládními i nevládními institucemi

Spotřeba vybraných potravin a nápojů na obyvatele za rok v ČR

	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Chléb (kg)	41,3	39,3	40,0	39,8	39,7	39,2	39,3	39,0	38,2	39,8	39,1
Pšeničné pečivo (kg)	56,9	51,2	52,7	47,9	50,1	50,4	51,3	51,7	51,3	52,4	53,9
Vepřové maso (kg)	41,3	40,3	40,7	42,9	42,8	42,3	43,2	43,0	43,4	44,6	43,9
Hovězí maso (kg)	8,1	7,5	7,9	8,1	8,5	8,4	8,7	9,1	8,8	9,4	8,8
Drůbeží maso (kg)	25,2	24,3	24,9	26,0	26,8	27,3	28,4	29,0	29,8	29,9	28,1
Mléko (litry)	57,3	60,5	58,4	58,7	58,6	59,5	58,0	57,1	57,6	56,7	57,8
Sýry (kg)	13,4	12,7	12,8	13,1	13,3	13,2	13,4	13,8	14,3	14,4	13,8
Vejsce (ks)	245	243	255	255	249	254	263	261	249	263	234
Tuky a oleje (kg)	26,4	26,6	26,9	27,0	27,2	27,1	27,3	27,5	27,4	26,7	26,1
Ovoce v hodnotě čerstvého (kg)	74,6	76,8	78,1	82,4	84,0	82,0	86,1	86,5	87,8	90,6	87,4
Zelenina v hodnotě čerstvé (kg)	77,8	82,9	86,4	84,8	87,3	88,2	87,1	87,0	93,2	96,8	87,4
Brambory (kg)	68,6	68,0	70,1	66,3	69,1	68,5	67,7	69,5	65,1	70,1	69,2
Cukr (kg)	34,5	33,4	31,7	33,6	34,1	34,9	34,8	35,0	35,7	36,3	36,9
Minerální vody a nealkoholické nápoje (litry)	278,0	264,0	249,0	249,9	247,8	241,9	251,5	246,8	238,2	236,6	230,5
Pivo (litry)	148,6	147,0	147,0	146,6	146,9	144,3	145,2	146,0	139,9	135,4	142,9

Organizace podílející se na VP

- Evropská Unie
 - Evropská komise (předkladatel legislativy)
 - EFSA (vědecká a technická stránka)
- OSN
 - FAO (odborné poradenství)
 - WHO (konzultační činnost, ne legislativa)
- Národní organizace
 - V rámci států

Zákon o ochraně veřejného zdraví

- Podpora veřejného zdraví je souhrn činností pomáhajících fyzickým osobám zachovat a zlepšovat své zdraví a zvyšovat kontrolu nad faktory ovlivňujícími zdraví

Pilíře VP dle WHO

- **Bezpečnost potravin** – prevence kontaminace (chemické, biologické)
- **Výživová strategie** k zajištění optimálního zdraví, a to zejména v kritickém období života
- **Zabezpečení potravin** – dostatek potravin odpovídající kvality podporující trvale udržitelný život



WHO (OSN)

**We champion health and a better future for
all**

Dedicated to the well-being of all people and
guided by science, the World Health
Organization leads and champions global
efforts to give everyone, everywhere an equal
chance to live a healthy life.



**World Health
Organization**



**United
Nations**

Akční plány WHO

- Metodická podpora pro jednotlivé státy
- Definice problémů veřejného zdraví souvisejících s výživou a potravinami
- Strukturování problémových oblastí
- Deklarace priorit
- Stanovení reálných a dosažitelných cílů
- Návrh strategie

Basic guidelines



30 December 2014

**Global nutrition targets
2025: wasting policy
brief**

[Download](#)

[Read More](#)



30 December 2014

**Global nutrition targets
2025: breastfeeding
policy brief**

[Download](#)

[Read More](#)



30 December 2014

**Global nutrition targets
2025: childhood
overweight policy brief**

[Download](#)

[Read More](#)



30 December 2014

**Global nutrition targets
2025: low birth weight
policy brief**

[Download](#)

[Read More](#)



30 December 2014

**Global nutrition targets
2025: stunting policy
brief**

[Download](#)

[Read More](#)



30 December 2014

**Global nutrition targets
2025: anaemia policy
brief**

[Download](#)

[Read More](#)



20 December 2014

**Global nutrition targets
2025: policy brief series**

[Download](#)

[Read More](#)

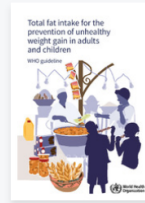


17 July 2023

Saturated fatty acid and trans-fatty acid intake for adults and children: WHO guideline

[Download](#)

[Read More](#)



17 July 2023

Total fat intake for the prevention of unhealthy weight gain in adults and children: WHO guideline

[Download](#)

[Read More](#)



17 July 2023

Carbohydrate intake for adults and children: WHO guideline

[Download](#)

[Read More](#)



3 July 2023

Policies to protect children from the harmful impact of food marketing: WHO guideline

[Download](#)

[Read More](#)

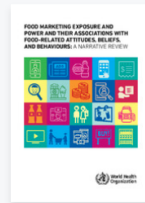


15 May 2023

Use of non-sugar sweeteners: WHO guideline

[Download](#)

[Read More](#)

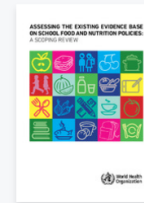


7 February 2022

Food marketing exposure and power and their associations with food-related attitudes, beliefs and behaviours: WHO guideline

[Download](#)

[Read More](#)

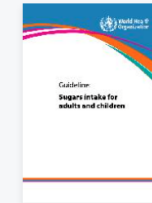


4 May 2021

Assessing the existing evidence base on school food and nutrition policies: a scoping review

[Download](#)

[Read More](#)



4 March 2015

Guideline: sugars intake for adults and children

[Download](#)

[Read More](#)

WHO

<https://www.who.int/groups/expert-group-for-updating-guidance-on-indicators-for-the-assessment-of-iodine-status>

Expert Group for Updating Guidance on Indicators for the Assessment of Iodine Status

Indicators for assessing iodine status in populations are important for determining the magnitude and distribution of iodine deficiency as a public health problem and for monitoring and evaluating the impact of implemented public health programmes to address iodine deficiency disorders. WHO is currently updating thresholds for defining iodine status in populations.

What are healthy diets?

Joint statement by the
Food and Agriculture Organization
of the United Nations and the
World Health Organization



**World Health
Organization**



**Food and Agriculture Organization
of the United Nations**

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/379324/9789240101876-eng.pdf?sequence=5>

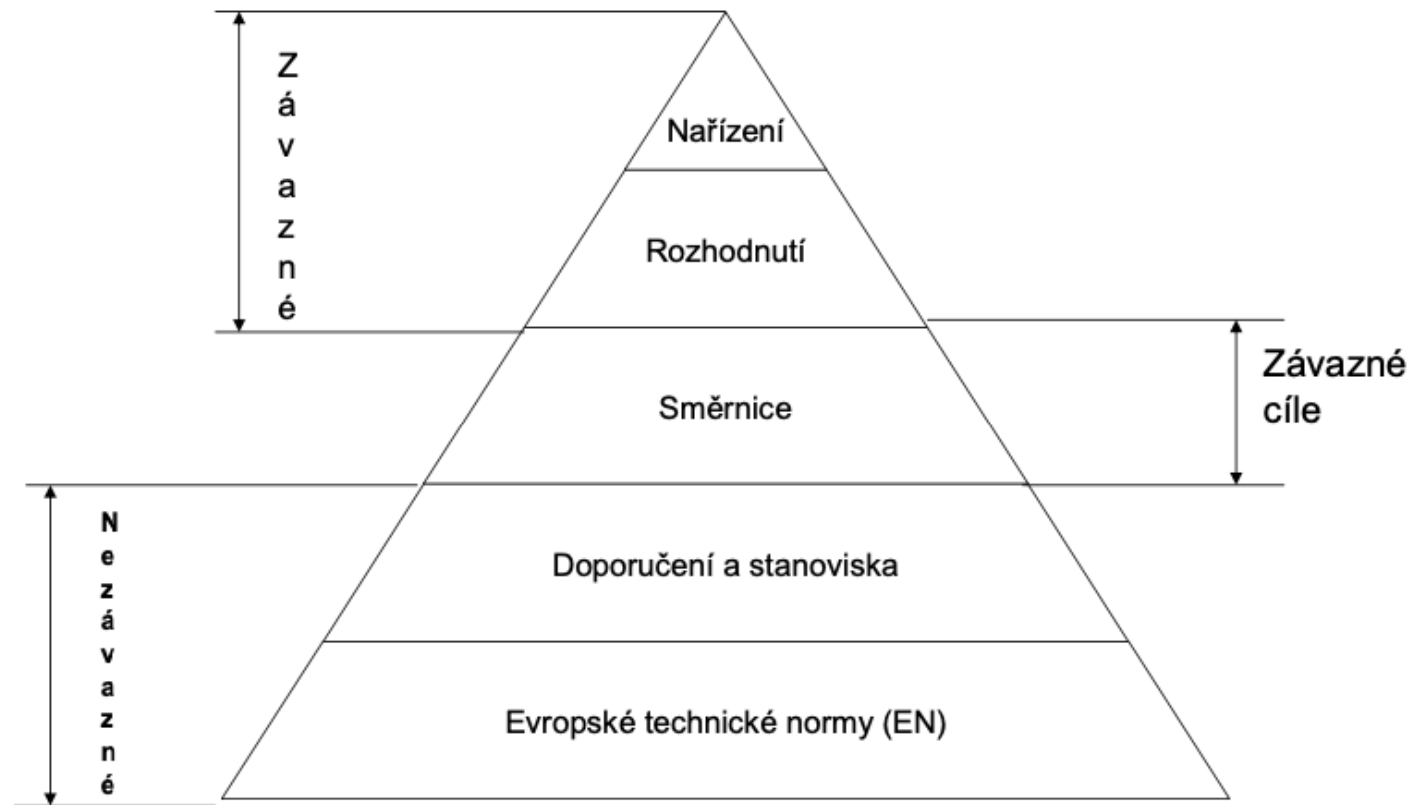
- Dostatečná
- Vyvážená
- Přiměřená
- Pestrá

FAO

„The Food and Agriculture Organization (FAO) is a specialized agency of the United Nations that leads international efforts to defeat hunger.

Our goal is to achieve food security for all and make sure that people have regular access to enough high-quality food to lead active, healthy lives. With 195 members - 194 countries and the European Union, FAO works in over 130 countries worldwide.“

Evropská Unie – výroba potravin



Nástroje VP

1. Fyziologicky odůvodněné optimální potřeby výživy (skupiny i globálně)
 - Výživové doporučení dávky pro jednotlivé skupiny obyvatel
 - Doporučené dávky potravin
 - Výživové trendy (Food Based Dietary Guidelines) a další doporučení

Nástroje VP

2. Výsledky sledování a vyhodnocování spotřeby potravin

- Na úrovni celkových bilancí a nutričního vyhodnocení
- Statistika spotřeby potravin za základě rodinných účtů, hodnocení spotřeby u skupin

Nástroje VP

3. Terénní a klinické výzkumy výživového stavu

- U různých skupin obyvatelstva v porovnání s jejich spotřebou potravin
- Cílené výzkumy na nejvíce ohrožené skupiny obyvatelstva

Nástroje VP

4. Údaje o chemickém složení potravin a surovin na jejich výrobu
 - Nástroje pro vyhodnocování spotřeby potravin
 - Potravinové databáze složení včetně softwarových programů pro výpočet celkové nutriční hodnoty pokrmů a stravy

Výživové doporučení - hierarchie

Dietary allowances -> dietary goals -> food based dietary guidelines



Nutriční standardy

- Výživové doporučené dávky
- Referenční dávky
- Referenční hodnoty příjmu živin
- Dietary Reference Values
- **≠/= doporučené denní dávky**

Výživové doporučené dávky (VDD) v ČR



„scientific opinions“

Obecná výživová doporučení v ČR

- 10 kroků k pevnému zdraví (MZČR 2005)
- Zdravá třináctka (Fórum zdravé výživy, Společnost pro výživu 2005)
- Výživová doporučení pro obyvatelstvo ČR (Společnost pro výživu, 2012)

Doporučení založená na skupinách potravin

- Srozumitelnost
- Zapamatovatelnost
- Schopnost vzbudit zájem
- Schopnost vzbudit ochotu k účasti
- Schopnost vyvolat skutečné změny chování

Fórum zdravé výživy

„Fórum zdravé výživy bylo založeno v červnu 1994. Od samého počátku je cílem jeho činnosti vzdělávání a osvěta nejširší veřejnosti v oblasti zdravého životního stylu, poskytování poradenských služeb a usnadnění orientace v nabídce potravin a nápojů.

Členy spolku Fórum zdravé výživy, z.s. jsou významní odborníci z oblasti výživy, technologie potravin, nutričního poradenství, interní medicíny, gastroenterologie a pediatrie se zaměřením na obezitu.“

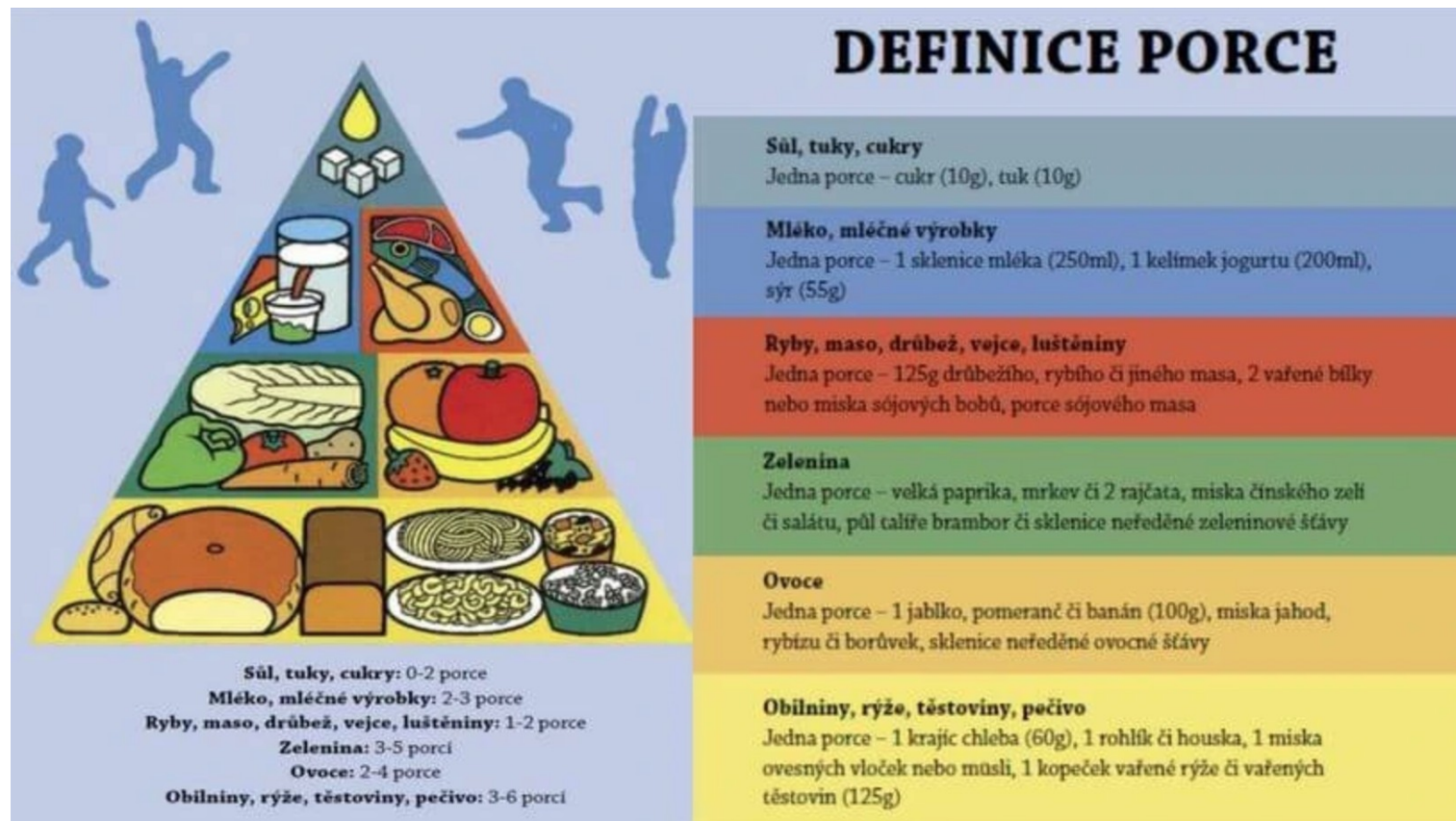
Neoficiální potravinová pyramida



Česká potravinová pyramida

- > jezte pestrou stravu rozloženou do celého dne
- > zvyšte spotřebu zeleniny a ovoce na 600 g denně (400 g zeleniny, 200 g ovoce)
- > denně konzumujte nejméně 2 l tekutin, přednost dávejte vodě
- > nezapomínejte na pravidelnou denní konzumaci mléčných výrobků, nejlépe zakysaných
- > na teplou i studenou kuchyni používejte rostlinné oleje a kvalitní margaríny
- > maso jezte jen libové, bez viditelného tuku
- > omezte smažené pokrmy a vyhýbejte se oplatkám, keksům a sušenkám s náplní a polevou
- > vybírejte si potraviny s nižším obsahem sodíku, nepřisolujte
- > udržujte si optimální tělesnou hmotnost, pravidelně se hýbejte

Potravinová pyramida MZ ČR (2005) oficiální



Zdravá 13 (FZV a Společnost pro výživu (SPV))



Dospělí



Děti



Senioři



ZDRAVÁ TŘINÁCTKA PRO DOSPĚLOU POPULACI



1



Udržujte si přiměřenou stálou tělesnou hmotnost charakterizovanou **BMI (18,5-25,0) kg/m²** a obvodem pasu nejvýše **94 cm u mužů** a **80 cm u žen**.

2



Denně se pohybujte alespoň **30 minut** např. rychlou chůzí nebo cvičením.

3



Jezte **pestrou stravu**, rozdělenou do **3-5 denních jídel**, nevynechávejte snídani.

4



Konzumujte **dostatečné množství zeleniny** (syrové i vařené) **a ovoce**, denně alespoň **400 g** (zeleniny **2x** více než ovoce) rozdělené do více porcí; nezapomínejte konzumovat menší množství **ořechů**.

5



Z obilovin preferujte **celozrnné výrobky** a nezapomínejte na **luštěniny** (alespoň 1x týdně).

6



Jezte **ryby a rybí výrobky** alespoň **2x týdně**.

7



Denně zařazujte **mléko a mléčné výrobky**, zejména zakysané (např. jogurty, zakysané mléčné nápoje, keffy); vybírejte si přednostně polotučné.

8



Sledujte příjem tuku, omezte množství tuku ve skryté formě (tučné maso, tučné masné a mléčné výrobky, jemné a trvanlivé pečivo s vyšším obsahem tuku, chipsy, čokoládové výrobky) a při přípravě pokrmů. Preferujte tuky s nízkým obsahem nasycených mastných kyselin.

9



Snižte příjem cukru, zejména ve formě slazených nápojů, sladkostí, džemů, slazených mléčných výrobků a zmrzliny.

10



Omezte příjem kuchyňské soli a potravin s vyšším obsahem soli (slané uzeniny, rybí výrobky, sýry, chipsy, solené tyčinky a ořechy), nepřislujte hotové pokrmy.

11



Předcházejte nákazám a otrávám z potravin **správným zacházením s potravinami** při nákupu, uskladnění a přípravě pokrmů; **při tepelném zpracování dávejte přednost šetrným způsobům**, omezte smažení a grilování. Dbejte na pečlivé mytí rukou před jídlem.

12



Nezapomínejte na pitný režim, denně vypijte **minimálně 1,5 l tekutin** (voda, slabě až středně mineralizované neperlivé minerální vody, slabý čaj, ovocné čaje a šťávy, nejlépe neslazené nebo ředěné).

13



Pokud pijete alkoholické nápoje, nepřekračujte denní příjem alkoholu u mužů 20 g (200 ml vína, 0,5 l piva, 50 ml lihoviny), u žen poloviční množství.

Partnerem grafického zpracování Zdravé 13 je Danone

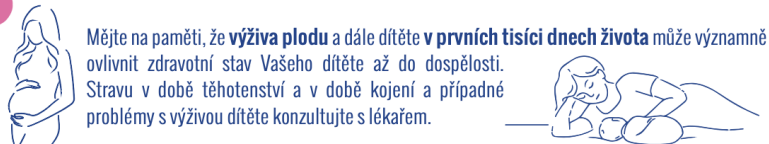




TŘINÁCT RAD KE ZDRAVÉ VÝŽIVĚ DĚTÍ



1 Mějte na paměti, že **výživa plodu** a dále dítěte **v prvních tisíci dnech života** může významně ovlivnit zdravotní stav Vašeho dítěte až do dospělosti. Stravu v době těhotenství a v době kojení a případné problémy s výživou dítěte konzultujte s lékařem.



2 **Udržujte přiměřenou tělesnou hmotnost** dětí v celém průběhu jejich růstu a vývoje, optimálně mezi 25-75 percentilem. (maximálně mezi 10-90 percentilem) růstových grafů.




3 **Podporujte fyzickou aktivitu** dětí v souladu s jejich psychomotorickým vývojem.




4 Zajistěte, aby děti konzumovaly **pestrou stravu**, která odpovídá jejich věku a je rozdělena do **5 denních jídel**. Děti by neměly vynechávat snídani.



5 Od kojeneckého věku je nutné dbát, aby se děti denně naučily konzumovat **dostatečné množství zeleniny** (od vařené k syrové formě) a pravidelně měly ve svém jídelníčku i **ovoce**.



6 Nejdříve **po ukončeném čtvrtém měsíci věku** a nejpozději **do ukončeného sedmého měsíce** by děti měly dostávat **obiloviny**, nejdříve ve formě kaší, později pečiva, od tří let postupně i celozrnného. Měly by konzumovat **brambory, těstoviny, rýži**. Do jídelníčku by měly být postupně zařazeny i **luštěniny** (alespoň 1x týdně).




7 **Jemné rybí maso** (bez kostí) zařazujte postupně do jídelníčku dítěte **od šestého měsíce věku** a dále. Zařazujte je tak, aby se dítě naučilo jíst ryby a rybí výrobky alespoň 2x týdně.



8 Do jídelníčku dítěte je vhodné zařazovat **mléko nebo mléčné výrobky** alespoň v 5-6 porcích v kojeneckém věku přes 3-4 porce v batolecím a 2-3 denní porce ve věku předškolním a školním. Naučte děti konzumovat **zakysané a méně sladké mléčné výrobky** (např. jogurty, zakysané mléčné nápoje, kefíry).



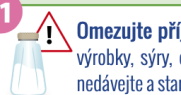
9 Od předškolního a školního věku **omezte potraviny s větším množstvím živočišných tuků** (tučné maso, tučné masné a mléčné výrobky, jemné a trvanlivé pečivo s vyšším obsahem tuku, chipsy, čokoládové výrobky). **Preferujte příjem tuků rostlinných** (oleje, obohacené tuky o omega 3 a omega 6 mastné kyseliny). Nicméně **nebojte se másla**.




10 U dětí **omezte příjem přidaných cukrů**, zejména ve formě slazených nápojů, sladkostí, džemů, slazených mléčných výrobků a zmrzliny.




11 **Omezte příjem kuchyňské soli** a potravin s vyšším obsahem soli (slané uzeniny a rybí výrobky, sýry, chipsy, solené tyčinky a ořechy). Kojencům a batolatům sůl do stravy vůbec nedávejte a starším dětem stravu zbytečně nesolte a hotové pokrmy nepřisolujte. Budte příkladem.



12 **Předcházejte nákazám a otrávám** z potravin **správným zacházením s potravinami** při nákupu, uskladnění a přípravě pokrmů: **při tepelném zpracování dávejte přednost šetrným způsobům**, omezte smažení a grilování. **K pravidelnému mytí rukou před konzumací** potraviny vedte i své děti.



13 **Nezapomínejte na pitný režim**, zvláště v časném věku je nutno nabízet dětem pravidelně tekutiny. Děti by měly **pít i mimo dobu příjmu potravy**, alespoň 6x denně. Pravidelná konzumace nápojů při snídani a během dopoledne je prevencí skryté dehydratace, a tím i horší pozornosti a horších školních výsledků dítěte. Pro pitný režim je **vhodná pitná voda, slabě mineralizované** nejlépe neperlivé **minerální vody, slabý čaj, ovocné čaje a šťávy**, nejlépe neslazené nebo ředěné. Omezte konzumaci sladkých a očních nápojů. Pro děti není určena káva, energetické nápoje a samozřejmě ani alkohol.



Více informací najdete na www.vyzivaspol.cz

1000dni





ZDRAVÁ TŘINÁCTKA PRO LIDI STARŠÍ 70 LET



1



Udržujte si přiměřenou tělesnou hmotnost charakterizovanou hodnotou BMI do **30 kg/m²** (na rozdíl od dospělé populace s normou BMI (18,5-25,0) kg/m²).

2



Podle svých fyzických možností se pravidelně **poohybujte alespoň 30 minut denně**. Chůze a pohyb Vám pomáhají udržovat svalovou a kostní tkáň, chrání Vás před vznikem trombózy. Pohybové aktivity přizpůsobte svůj příjem potravy.

3



Jezte pestrou stravu, podle potřeby i mechanicky upravenou a **rozdělenou i do menších, ale častěji konzumovaných porcí**.

4



Konzumujte **denně čerstvou či tepelně upravenou zeleninu, zařazujte do jídelníčku i ovoce**, případně v podobě pyré nebo šťávy.

5



Jezte pravidelně výrobky z obilovin (chléb a pečivo, těstoviny, rýži) a brambory.

6



Zařazujte do svého jídelníčku ryby a rybí výrobky.

7



Denně zařazujte mléčné výrobky, zejména zakysané (např. jogurty, zakysané mléčné nápoje, kefíry) nebo sýry: vybírejte si přednostně výrobky polotučné a s vyšším obsahem bílkovin.

8



V závislosti na svém zdravotním stavu **konzumujte přiměřené množství tuku**.

9



V závislosti na svém zdravotním stavu **upravte příjem cukru**, zejména konzumaci slazených nápojů, sladkostí, džemů, slazených mléčných výrobků a zmrzliny.

10



Omezte příjem kuchyňské soli a potravin s vyšším obsahem soli (slané uzeniny a sýry, chipsy, solené tyčinky a ořechy), nepřisoluje hotové pokrmy. Výraznější chuť dosáhnete přidávkem koření, přednostně sušených natí.

11



Předcházejte nákazám a otrávám z potravin správným zacházením s potravinami při nákupu, uskladnění a přípravě pokrmů: při tepelném zpracování **dávejte přednost šetrným způsobům, omezte smažení a grilování**. Dbejte na pečlivé mytí rukou před jídlem.

12



Nezapomínejte na pitný režim, denně vypijte **minimálně 1,5 l tekutin** (voda, slabě až středně mineralizované neperlivé minerální vody, slabý čaj, ovocné čaje a šťávy, nejlépe neslazené nebo ředěné). **Mějte nápoje stále připravené a pijte alespoň 6x-8x denně**. Pijte, i když nemáte žízeň.

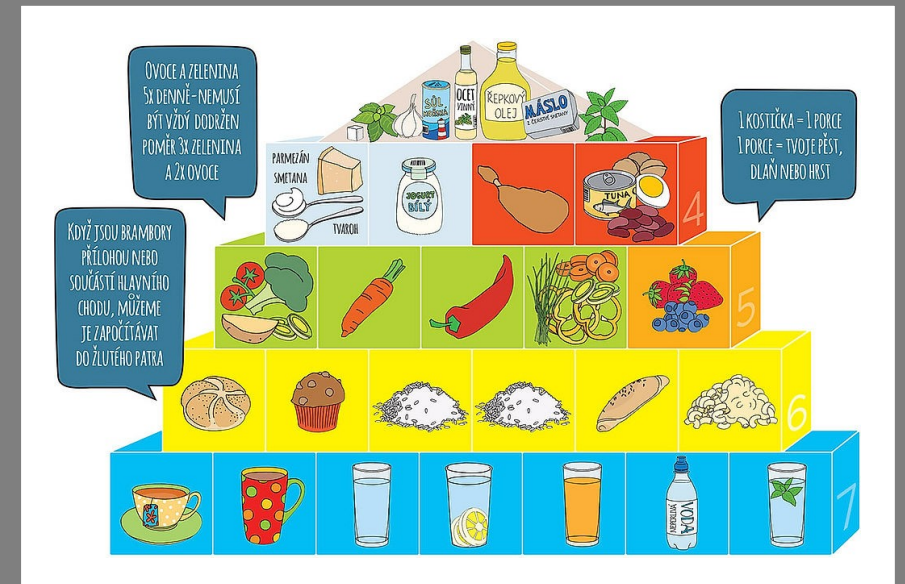
13



Pokud pijete alkoholické nápoje, nepřekračujte denní příjem alkoholu u mužů 20 g (200 ml vína, 0,5 l piva, 50 ml lihoviny), u žen poloviční množství.

Národní zdravotní informační portál (NZIP)

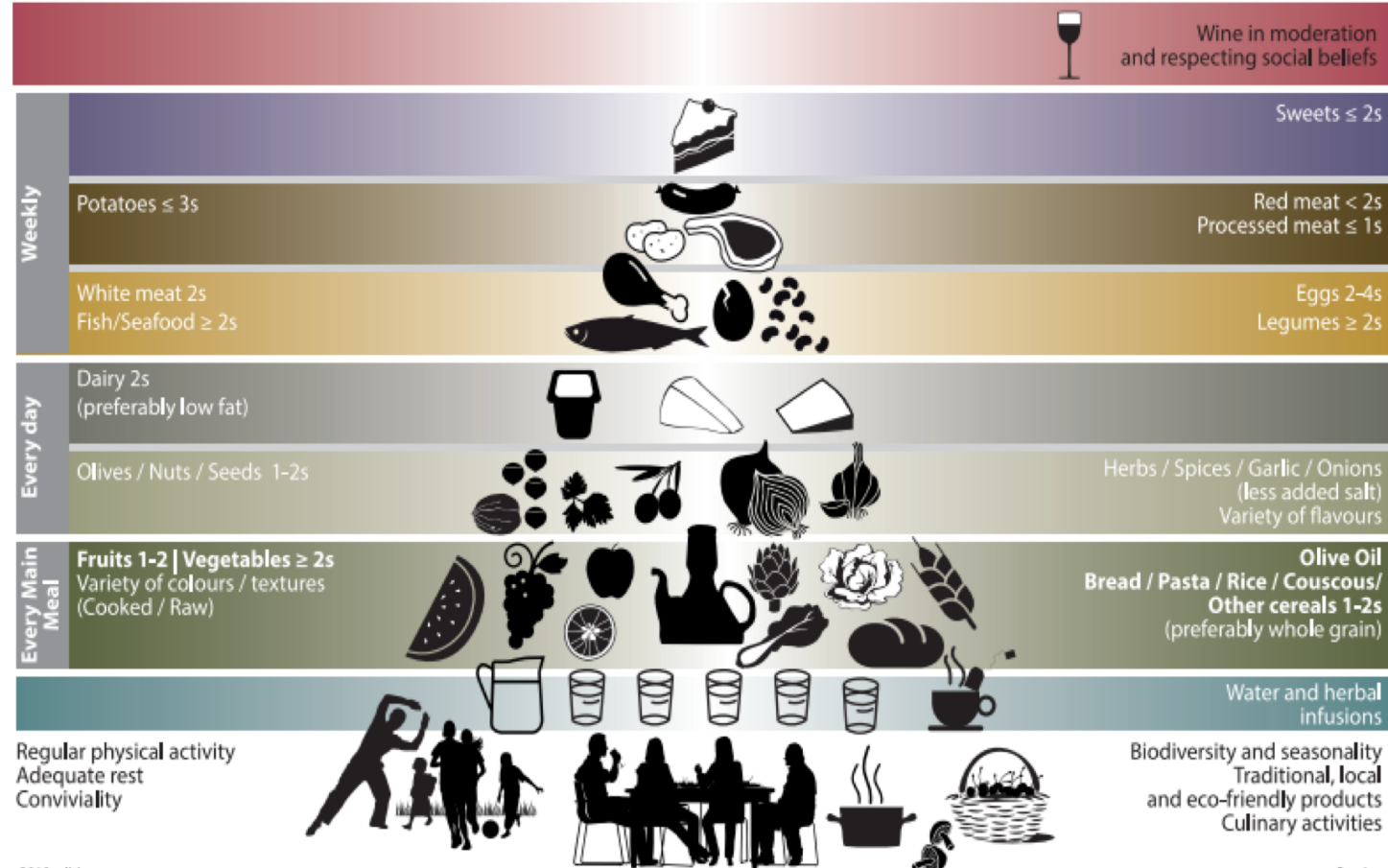
„Cílem Národního zdravotnického informačního portálu (NZIP) je poskytovat laické veřejnosti informace z oblasti zdravotnictví, za které ručí vybraní odborníci na danou problematiku v ČR. Tito lidé působí v několika českých organizacích přímo se zabývajících zdravotnictvím; jmenovitě jsou to [Česká lékařská společnost Jana Evangelisty Purkyně](#), [Státní zdravotní ústav](#), [Ministerstvo zdravotnictví](#) a [Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR](#). NZIP přináší ověřené a garantované informace, na které se můžete spolehnout.“



Středomořská pyramida (2010)

Mediterranean Diet Pyramid: a lifestyle for today
Guidelines for Adult population

Serving size based on frugality
and local habits



© 2010 Fundación Dieta Mediterránea
The use and promotion of this pyramid is recommended without any restriction

Oleje

2-3 lžičky

Oříšky a semínka

1-2 porce

Mléčné výrobky

3 porce Vegan: bezmléčné substituty

Zelenina

2-4 porce

Listová zelenina

2-3 porce



Vegan:

B-12:2,4 ug/d Vit D:200 IU/d kalcium:600 mg/d

Fazole a proteiny

2-3 porce

Ovoce

1-2 porce

Sušené ovoce

1-2 porce

Pečivo, cereálie,
těstoviny, rýže

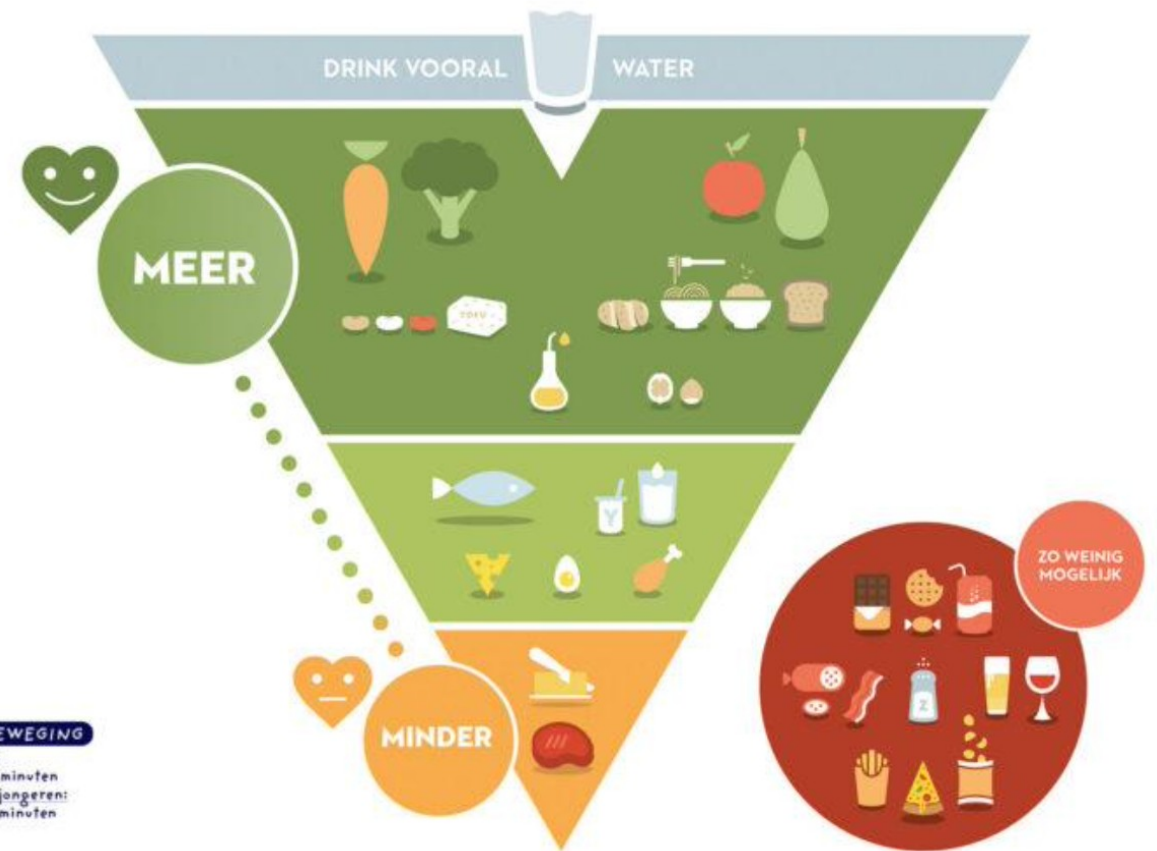
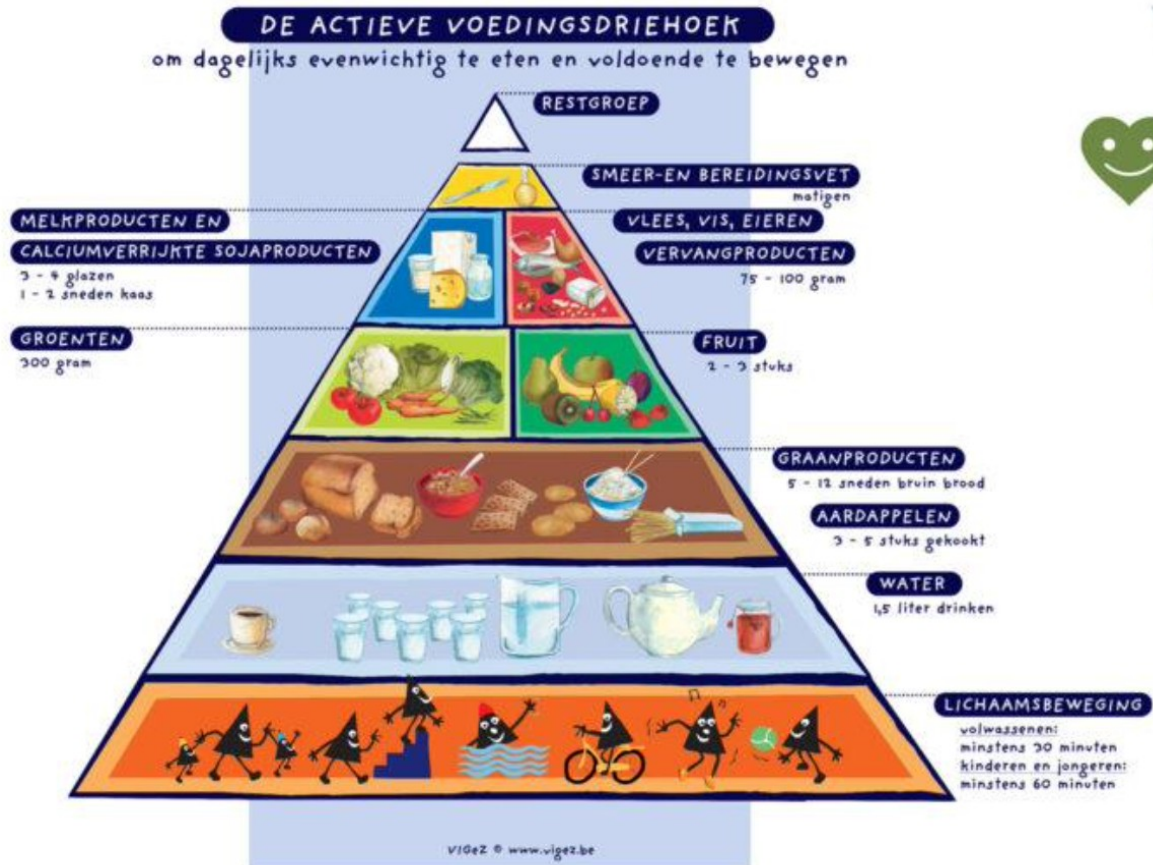
6-10 porcí

VEGETARIÁNSKÁ PYRAMIDA



Voda: 8 sklenic denně - v závislosti na aktivitě

Belgie

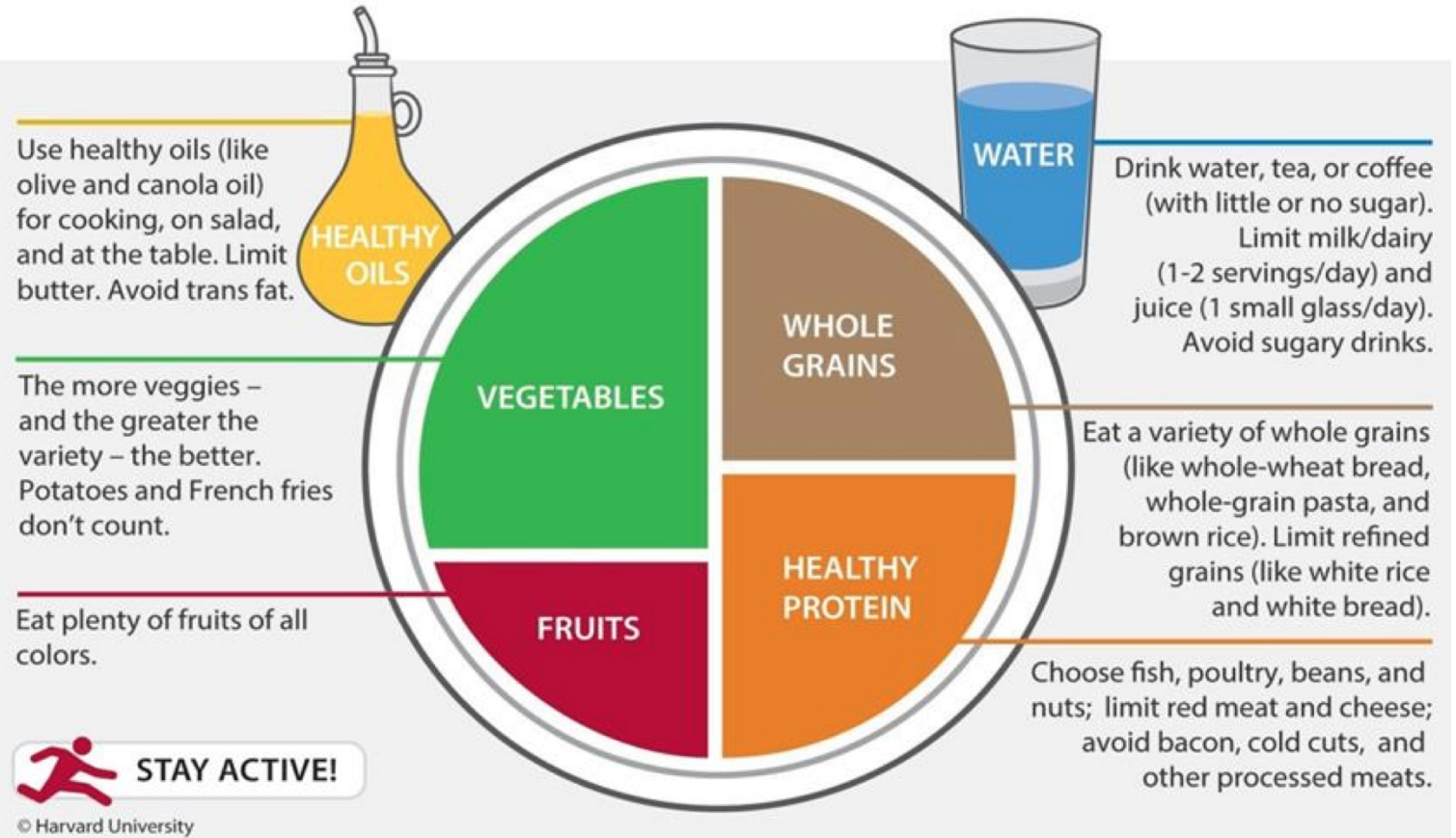


USA, Velká Británie, Španělsko



USA

HEALTHY EATING PLATE



Harvard T.H. Chan School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

Harvard Medical School
Harvard Health Publications
www.health.harvard.edu



Velká Británie

Check the label on packaged foods

Each serving (150g) contains

Energy 1048kJ 250kcal	Fat 3.0g	Saturated 1.3g	Sugars 34g	Salt 0.9g
13%	LOW	LOW	HIGH	MED
4%	7%	38%	15%	

of an adult's reference intake
Typical values (as sold) per 100g: 697kJ/ 167kcal

Choose foods lower in fat, salt and sugars

Eatwell Guide

Use the Eatwell Guide to help you get a balance of healthier and more sustainable food. It shows how much of what you eat overall should come from each food group.



Water, lower fat milk, sugar-free drinks including tea and coffee all count.
Limit fruit juice and/or smoothies to a total of 150ml a day.

Per day 2000kcal 2500kcal = ALL FOOD + ALL DRINKS

Kanada

Have plenty of
vegetables and fruits

Eat protein foods

Make water
your drink
of choice



Choose
whole grain
foods

Jak by mohlo podle
Vás vypadat ideální
doporučení založené
na skupinách
potravin?



Provedení VP

- Vzdělávání a výchova populace
 - Projekty a programy např. do škol
- Využití médií a sociálních sítí
 - Zjištění mezer ve znalostech a projekty na jejich odstranění
- Investice do potravinářských firem (granty...)
- Úprava legislativy
 - Zákony o potravinách, regulace kvality, informace o kvalitě zboží, uvedené nutriční hodnoty, složení

Další globální
a státní
projekty



EFSA (Evropský úřad pro bezpečnost potravin)

“Jsme agentura Evropské unie, která byla zřízena v roce 2002, aby působila jako nestranný zdroj vědeckého poradenství pro subjekty, které se zabývají řízením rizik, a poskytovala informace o rizicích souvisejících s potravinovým řetězcem. Spolupracujeme se zainteresovanými stranami za účelem podpory soudržnosti vědeckého poradenství EU. Poskytujeme vědecký základ pro právní předpisy s cílem chránit evropské spotřebitele před riziky souvisejícími s potravinami – od zemědělce ke spotřebiteli.“

EFSA – scientific opinions

Guidance for establishing and applying tolerable upper intake levels for vitamins and essential minerals

Published: 6 Listopad 2024 | **Adopted:** 24 Zář 2024

Sdílet:   



Full article:

[Read online at EFSA Journal](#)  | [Full article \(online viewer\)](#) 

<https://www.efsa.europa.eu/cs/efsajournal/pub/9052>

EFSA

- Stáže pro studenty
- <https://www.efsa.europa.eu/cs/careers/starting-your-career-at-efsa>

European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020 (WHO)

- <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/329405/9789289051231-eng.pdf?sequence=1>
- Dostupnost, férovost, zabezpečení práva na potravu jako základního lidského práva, podpora zranitelných skupin
- Vyvážená a zdravá strava – posílení prevence malnutrice i obezity, propagace zdravé stravy
- Podpora dohledu, monitoringu, hodnocení a výzkumu
- Podpora organizací zabývajících se zdravou výživou

Zdraví 21

- WHO 1998
- „Zdraví pro všechny v 21. století“ (ČR)
- Definice cílů, úkolů
- Model komplexní péče o zdraví společnosti vypracovaný týmem předních světových odborníků

Dílčí úkol č. 2. 2.

Hodnoty hlavních ukazatelů nemocnosti, invalidity a úmrtnosti by měly být rovnoměrněji rozloženy na všechny společensko-ekonomické skupiny

Současný stav:

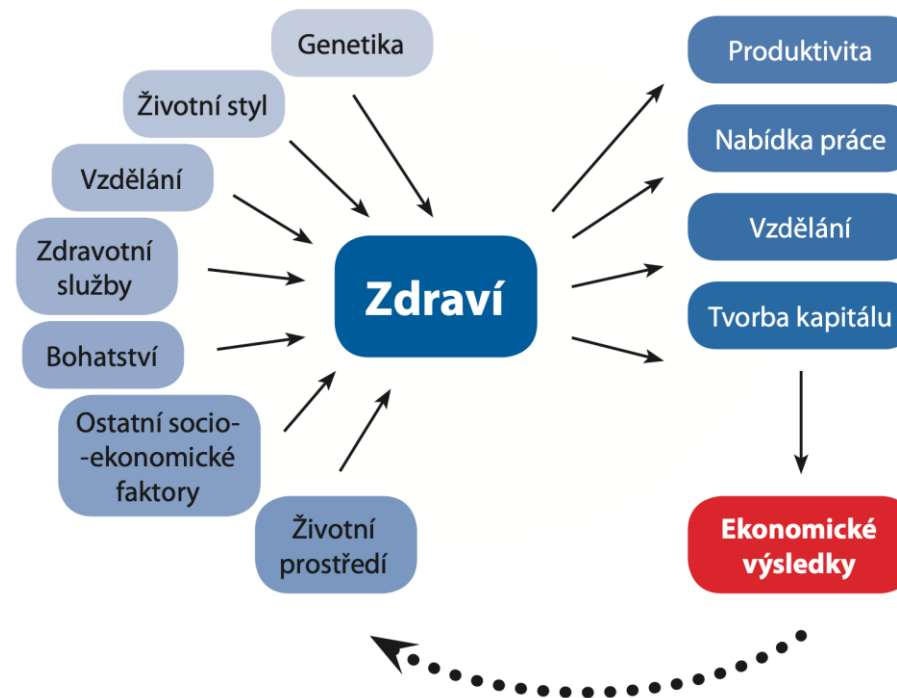
Určité rozdíly zcela jistě existují a je nutné je snižovat. Prakticky neexistují validní informace o zdravotním stavu různých deprivovaných skupin obyvatel, protože v rutinních statistikách nejsou podchyceny (z důvodů ochrany osobních údajů) prakticky žádné údaje, které by umožňovaly identifikovat určité deprivované skupiny obyvatel.

Aktivity ke splnění dílčího úkolu:

- 2.2.1: Výzkum a speciální výběrová šetření na sledování zdravotního stavu vybraných skupin obyvatel
odpovědnost: MZ
spolupráce: MPSV, ÚZIS, SZÚ
termíny: průběžně 1x za 3 roky

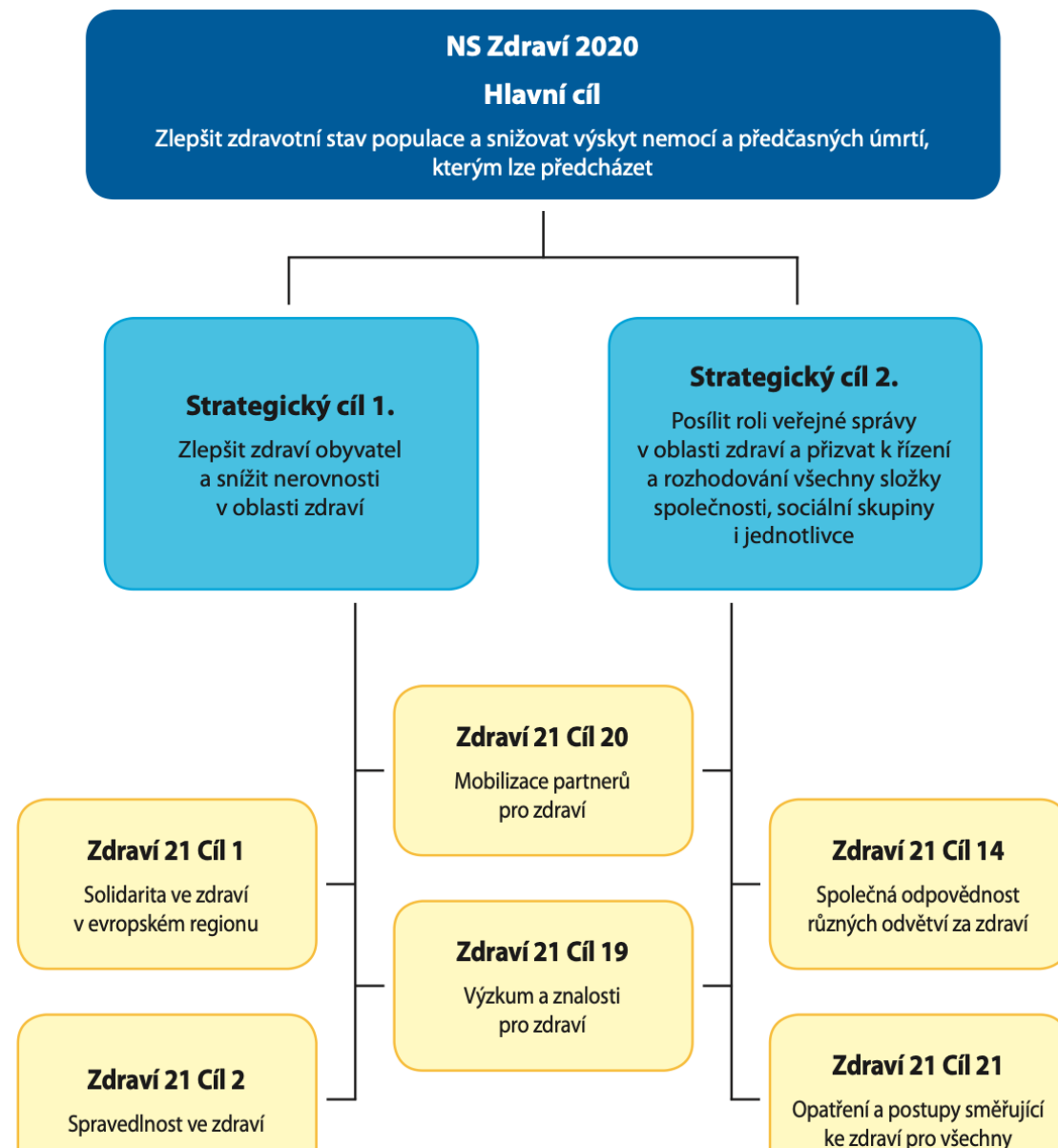
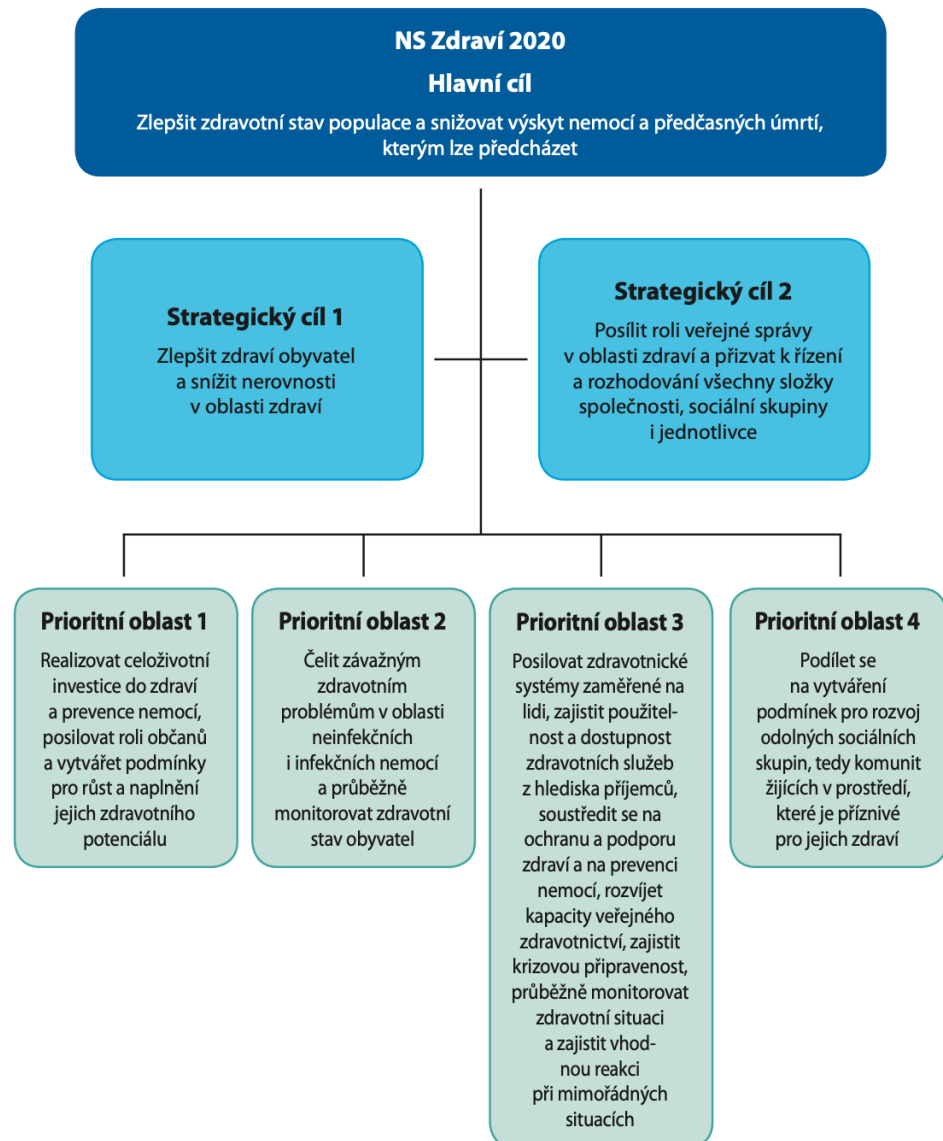
Health 2020

- Národní strategie ochrany a podpory zdraví a prevence nemocí



Zdroj: *The Contribution of health to the economy in the EU, Brussels 2005*

Schéma č. 3: NS Zdraví 2020 – hierarchie



ZDRAVÍ 2030



STRATEGICKÝ RÁMEC ROZVOJE PÉČE O ZDRAVÍ V ČESKÉ REPUBLICCE DO ROKU 2030

ZDRAVÍ 2030 – analytická studie

Zdravotní stav
obyvatelstva

Zdravotní
gramotnost

Kvalita a výkon
zdravotních služeb

Mezinárodní srovnání ČR
a zemí EU

Strategický rámec ZDRAVÍ 2030

Strategický cíl ČR 2030
„Zdraví všech skupin obyvatel se zlepšuje“

**Strategický cíl
Zdraví 2030**

č. 1

**Ochrana a
zlepšení
zdravotního
stavu populace**

**Strategický cíl
Zdraví 2030**

č. 2

**Optimalizace
zdravotnického
systému**

**Strategický cíl
Zdraví 2030**

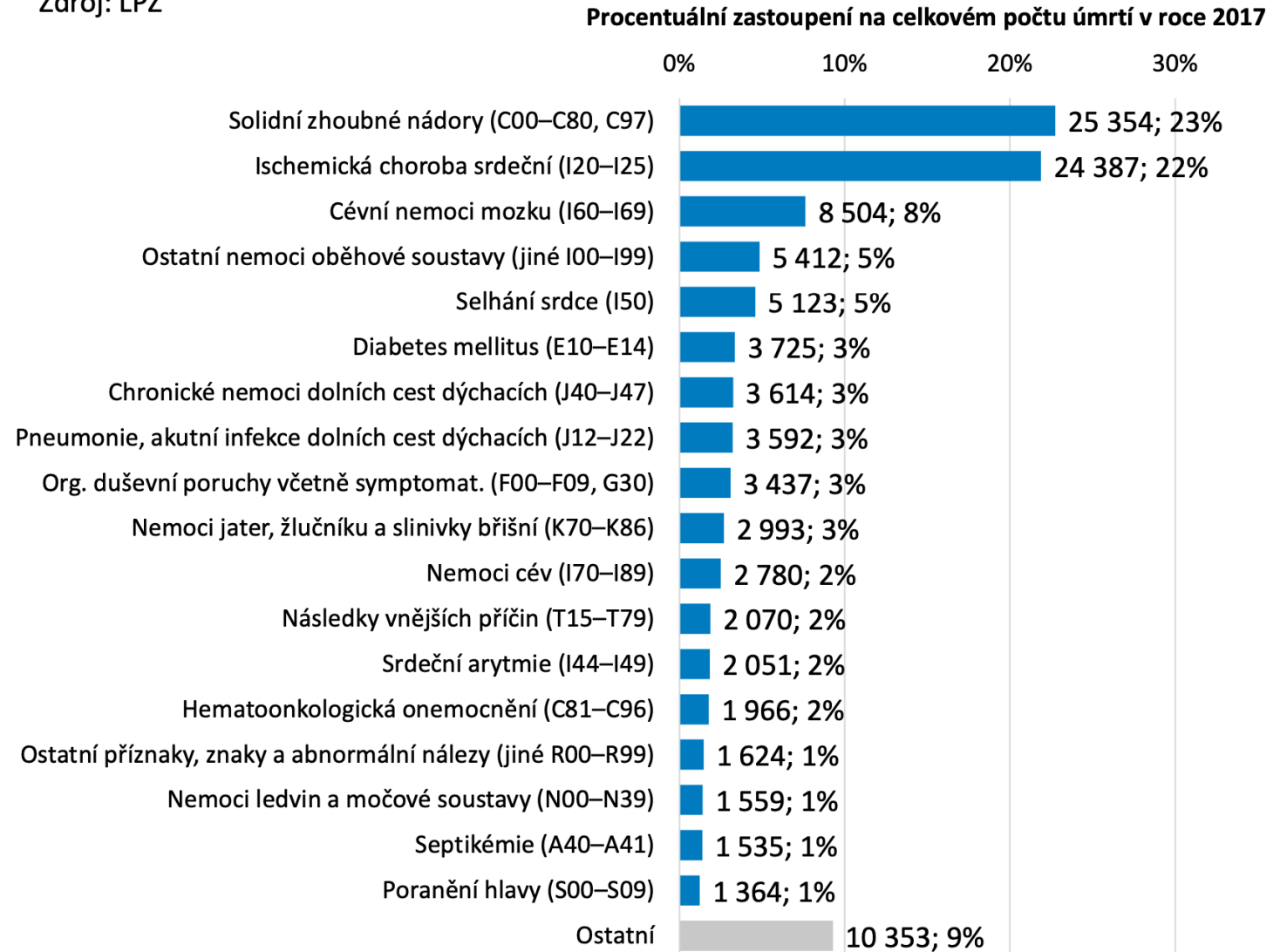
č. 3

**Podpora vědy a
výzkumu**

Zdraví 2030

- Přehledné statistiky, analytické studie
 - Demografické rozdělení obyvatel, porodnost, úmrtnost

Zdroj: LPZ



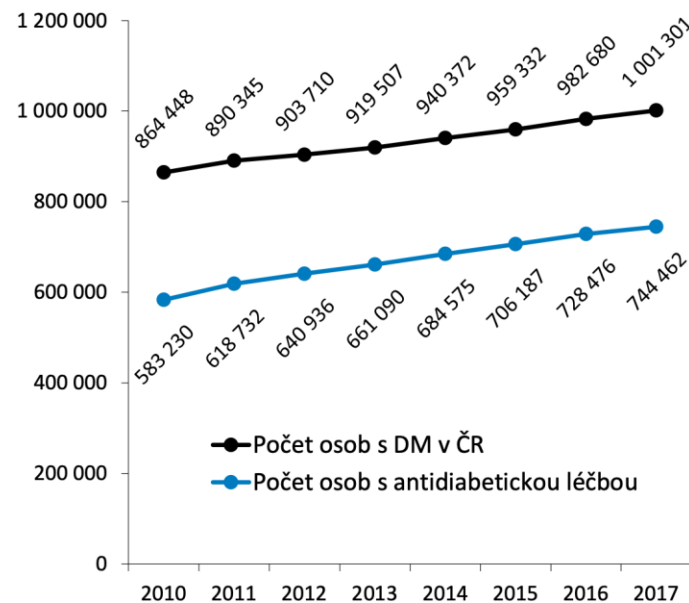
Zdraví 2030

- Zdravotní stav obyvatelstva

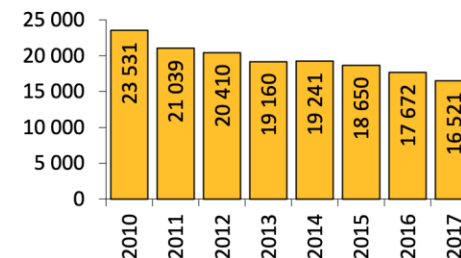
Epidemiologie – diabetes mellitus (DM)

Zdroj: NRHZS 2010–2017

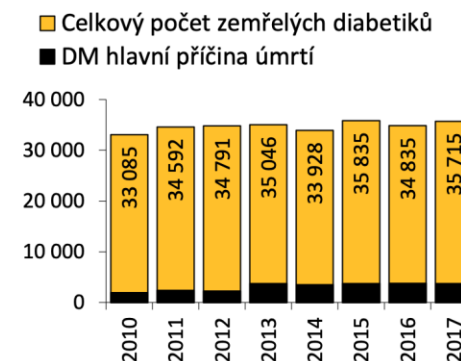
Celkový počet diabetiků a počet osob s antidiabetickou léčbou v ČR v letech 2010–2017:



Počet hospitalizací na lůžku akutní péče pro DM:



Počet zemřelých osob s DM:



Celkový počet diabetiků v ČR se každoročně zvyšuje o cca 20 tisíc, v roce 2018 přesáhla četnost výskytu 1 milion. Ve věku nad 70 let se DM vyskytuje u více než 30 % populace, tedy v souvislosti se stárnutím populace lze očekávat pokračující nárůst počtu diabetiků. Pro rok 2030 je predikován výskyt diabetu u 1,3 milionu osob.

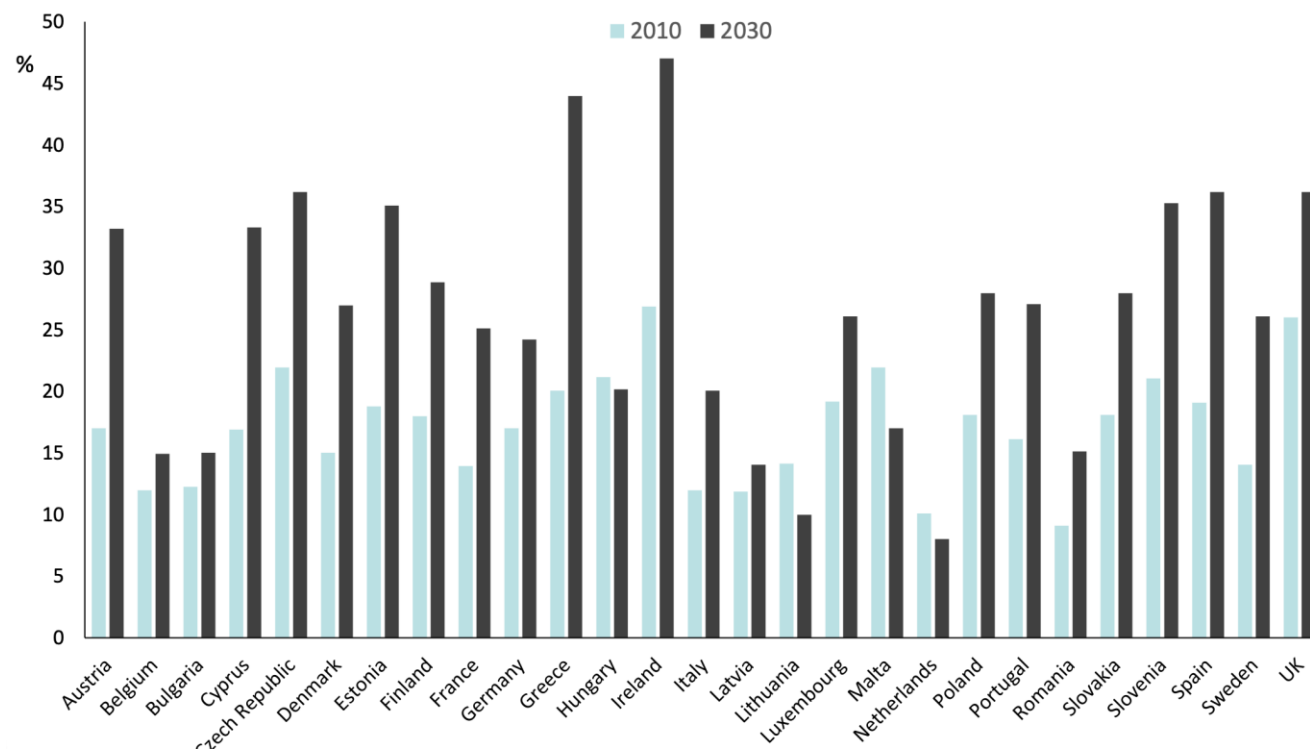
Přibližně 35 tisíc diabetiků ročně umírá (DM je hlavní příčinou úmrtí v 10 % případů, 90 % diabetiků umírá z jiných příčin. Na celkovém počtu úmrtí v ČR má diabetes mellitus jako hlavní příčina úmrtí 3% podíl.

Počet hospitalizací pro DM dlouhodobě klesá, v roce 2017 byl počet hospitalizací o 30 % nižší než v roce 2010. Počet osob léčených antidiabetiky (ATC skupina A10) naopak narůstá; v roce 2017 byla zaznamenána antidiabetická léčba u téměř 750 tisíc obyvatel ČR.

Zdraví 2030

Projekce obesity pro rok 2030

Zdroj: WHO Modelling obesity Project 2013 together with UK Health Forum – NOPA II

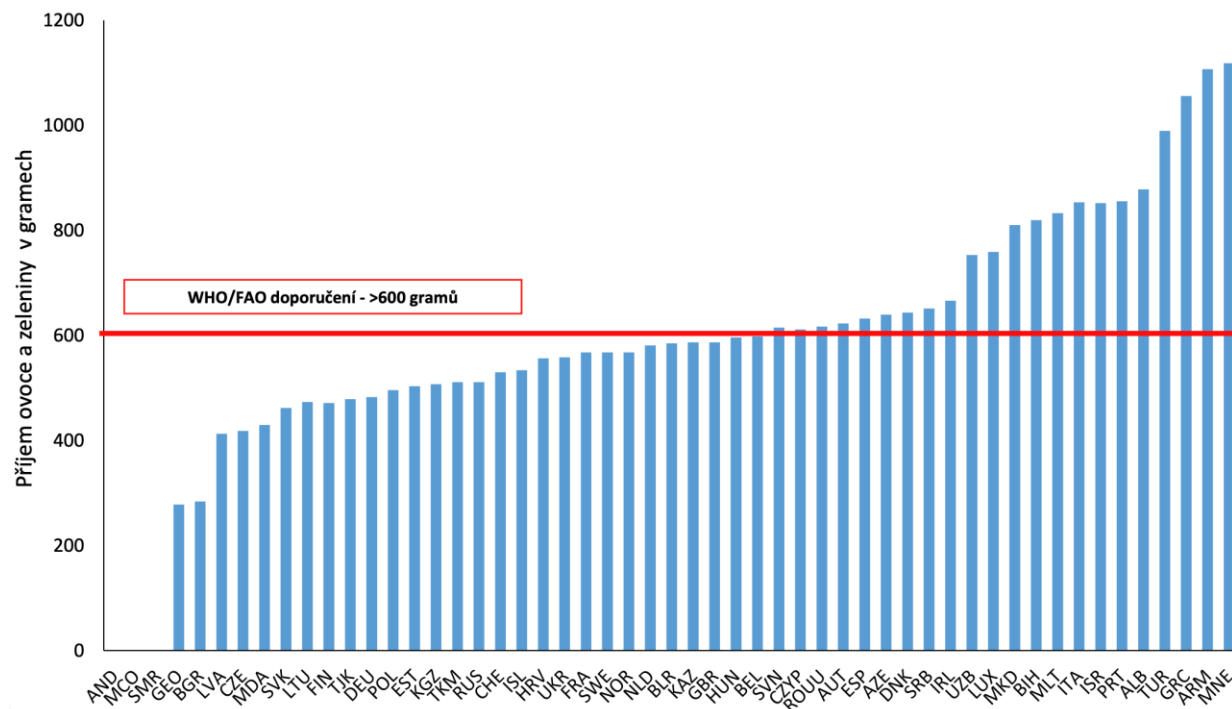


Provedené mezinárodně srovnatelné populační projekce předpovídají v české populaci další růst prevalence obezity, a to pro rok 2030 až k hranici 35%. Z dosavadních trendů a tempa růstu prevalence obézních osob lze rovněž věrohodně predikovat růst incidence řady vážných zdravotních problémů a onemocnění, zejména diabetu.

Zdraví 2030

Příjem ovoce a zeleniny v Evropském regionu (na osobu a den)

Zdroj: Fruit and vegetable supply per person per day in the WHO European Region, 2009

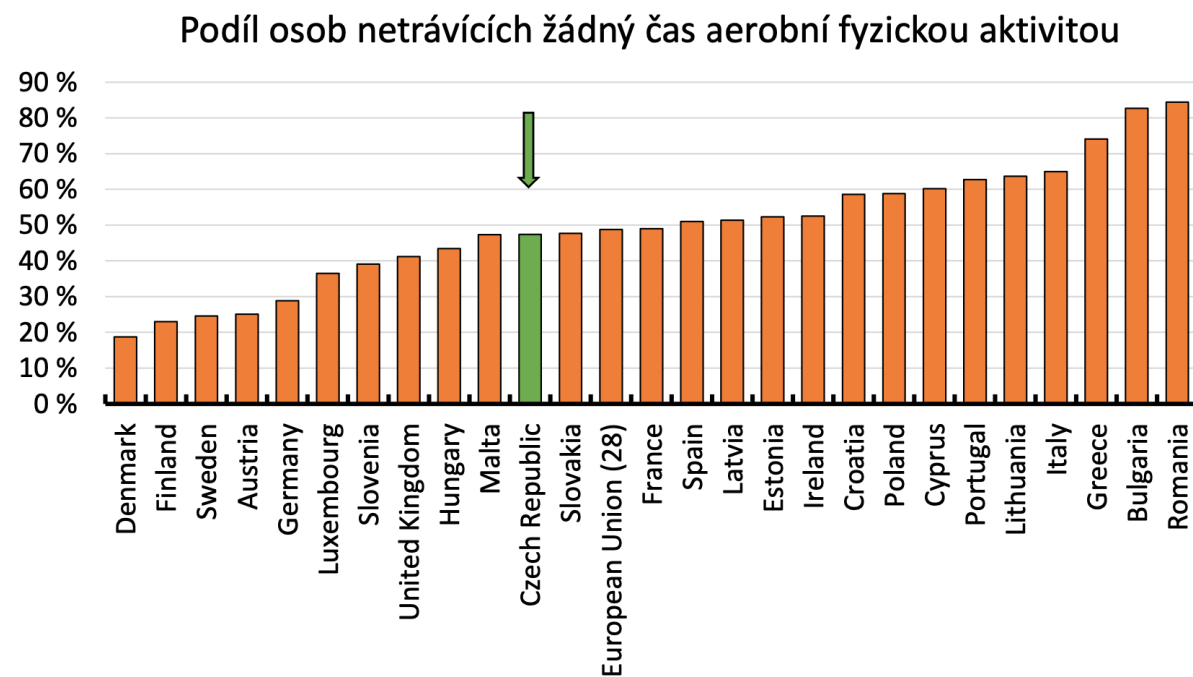


Konzumace ovoce a zeleniny je v ČR stále velmi nedostatečná a dostupná mezinárodní srovnání řadí českou populaci na spodní příčky žebříčků vyspělých států.

Zdraví 2030

Fyzická aktivita dle dat EHIS I.

Zdroj: EHIS 2014

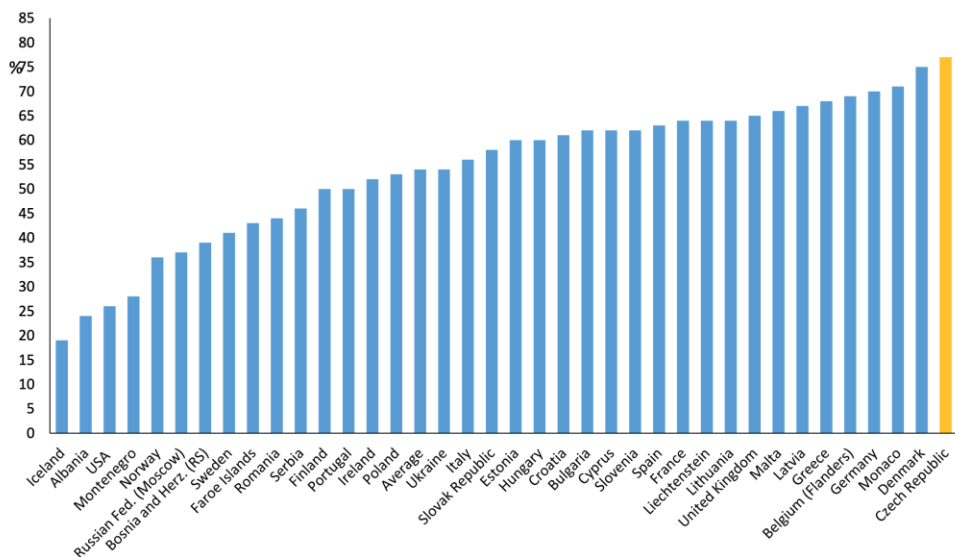


Vysoký podíl osob, které netráví žádný čas aerobní fyzickou aktivitou je problémem majícím vliv na zdravotní stav populace.

Zdraví 2030

Užívání alkoholu v posledních 30 dnech - dívky

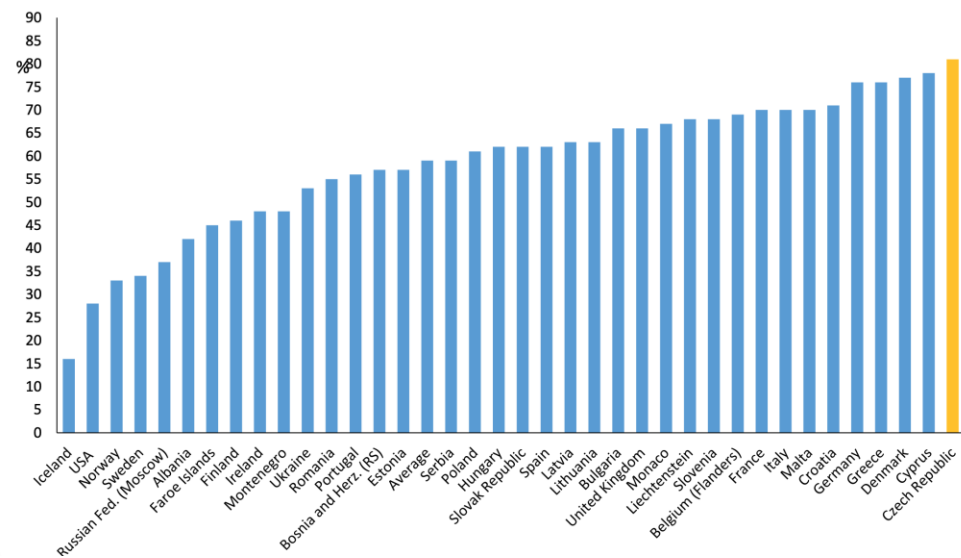
Zdroj: Studie ESPAD realizovaná v r.2011, publikovaná v r. 2012




Česká republika se v mezinárodních průzkumech (např. studie ESPAD) řadí na přední příčky v konzumaci alkoholu u adolescentů. Tato vysoce riziková skutečnost platí přitom ve stejné míře pro dívky i chlapce.

Užívání alkoholu v posledních 30 dnech – chlapci (15-16 let)

Zdroj: Studie ESPAD realizovaná v r.2011, publikovaná v r. 2012



Česká republika se v mezinárodních průzkumech (např. studie ESPAD) řadí na přední příčky v konzumaci alkoholu u adolescentů. Tato vysoce riziková skutečnost platí přitom ve stejné míře pro dívky i chlapce.

Číslo a název specifického cíle	1.2 Prevence nemocí, podpora a ochrana zdraví; zvyšování zdravotní gramotnosti 
Dílčí cíle	<p>1.2.1. Prevence vzniku a šíření infekčních nemocí a nastavení podpůrných informačních opatření pro systém managementu krizových situací</p> <p>1.2.2. Ochrana zdraví obyvatel ČR v kontextu environmentálních rizik (chemické látky, nadměrná hluková zátěž, projevy změny klimatu apod.)</p> <p>1.2.3. Prevence užívání návykových látek a realizace screeningu, časné diagnostiky a krátké intervence v oblasti závislostního chování</p> <p>1.2.4. Tvorba Národního programu zvyšování úrovně zdravotní gramotnosti, realizace dílčích programů a monitoring zdravotní gramotnosti</p> <p>1.2.5. <u>Vybudování a rozvoj center prevence ve zdravotnických zařízeních</u></p> <p>1.2.6. Vybudování a rozvoj <u>Národního zdravotnického informačního portálu</u></p> <p>1.2.7. Posilování časného záchytu nemocí a rizikových faktorů ve všech segmentech péče a zavádění nových programů časného záchytu</p> <p>1.2.8. Rozvoj institucionálního zázemí pro optimalizaci sekundární prevence a zvyšování kvality stávajících populačních screeningových programů</p>

VP v ČR - příklady

- Ovoce do škol
- Mléko do škol
- Jodidovaná sůl

Daň z cukru?

Daň z cukru - Události, komentáře 4.7.2024

6. červenec 2024



Prezidentka Potravinářské komory ČR ve svém vystoupení uvedla, že zavedení speciálně daně na slazené nápoje je nesmyslná a k ničemu nebude. Státy, které tuto daň v minulosti zavedly, ji po čase zrušily, protože daň neplnila svůj účel. I v případě, že dočasně došlo ke snížení prodeje slazených nealkoholických nápojů, k poklesu obezity v populaci nedošlo. Naopak stále roste. Boj s obezitou je velmi komplexní problém a daň jej nemůže vyřešit. Důležitá je prevence, ve smyslu edukace a motivace spotřebitelů ke zdravému životnímu stylu.

[Celý pořad můžete shlédnout zde:](#)

Vystoupení Dany Večeřové začíná v čase 22:19 hodin.

- Francie, Norsko, Qatar, Portugalsko, Saudská Arábie...
 - Často výjimka pro 100% džusy

Zamyšlení na závěr

Výživová politika není jen formulace programu a jeho organizační zabezpečení, ale i jeho realizace.

Děkuji za pozornost

Ing. Mgr. Veronika Pourová