

Uztura padomes sēde

Protokols Nr.17

Rīgā

2016.gada 15.novembrī

Sanāksme notiek: Veselības ministrijā, Brīvības ielā 72

Sanāksmes sākums: plkst.15:00

Sanāksmi vada:

A.Čakša – veselības ministre, Uztura padomes priekšsēdētāja

Sanāksmē piedalās:

A.Brēmanis, I.Jakobsone, I.Kondratjuka, N.Krūzītis, Z.Matuzale, L.V.Neimane, I.Pudule,
D.Ločmele, L.Turnere, I.Strāume, L.Meija, I.Šmate, I.Birzniece

Uzaicinātie:

Pēteris Apinis – Latvijas Ārstu biedrības prezidents

Ināra Šure - Latvijas Pārtikas uzņēmumu federācijas padomes priekšsēdētāja

Inese Sikсна -Pārtikas drošības, dzīvnieku veselības un vides zinātniskais institūta "BIOR"
Riska novērtēšanas un epidemioloģijas nodaļas vecākā eksperte - uztura speciāliste

Jurgita Gailīte – Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas pediatre, endokrinoloģe

Jānis Šolks – Latvijas Piensaimnieku Centrālās Savienības valdes priekšsēdētājs

Gunta Evarðsone – Zemkopības ministrijas Veterinārā un pārtikas departamenta pārtikas
drošuma un higiēnas nodaļas vadītāja

Ilga Zepa – Pārtikas un veterinārā dienesta, PUD, Pārtikas izplatīšanas uzraudzības daļā
vecākā eksperte

Ieva Puķīte – Latvijas Pediātru – gastroenterologu asociācijas vadītāja

Artūrs Zujevs – Labklājības ministrijas, Sociālo pakalpojumu departamenta vecākais
referents

A.Bērziņa – biedrība „Vecāki par izglītību”

Sanāksmi protokolē:

L.Piķele – Veselības ministrijas Sabiedrības veselības departamenta Starpnozaru sadarbības
nodaļas vecākā referente

Darba kārtība:

1. Ievads. Darba kārtības apstiprināšana (veselības ministre, Uztura padomes priekšsēdētāja
Anda Čakša).

2. Ārstniecības personu ziņojumi par uztura paradumu ietekmi uz cilvēka organismu (Latvijas
Uzturzinātnes speciālistu biedrības valdes priekšsēdētāja Dr. Laila Meija, Latvijas Pediātru -
gastroenterologu asociācijas vadītāja Dr. Ieva Puķīte, Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas
pediatre endokrinoloģe Jurgita Gailīte).

3. Par grozījumiem Ministru kabineta 2012.gada 13.marta noteikumos Nr.172 „Noteikumi par
uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas
klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem”. Diskusija.

4. Dažādi.

1.Ievads. Darba kārtības apstiprināšana.

Sēdi atklāj veselības ministre, Uztura padomes priekšsēdētāja Anda Čakša. Iepazīstina ar 17.Uztura padomes sēdes darba kārtību un jautā, vai Uztura padomes locekļiem ir iebildumi vai priekšlikumi par darba kārtībā iekļautajiem jautājumiem.

Uztura padomes locekļiem iebildumu vai komentāru par darba kārtību nav un darba kārtība tiek apstiprināta.

2. Ārstniecības personu ziņojumi par uztura paradumu ietekmi uz cilvēka organismu (Latvijas Uzturzinātnes speciālistu biedrības valdes priekšsēdētāja Dr. Laila Meija; Latvijas Pediātru - gastroenterologu asociācijas vadītāja Dr. Ieva Puķīte, Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas pediatre endokrinoloģe Jurgita Gailīte).

L.Meija – prezentācijā uzsver, ka saskaņā ar aktuālākajiem pētījumu datiem, pēdējo divdesmit gadu laikā ievērojami palielinājās liekā svara un aptaukošanās izpaltība iedzīvotāju vidū. Īpaši tiek norādīts, ka veselīgi uztura paradumi sievietei grūtniecības laikā un maziem bērniem ir priekšnoteikumi bērna veselībai nākotnē, atbilstoši augšanai un attīstībai. Ir zinātniski pierādīts, ka uzturvielu, vitamīnu vai minerālvielu deficīts sievietei grūtniecības laikā var ietekmēt bērna veselību nākotnē. Liekais svars un aptaukošanās, īpaši bērniem un pusaudžiem, veicina sirds un asinsvadu slimību, onkoloģisko slimību, vielmaiņas slimību, t.sk. otrā tipa cukura diabētu un citu slimību attīstību. Atbilstoši Pasaules Veselības organizācijas (turpmāk – PVO) ieteikumiem dienā bērniem būtu ieteicams vairāk ēst svaigus dārzeņus un augļus, ierobežojot pārtikas produktu ar augstu tauku, pievienotā cukura un sāls daudzumu lietošanu. Atbilstoši aktuālākajiem pētījumu datiem, dārzeņu un augļu patēriņš bērniem un pieaugušajiem Latvijā joprojām ir nepietiekošs. PVO norāda, ka, lai veicinātu veselīgus uztura paradumus, īpaši bērniem un pusaudžiem, ir jāmazina pārtikas produktu ar augstu tauku, pievienotā cukura un sāls daudzumu reklāmu bērniem. Uztura padomes locekļi tiek iepazīstināti ar uztura šķīvja modeļiem, kur tiek attēlotas dažādu pārtikas produktu grupas, kas būtu jāiekļauj ikdienas uzturā, samērojot to daudzumu.

P.Apinis – lūdz komentēt L.Meijai par pelmeņu, gatavu kotlešu, zivju pirkstiņu uzturvērtību.

L.Meija – pārtikas produktu kvalitātei un gatavošanā izmantotajām sastāvdaļām ir liela nozīme. Pelmeņi vai kotletes ar augstu gaļas saturu un labu kvalitāti, kas tiek lietoti kopā ar dārzeņiem, var tikt iekļauti uzturā atsevišķās reizēs. Tomēr zivju pirkstiņi parasti satur maz zivs filejas, bet satur daudz enerģijas un citu pievienotu vielu. Savukārt augstas kvalitātes zivju konservi savā sulā ar zemu pievienotā sāls daudzumu ir ieteicami uzturā.

I.Birzniece – pateicas par sniegto prezentāciju un lūdz sniegt viedokli par veselīga uztura nozīmi cilvēka, īpaši bērna, veselības saglabāšanā un veicināšanā Latvijas Pediātru - gastroenterologu asociācijas vadītājai Dr. Ievai Puķītei.

I.Puķīte – piekrīt Dr.Lailas Meijas prezentācijā teiktajam un uzver veselīga un sabalansēta uztura nozīmi arī kuņģa un zarnu trakta slimību profilaksē, kā arī ārstēšanā. Uzskata, ka ir nozīmīgi skolās nodrošināt iespēju visiem bērniem, t.sk. bērniem ar kuņģa un zarnu trakta slimībām, saņemt veselīgu un sabalansētu uzturu. Vienlaikus svarīgi, lai skolās būtu pieejamas arī veselīgas uzkodas, piemēram, svaigi augļi vai dārzeņi. Tāpat bērniem būtu jālieto pietiekams šķidruma daudzums, ieteicamāk ūdeni. Piens un piena produkti netiek pieskaitīti pie šķidruma un atbilstoši pētījumu datiem, papildus olbaltumvielas uzturā var veicināt liekā svara un aptaukošanās attīstību. Vienlaikus tiek uzsvērts, ka arī nepietiekams

uzturs vai nepilnvērtīgs uzturs maziem bērniem nākotnē var veicināt liekā svara un aptaukošanās attīstību. Tāpat bērniem ar neinfekcijas slimībām, kuriem ir nepieciešama specifiska diētas korekcija, ne vienmēr izglītības iestādēs tiek nodrošināts atbilstošs uzturs. Tiek vērsta uzmanība, ka būtiska nozīme atbilstoša uztura nodrošināšanai bērniem ir attiecīgās mācību iestādes vadības attieksmei un nostājai jautājumam risināšanā.

I.Zepa – lūdz Dr.I.Puķīti sniegt viedokli par veģetāru uzturu skolā.

I.Puķīte – veģetārs uzturs bērniem parasti ir ģimenes izvēle, vēlāk pusaudzū gados bērni arī paši var izvēlēties veģetāru uzturu. Izvēloties veģetāru uzturu bērniem, būtu nepieciešama uztura speciālista konsultācija ar atbilstošas diētas izstrādi. Tomēr visiem bērniem veģetāra uztura nodrošināšana nebūtu nepieciešama, ņemot vērā, ka šobrīd nav pieejami zinātniskie pētījumi, kas pierādītu šāda uztura nepieciešamību.

I.Birzniece – pateicas par sniegto informāciju un lūdz sniegt viedokli Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas pediatrei endokrinoloģei Jurgitai Gailītei.

J.Gailīte – vērš uzmanību, ka pēdējo gadu laikā īpaši pieaug bērnu skaits ar lieko svaru un aptaukošanos, kā arī bērnu skaits ar otrā tipa cukura diabētu. Bērni ar palielinātu svaru ātrāk attīstās un pieaug, kas ir saistīts arī ar psiholoģiskajām problēmām. Kā vienu no problēmām bērnu liekā svara un aptaukošanās veicināšanā tiek minēta pārmērīga pārtikas produktu reklāma. Tāpat tiek uzsvērts, ka, lai mazinātu liekā svara un aptaukošanās attīstību, bērniem jānodrošina viegli pieejami svaigi augļi un dārzeņi.

A.Čakša – pieminot Somijas veiksmes piemēru par ievērojamu uztura paradumu uzlabošanu iedzīvotāju vidū, veicinot svaigu augļu un dārzeņu patēriņu uzturā, sāls samazināšanu un citām aktivitātēm, vaicā Uztura padomes locekļiem viedokli par nākamajiem soļiem, kas būtu veicami, lai apturētu un samazinātu liekā svara un aptaukošanās izplatību bērniem.

I.Pudule – norāda, ka liela nozīme augļu un dārzeņu lietošanai bērnu ikdienas uzturā ir ģimenes uztura paradumiem, vecāku izglītības līmenim un zināšanām par veselīga uztura pagatavošanu mājās. Tāpat pārtikas produktu reklāma un mārketinga pasākumi veido bērna uztura paradumus, veicinot pārtikas produktu ar augstu tauku, pievienotā cukura un sāls daudzumu lietošanu uzturā. Uzskata, ka izglītības iestādēs nebūtu jāizplata pārtikas produkti ar augstu enerģētisko vērtību un zemu uzturvērtību, tādējādi veidojot apkārtējo vidi, kas veicina liekā svara un aptaukošanās attīstību bērniem.

A.Brēmanis – uzskata, ka būtu jāveicina bērniem veselīga vide, nodrošinot viegli pieejamus veselīgus pārtikas produktus sabiedriskajā ēdināšanā, piemēram, kinoteātros, sporta pasākumos, u.c. pasākumos, kurus apmeklē bērni.

L.V. Neimane – uzskata, ka bērni būtu vairāk jāizglīto par veselīgu uzturu. Vienlaikus būtu jāizglīto skolotāji, kas varētu mācīt bērnus, pamatojoties uz jaunākajiem zinātniskajiem atzinumiem uztura jomā. Tāpat tiek vērsta uzmanība, ka skolās ne vienmēr tiek izmantoti Veselības ministrijas izstrādātie un citi informatīvie materiāli.

P.Apinis – uzskata, ka būtu jāveic izmaņas likumdošanā, piemēram, nosakot, ka bērniem ir tiesības dzīvot vidē, kas neveicina liekā svara un aptaukošanās attīstību. Piekrīt, ka būtu jāierobežo pārtikas produktu ar augstu tauku, pievienotā cukura un sāls daudzumu reklāmu, t.sk. „slēpto reklāmu” uz bērniem. Vienlaikus jāuzrunā arī bērnu vecāki sociālajos tīklos,

izglītojot un apmācot tos. Ņemot vērā arvien pieaugušo liekā svara un aptaukošanās attīstību bērniem, uzskata, ka būtu jāizstrādā programma bērnu aptaukošanās mazināšanai.

N.Krūzītis – uzskata, ka bērni par maz tiek uzrunāti un netiek pietiekami iesaistīti, piemēram, bērns pirmo reizi apmeklējot zobārstu saņem informāciju par pārmērīgu saldumu lietošanas ietekmi uz zobu veselību. Turpmāk, saņemot šādu skaidrojošu informāciju, bērns izprot veselīga uztura nozīmi un neizvēlas saldumus lietot ikdienas uzturā. Tāpat būtu jāpievērš uzmanība arī citiem aspektiem, vecāku izglītošanai u.c.

A.Čakša – piekrīt, ka viens no risinājumiem būtu izvērtēt iespēju izstrādāt programmu ar mērķi mazināt liekā svara un aptaukošanās izplatību bērniem.

I.Birzniece – informē, ka Sabiedrības veselības pamatnostādņēs 2014.-2020.gadam daļa no pasākumiem ir plānoti veselīga uztura un fizisko aktivitāšu veicināšana jomā. Tāpat Eiropas Savienības fondu 2014.-2020.gada plānošanas periodā ir plānoti pasākumi, veselīga uztura un fizisko aktivitāšu veicināšanai.

Uztura padomes locekļi pieņem zināšanai Latvijas Uzturzinātnes speciālistu biedrības valdes priekšsēdētājas Lailas Meijas, Latvijas Pediatru - gastroenterologu asociācijas vadītājas Ievas Puķītes, Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas pediatres endokrinoloģes Jurgītas Gailītes, ka arī citu padomes locekļu sniegtos viedokļus par veselīga uztura nozīmi bērna veselībai, augšanas un attīstības procesiem, kā arī priekšlikumus par turpmāk veicamajām darbībām. Tāpat tiks izvērtēta iespēja uzsākt darbu pie programmas liekā svara un aptaukošanās mazināšanai.

3. Par grozījumiem Ministru kabineta 2012.gada 13.marta noteikumos Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem” (turpmāk – Noteikumi Nr.172). Diskusija.

I.Birzniece – informē, ka attiecībā uz Zemkopības ministrijas iesniegtajiem priekšlikumiem grozījumiem Noteikumos Nr.172, Uztura padomes locekļiem, Latvijas Sabiedrības veselības asociācijai, ārstniecības personām, vecāku pārstāvētajām asociācijām tika lūgts sniegt viedokli un priekšlikumus. Saņemtie viedokļi tika apkopoti un nosūtīti Uztura padomes locekļiem pirms plānotās sēdes izvērtēšanai. Ņemot vērā sanāksmē diskutēto par iespēju izstrādāt programmu liekā svara un aptaukošanās mazināšanai, ārstniecības personu sniegto viedokli, kā arī to, ka grozījumi Noteikumos Nr.172 ir stājušies spēkā šā gada sākumā un šobrīd vēl notiek pārtikas ražotāju, piegādātāju un ēdinātāju adaptācija jaunajām normām, lūdz Uztura padomes locekļus sniegt viedokli, vai ir nepieciešams veikt grozījumus Noteikumos Nr.172.

I.Straume – saskaņā ar Slimību profilakses un kontroles centra aktuālākajiem pētījumu datiem, bērnu uztura paradumi pēdējo gadu laikā būtiski nav uzlabojušies, tāpēc grozījumus Noteikumos Nr.172, kas mīkstinātu jau šobrīd noteiktās normas, nav nepieciešams veikt. Tāpat norāda, ka miltu konditorejas izstrādājumi, saldējums u.c. līdzīgi pārtikas produkti nav uzskatāmi par ikdienas ēdienu, tāpēc vairāk būtu jāvērs uzmanība veselīgu uzskodu, piemēram, svaigu augļu un dārzeņu, dzeramā ūdens nodrošināšanai izglītības iestādēs.

L. Meija – piekrīt I.Straumes viedoklim un uzskata, ka skolu kafējnīcās varētu piedāvāt vairāk veselīgiem uztura pamatprincipiem atbilstošus pārtikas produktus.

I.Zepa – saskaņā ar Pārtikas un veterinārā dienesta (turpmāk – PVD) izglītības iestāžu apsekojumu rezultātiem, lielākā daļa izglītības iestāžu kafējnīcu ir pielāgojušies jaunajām prasībām Noteikumos Nr.172. Tomēr ir konstatēti atsevišķi pārkāpumi, kas saistīti pārtikas produktu piedāvājumu, piemēram, skolu kafējnīcās tiek piedāvātas sausmaizītes apaceptas eļļā.

Tāpat tiek minēts, ka atsevišķi ēdinātāji uzskata, ka miltu konditorejas izstrādājumus ar samazinātu pievienotā cukura daudzumu, būtu jāpiedāvā arī no rīta izvēles ēdienkartē.

I.Kondratjuka – norāda, ka Noteikumos Nr.172 noteiktās enerģētiskās vērtības un uzturvielu normas ir pārmērīgi augstas, tādējādi porcijas ir lielas un daļa no ēdieniem tiek izņemtas. Bērni sākumskolas klasēs pusdienās nevar apēst tik lielas porcijas. Uzskata, ka Noteikumos Nr.172 būtu jāparedz iespēja variēt, ļaujot bērniem pašiem izvēlēties ēdienu un to daudzumu.

I.Birzniece – informē, ka Noteikumos Nr.172 noteiktās uztura normas ir saskaņā ar Veselības ministrijas izstrādātajām ieteicamās enerģijas un uzturvielu devām Latvijas iedzīvotājiem, kas tika sagatavotas sadarbībā ar Latvijas diētas un uztura speciālistiem. Tomēr, ņemot vērā, ka šobrīd ir pieejami aktuālākie zinātniskie atzinumi, Veselības ministrija ir uzsākusi darbu pie ieteicamo enerģijas un uzturvielu devu Latvijas iedzīvotājiem grozījumu izstrādes. Tāpat informē, ka šobrīd Noteikumi Nr.172 neaizliedz piedāvāt bērniem vairāku ēdienu, piemēram, salātu izvēli, kā arī iespēju pievienot papildus mērci, krējumu, ievārtījumu u.c.

Z.Matuzale – jautā, vai iepriekš panāktās vienošanās ar Zemkopības ministriju par grozījumiem Noteikumos Nr.172, kā arī pieņemtie lēmumi Pārtikas nozares padomē, tiks ņemti vērā grozījumu izstrādē?

A.Čakša – norāda, ka saņemtie Zemkopības ministrijas priekšlikumi grozījumiem Noteikumos Nr.172 netika izskatīti Uztura padomē. Tāpēc Veselības ministrija par saņemtajiem priekšlikumiem lūdza sniegt viedokli ārstniecības personām un Uztura padomes locekļiem, kā arī lūdza izvērtēt nepieciešamību veikt grozījumus Noteikumos Nr.172.

I.Šure – uzskata, ka ar iesniegtajiem Zemkopības ministrijas priekšlikumiem netiks vājinātas iepriekš noteiktās prasības, bet pārtikas produkti, kurus drīkst izplatīt vispārējās un profesionālajās izglītības iestādēs papildus kompleksajai un izvēles ēdienkartei tiks papildināti ar veselīgiem pārtikas produktiem. Tāpat uzskata, ka papildus noteiktajiem ierobežojumiem, ir jāveicina arī dažādas aktivitātes veselīga uztura un fizisko aktivitāšu veicināšanas jomā, izmantojot Eiropas Savienības finansējumu, piemēram, veicinot fiziskās aktivitātes bērniem skolās mācību stundu starpbrīžos.

A.Čakša – uzskata, ka būtu jādiskutē par pārtikas produktu kvalitāti un atbilstoša uztura nodrošināšanu skolās. Īpaši uzsver, ka tādi pārtikas produkti kā gaļas produkti, saldējums, kečups u.c. nav ikdienā ieteicamie pārtikas produkti.

J.Šolks – informē, ka pamatojoties uz Pārtikas nozares padomes 9.maija sēdē nolemtu, pārtikas produktu ražotāji ir uzsākuši veikt izmaiņas produktu ražošanā un attiecīgi atbalsta grozījumu Noteikumos Nr.172 tālāku virzību.

Z.Matuzale – jautā, vai Veselības ministrija plāno izstrādātos grozījumus Noteikumos Nr.172 virzīt apstiprināšanai?

I.Birzniece – informē, ka pēc Pārtikas nozares padomes 9.maija sēdes par izstrādāto noteikumu projektu grozījumiem Noteikumos Nr.172, Veselības ministrija papildus ir saņēmusi Zemkopības ministrijas atzinumus ar precizējumiem un lūgumu papildināt pārtikas produktus, kurus drīkst izplatīt vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs papildus kompleksajai un izvēles ēdienkartei.

A.Čakša – pateicas par sniegtajiem viedokļiem Uztura padomes locekļiem un pieaicinātajiem ekspertiem. Vienlaikus informē, ka plāno tikšanos ar zemkopības ministru, lai diskutētu par Zemkopības ministrijas sniegtajiem priekšlikumiem grozījumiem Noteikumos Nr.172.

Vienlaikus, nepieciešamības gadījumā tiks sasaukta atkārtota Uztura padomes sēde, lai lemtu par grozījumu veikšanu Noteikumos Nr.172.

Pieņem zināšanai Uztura padomes locekļu sniegtos viedokļus par Zemkopības ministrijas sniegtajiem priekšlikumiem grozījumiem Noteikumos Nr.172. Nolemj, ka nepieciešamības gadījumā tiks organizēta Uztura padome sēde, lai izvērtētu nepieciešamību veikt grozījumus Noteikumos Nr.172.

L.V.Neimene - lūdz nākamajā Uztura padomes sēdē iekļaut jautājumu par pesticīdu atliekvielu kontroli pārtikas produktos.

A.Čakša – atbalsta iepriekšminēto ierosinājumu un lūdz PVD sagatavot uz nākamo Uztura padomes sēdi informāciju par pesticīdu atliekvielu kontrolēm un to rezultātiem pārtikas produktos. Vienlaikus lūdz PVD sagatavot informāciju par veikto kontroļu rezultātiem attiecībā uz izglītības iestāžu ēdināšanas pakalpojumu atbilstību Noteikumos Nr.172 noteiktajam.

Pielikumā:

1. Latvijas Uzturzinātnes speciālistu biedrības valdes priekšsēdētājas Dr.med.Lailas Meijas prezentācija „*Bērnu uzturs nākamās paaudzes veselības stūrakmens*”

Uztura padomes priekšsēdētāja

A.Čakša

Sekretariāts



L.Piķele