



Veselības ministrija

Veselības ministrijas aktualitātes veselīga uztura jomā

Maija Ceruka

Vecākā eksperte

Veselības veicināšanas un atkarību profilakses nodaļa

Rīga, 27.11.2023.



Veselības ministrija

Grozījumi 2012. gada 13. marta MK noteikumos Nr.172 *«Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem»*

Mērķi:

- pārskatīt pārtikas produktu un sastāvdaļu (cukura un sāls) daudzumu **atbilstoši veselīga uztura ieteikumiem**,
- **vienkāršot prasības** un padarīt tās saprotamākas un vieglāk izpildāmas,
- atsevišķos gadījumos sniegt iespēju **samazināt papildu izdevumus** ēdināšanas nodrošināšanai,
- **precizēt prasības attiecībā uz iepirkumiem.**



Grozījumi 2012. gada 13. marta MK noteikumos Nr.172 *«Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem»*

Pieņemti 2022. gada 27. septembrī

Grozījumu izstrādes mērķis bija arī **nodrošināt bāzi aprēķiniem skolēnu ēdināšanas finansējuma palielināšanai**, tādēļ tie stājās spēkā š.g. 4. augustā, sasaistē ar papildus finansējuma piešķiršanu skolēnu 1.-4. klasē brīvpusdienām, **palielinot vienas porcijas finansējumu no 2,15 eur līdz 3,09 eur.**

Grozījumu rezultātā ir pārskatīts produktu apjoms, kurš jānodrošina iestāžu ēdienkartēs, ierobežots ēdienam un dzērieniem pievienotā cukura daudzums, precizētas prasības iepirkumiem



Pasākumu plāns liekā svara un aptaukošanās izplatības pieauguma mazināšanai un fizisko aktivitāšu veicināšanai Latvijas iedzīvotājiem 2025.–2029. gadam

Mērķis: apturēt liekā svara un aptaukošanās izplatības pieaugumu sabiedrībā un veicināt fizisko aktivitāšu pieaugumu, tādējādi mazinot neinfekcijas slimību attīstības risku Latvijas iedzīvotājiem.

Galvenās problēmas, kuras nepieciešams risināt:

- augsta liekā svara un aptaukošanās izplatība bērnu un pieaugušo vidū;
- nepietiekama fiziskā aktivitāte sabiedrībā;
- neveselīgi uztura paradumi iedzīvotāju vidū;
- nepietiekama aptaukošanās diagnosticēšana, vienotu vadlīniju trūkums veselības aprūpes pakalpojumu nozīmēšanai aptaukošanās diagnosticēšanas gadījumā, kā arī ierobežota valsts apmaksātu veselības aprūpes pakalpojumu pieejamība aptaukošanās ārstēšanai.



Veselības ministrija

Pasākumu plāns liekā svara un aptaukošanās izplatības pieauguma mazināšanai un fizisko aktivitāšu veicināšanai Latvijas iedzīvotājiem 2025.–2029. gadam

Rezultatīvie rādītāji:

- palielinās bērnu īpatsvars, kuri ir pietiekami fiziski aktīvi: 2022. gadā – 18,1%, 2029. gadā – 22%
- palielinās pieaugušo īpatsvars, kuri brīvajā laikā veic vismaz 30 min ilgus fiziskos vingrojumus vismaz 2-3 reizes nedēļā 2022. gadā – 24,4%, 2029. gadā – 27,5.
- samazinās liekā svara un aptaukošanās izplatība:
 - 2022. gadā – 59,4 %, 2029. gadā – 57,2% (15 – 74 gadi),
 - 2022./2023.g. - 20,8%, 2029.g. - 20% (7-gadīgie skolēni).
- uzlabota veselības aprūpes pakalpojumu pieejamība:
 - vismaz 300 bērnu gadā ir piedalījušies svara korekcijas programmā,
 - vismaz 250 pieaugušo gadā ir izmantojuši aptaukošanās mazināšanas kabineta pakalpojumus.



Veselības ministrija

Pasākumu plāns liekā svara un aptaukošanās izplatības pieauguma mazināšanai un fizisko aktivitāšu veicināšanai Latvijas iedzīvotājiem 2025.–2029. gadam (2)

Rīcības virzieni:

1. Sabiedrības izglītošana un atbalsta pasākumi iedzīvotājiem ar lieko svaru un aptaukošanos;
2. Speciālistu iesaiste iedzīvotāju fizisko aktivitāšu veicināšanā, liekā svara un aptaukošanās novēršanā;
3. Veselību veicinošas vides pilnveidošana liekā svara un aptaukošanās izplatības mazināšanai un fizisko aktivitāšu veicināšanai sabiedrībā;
4. Aptaukošanās diagnostikas un ārstēšanas uzlabošana.





Veselības ministrija

Veselīga uztura ieteikumi sievietēm zīdīšanas periodā (28.12.2022.)

- enerģijas un uzturvielu uzņemšana,
- regulāras maltītes,
- veselīgu produktu iekļaušana uzturā,
- sāls un cukura patēriņa ierobežošana,
- pietiekama šķidruma uzņemšana,
- kofeīna lietošanas ierobežošana,
- alkohola nelietošana u.tml.

Gan elektroniskā, gan drukātā formātā, nodrošināta izplatīšana pašvaldību veselības veicināšanas koordinatoriem (ap 11 000 gab.).

Rīga, 27.11.2023.





Veselības ministrija

Informatīvs materiāls Latvijas iedzīvotājiem par ēdiena pagatavošanu mājās (24.10.2022.)

Par drošu izejvielu iegādi, derīguma termiņu, sastāvdaļām un norādēm uz iepakojuma, sezonalitāti, uzglabāšanu un apstrādi, higiēnas prasībām u.c.

Publicēts VM un SPKC tīmekļa vietnēs

Nodrošināta publicitāte VM, SPKC un ZM sociālo tīklu kontos



Rīga, 27.11.2023.



Veselības ministrija

Informatīvais ziņojums

Par cukuru aizstājošo saldinātāju bezalkoholiskajos dzērienos ietekmi uz cilvēka veselību un par akcīzes nodokļa palielinājumu bezalkoholiskajiem dzērieniem un tā iespējamo ietekmi uz Latvijas bezalkoholisko dzērienu ražotājiem

- Izstrādā Zemkopības ministrija sadarbībā ar Veselības, Finanšu un Ekonomikas ministrijām
- Plānots iesniegt Ministru kabinetā līdz š.g. 1. decembrim
- Iepazīties ar informatīvo ziņojumu iespējams vienotajā tiesību aktu portālā





Veselības ministrija

Informatīvais ziņojums

Par cukuru aizstājošo saldinātāju bezalkoholiskajos dzērienos ietekmi uz cilvēka veselību un par akcīzes nodokļa palielinājumu bezalkoholiskajiem dzērieniem un tā iespējamo ietekmi uz Latvijas bezalkoholisko dzērienu ražotājiem

VM paustais viedoklis:

1. joprojām **nav skaidri zināma mākslīgo saldinātāju ilgtermiņa lietošanas ietekme** uz cilvēka veselību;
2. **nepieciešams veicināt Latvijas iedzīvotāju izpratni**, ka nesaldināti dzērieni ir labākais veids, kā uzņemt nepieciešamo šķidruma daudzumu;
3. **AN sasniedz mērķi**, jo ir samazinājies patēriņam nodoto bezalkoholisko dzērienu apjoms, kuros cukura daudzums ir lielāks, kā arī saldināto dzērienu **patēriņa biežums** pieaugušo Latvijas iedzīvotāju vidū;
4. nepieciešams turpināt piemērot AN, vienlaikus **izvērtējot iespēju palielināt nodokļa likmi**, it sevišķi dzērieniem ar augstu cukura saturu.



Veselības ministrija

Sadarbības memorands par pārtikas produktu sastāva uzlabošanu

Sadarbība ar pārtikas produktu ražotājiem, lai padarītu pieejamākus tādus produktus, kuriem ir uzlabots sastāvs, samazinot pievienotā cukura, sāls un piesātināto tauku daudzumu

Noslēgts 2022. gada 31. janvārī – pievienojušies 12 pārtikas produktu ražotāji

Lai atskatītos uz paveikto un diskutētu par nākotnes perspektīvām
š.g. 6. decembrī notiks pasākums sadarbībā ar SIA «Cido Grupa»

**«Pārtikas produktu sastāva uzlabošana –
ieguldījums sabiedrības veselībā»**



Veselības ministrija

Paldies par uzmanību!

Maija Ceruka, maija.ceruka@vm.gov.lv

Rīga, 27.11.2023.