

Katsaus VRN:n kauden 2020–2023 toimintaan

Sidosryhmäseminaari – kohti uusia kansallisia ravitsemussuosituksia

26.10.2023 Ruokavirasto, Helsinki

Markku Tervahauta, VRN pj.

- MMM asettama toimielin, jonka asettaminen ja tehtävät on määritetty elintarvikelaissa (297/2021 31 §).

Tehtävät

- toimia väestön ravitsemuksen edistämisen asiantuntijaelimenä;
- laatia kansalliset ravitsemussuositukset;
- tehdä toimenpide-esityksiä ja aloitteita ravitsemuksen ja ruokajärjestelmän parantamiseksi;
- antaa lausuntoja toimialaansa liittyen; sekä
- seurata ja arvioida toimenpiteiden vaikutuksia ravitsemukseen, terveyteen ja ruokajärjestelmään.

Jäsenet 9.11.2020–8.11.2023

- **Puheenjohtaja**, pääjohtaja Markku Tervahauta, THL
- **Varapuheenjohtaja**, elintarviketurvallisuusjohtaja Sebastian Hielm, MMM
- neuvotteleva virkamies Minna Huttunen, MMM
- neuvotteleva virkamies Sirpa Sarlio, STM
- johtava asiantuntija Marja Innanen, VNK/Kestävän kehityksen toimikunta (31.3.2022 saakka)
- erityisasiantuntija Marjo Misikangas, Ruokavirasto
- tutkimusprofessori Johanna Suomi, Ruokavirasto
- tutkimusprofessori Suvi Virtanen, THL
- tutkimuspäällikkö Satu Männistö, THL
- opetusneuvos Marjaana Manninen, Opetushallitus

- ravitsemustieteen professori Maijaliisa Erkkola, Helsingin yliopisto
- ravitsemusterapian professori Ursula Schwab, Itä-Suomen yliopisto
- professori Satu Lahti, Turun yliopisto, sosiaalihammaslääketiede
- ryhmäpäällikkö Juha-Matti Katajajuuri, Luonnonvarakeskus
- pääsihteeri Marjaana Lahti-Koski, Suomen Sydänliitto ry
- ruokapalvelujohtaja Elina Särmälä, Saimaan Tukipalvelut/AMKO ry

Lisäksi	VRN:llä on päätoiminen pääsihteeri Ruokavirastossa
Rahoitus:	MMM
Kokoukset:	VRN kokoontuu 4 (-6) kertaa vuodessa Asiantuntijaryhmiä (suositusten laatiminen ja tehtäväksi annet) Jalkauttamishankkeiden ohjausryhmät
Sidosryhmä- yhteistyö	Sidosryhmätapaamiset – vakiintunut yhteistyömuoto Julkinen kommentointi (suositukset) Työpajoja

Ravitsemuksen täydentämisen seurantaryhmä (2020-2023)

- Leo Niskanen, PHHKY, pj.
- Suvi Virtanen, THL, VRN, varapj.
- Christel Lamberg-Allardt, HY
- Iris Erlund, THL
- Satu Männistö, THL, VRN
- Sarlio Sirpa, STM, VRN
- Anna Lemström, MMM
- Sari Sippola, Ruokavirasto
- Mervi Rokka, Ruokavirasto
- Harri Niinikoski, TYS/UTU
- Heli Viljakainen, HY
- Marleena Tanhuanpää, ETL
- Marjaana Ingervo, MaRa ry
- Anna Salminen, PTY
- Berit Haglund/
Jaana Martikainen, RTY (25.1.2022 alkaen)
- Arja Lyytikäinen, VRN

Tehtäviä: Ravitsemuksen täydentämisen seuranta (elintarvikkeiden täydentäminen ja ravintolisät), ravitsemusvaikutusten arviointi (väestö ja haavoittuvat erityisryhmät), toimenpide-esitysten ja suplementaatio-suositusten päivittämistarpeen arviointi, toimenpiteistä/suosituksista tiedottaminen

- Kokoa seuranta- ja arviointitietoa ja tekee ehdotuksia toimenpiteistä VRN:lle

Seurantaryhmän käsittelemiä asioita, mm.:

- **Aikuisväestön ravintoaineiden saanti ja ravitsemustila:** tuloksia D-vitamiinin, jodin, seleenin, folaatin ja raudan saannista ja biomarkkereiden pitoisuuksista seerumissa ja virtsassa (FinRavinto- ja FinTerveys 2017-tutkimukset); saannin riittävyys, status ja toimenpiteiden vaikutusten arviointi
- **Saannin ja statuksen arviointia haavoittuvissa väestöryhmissä** eri tutkimusten mukaan: lapset, nuoret, hedelmällisessä iässä olevat naiset, maahan muuttaneet, vegaanit
- **Kansallinen seleeniseuranta**, yhteistyö kansallisen seleenityöryhmän kanssa (Seleeniraportti, Luke, XI/2022)
- **Jodoidun suolan käyttö**, jodin säilyvyys ja määrä lopputuotteessa, (Selvitys HY, 2020); jodisuolan käytön seurantaa
- **D-vitamiini ja Covid-19-tauti** – tilannearviointia ja tiedottamista

- **EU lainsäädännön ajankohtaisia kysymyksiä** – säädösseuranta
- **TerveSuomi 2023 -seurantatutkimus** – tutkimusdataan sisältyvät ruoankäyttö- ja ravintoaineiden saantitiedot sekä biomarkerit
- **Kasvijuomien ja muiden kasvipohjaisten tuotteiden täydentäminen ja elintarvikkeiden rautatäydennykset** – koonti toteutumasta (2014)-2020-22 Ruokaviraston ilmoitusjärjestelmän tietojen mukaan
- **Kasvipöytäisten proteiininlähteiden koostumus** – Fineli-analyysit 2021–2022
- **Pohjoismaiset ravitsemussuositukset, NNR2023** – uusi suositus ravitsemuksellisen täydentämisen näkökulmasta
 - Esitys VRN:lle tarvittavista toimenpiteistä (saannin mallinnukset, täydentäminen, ravintolisien käyttösuositukset)
- **Toimintaraportti ja toimenpide-esitykset VRN:lle lokakuu 2023**

Julkaistut uudet suositukset



Elokuu/2021



Maaliskuu /2023

Saatavilla: www.vrn.fi → kuluttaja- ja ammattilaismateriaali → julkaisut

Ikääntyneiden ruokasuositukset käytäntöön



1. Ammattilaiskoulutus:

- Järjestetty alueelliset koulutukset ikääntyneiden parissa työskenteleville ammattilaisille kaikilla hyvinvointialueilla
- verkkokoulutus ammatilliseen täydennyskoulutukseen.

2. Ravitsemusportaali:

- yhteinen ravitsemusportaali kuntien ja hyvinvointialueiden käyttöön
- luotettavaa tietoa ja käytännön vinkkejä ikääntyneen ravitsemuksesta verkkosivuille, esim. osaksi palvelutarjottimia

3. Kampanja syksy 2023:

- ikääntyneille kohdennettu kampanja hyvästä ravitsemuksesta: "Ravitsevää ruokaa ja ruokailoa – yhdessä syöden"
- toteuttajina kuntien vanhusneuvostoja, vanhustyön-, eläkeläis-ruoka-alan ja kansanterveysjärjestöjä
- some-kampanja järjestöjen kautta
- verkkoluentoja Ikääntyvien yliopiston verkostossa sekä kansalaisopistojen liiton kautta kansalaisopistoissa
- kohderyhmän järjestämiä omia tapahtumia kampanja-aineiston avulla.



Ravitsemushoitosuositus käytäntöön



- Ravitsemushoitosuosituksen jalkauttaminen hyvinvointi-alueille sote-ammattihenkilöstölle ja sairaaloiden ruokapalvelusta vastaaville sekä päätöksentekijöille, koulutusorganisaatioille ja muille ammattiryhmille
- Hankkeelle on saatu STM:n erillisrahoitus
- Toteutuksesta vastaa VRN/Ruokavirasto, työssä osaikainen hankekoordinaattori 15.8.2023 – 15.6.2024
- Työpaketit:
 - tuotetaan koulutussisällöt ja oppimateriaali sekä järjestetään moniammatilliset alueelliset koulutukset, vähintään 15 hyvinvointialueella (toteutuu kaikilla alueilla)
 - tuotetaan verkkoaineisto paikalliseen täydennyskoulutukseen eri asiasisällöistä, hyödynnetään olemassa olevaa aineistoa

Ravitsemuksella hyvinvointia -työn jatkaminen: laaja RatePal-asiantuntijatyö 2021-2023

Määritettiin mm., mitä on ravitsemusterveyden edistäminen, keitä ovat toimijat, miten työtä organisoidaan, millaisia palveluja ja palveluketjuja rakennetaan, mitä työkaluja ja menetelmiä on hyvä käyttää, miten työ sisällytetään osaksi hyte-työtä ja miten työtä seurataan ja sen vaikuttavuutta arvioidaan.



Verkkoaineisto – tietoa, hyviä käytäntöjä ja työkaluja hyvinvointialueille, kuntiin ja yhdyspintatyöhön

Ravitsemuksella hyvinvointia



Ravitsemuksen edistämisen
johtaminen

Alueellinen yhteistyö

Ravitsemusterveyden
edistäminen



Eri väestöryhmien
ravitsemuksen
edistäminen



Varhaiskasvatus ja
perusopetus



Varhaiskasvatus ja perusopetus



Ruokapalvelut

Ravitsemusasiantuntijapalvelut
käyttöön

Järjestöt ja yleishyödylliset
yhteisöt

Elinkeinoelämä

Sosiaali- ja
terveyspalvelut



Ravitsemusterveyden edistäminen



Mitä on
ravitsemusterveyden
edistäminen



Ravitsemusterveyden
edistämisen toimijatahot ja
toimijat

Ravitsemusterveyteen
liittyvät palveluketjut



Todentaminen ja vaikuttavuus

RatePal-hanke 2021-2023

Ravitsemusterveyttä edistetään vaikuttavasti yhteistyössä



Ravitsemusterveyden edistämisen vaikuttavuutta parannetaan seuraavilla toimenpiteillä:

- A** Toiminta kohdistuu kaikkiin ikä- ja väestöryhmiin ja erityisen tuen tarpeessa olevat ihmiset on huomioitu.
- B** Toiminnan rakenteista ja käytännöistä on sovittu. Toiminnan suunnittelussa hyvinvointialueilla käytetään elintapaohjauksen tarkistuslistaa.
- C** Ravitsemusterveyden edistämisessä käytetään näyttöön perustuvia menetelmiä ja toimintamalleja ja tarjottujen aterioiden ravitsemuslaatu perustuu suosituksiin.
- D** Ravitsemusterveyden edistämistyötä tuetaan suunnitelmallisella viestinnällä ja säännöllisellä täydennyskoulutuksella.
- E** Ravitsemusterveyden edistäminen todennetaan ja vaikuttavuutta seurataan ja arvioidaan yhteisesti sovitulla tavalla säännöllisesti.

 RAVITSEMUS- JA RUOKASUOSITUKSET Terveyttä edistävä ruokavalio on kokonaisuus, jota ruokasuosituksissa havainnollistetaan ruokakolmiolla ja lautasmallilla.	 RUOKA-AINEET Koosta ateriat värikkäistä ainesosista ja vaihteile erilaisia ruoka-aineita, jotta ruokavalio pysyy monipuolisena.	 RAVINTOAINEET Ravinnon sisältämiä ravintoaineita ovat erilaiset energia- ja suojaravintoaineet, kuten hiilihydraatit, rasvat, valkuaisaineet, kivennäisaineet ja vitamiinit	 KESTÄVÄT RUOKAVALINNAT LAUTASELLA Ravitsemussuositusten tavoitteena on terveyttä edistävä ruokavalio, joka on samalla myös ympäristön kannalta mahdollisimman kestävä.
 RAVITSEMUKSELLA HYVINVOINTIA Ravitsemuksella hyvinvointia - tukiaineistoa kunnille ja sosiaali- ja terveyspalveluille	 RAVITSEMUSSITOUMUS Suomalainen toimintamalli, joka auttaa ja kannustaa ruoka-alan toimijoita sekä sidosryhmiä parantamaan ruokavaliion ravitsemuslaatua sekä edistämään ravitsemusvastuullisia toimintatapoja.	 KULUTTAJA- JA AMMATTILAISMATERIAALI Työkaluja, esitteitä ja opetusmateriaalia niin ammattilaisten kuin kuluttajien käyttöön.	 VRN Valtion ravitsemusneuvottelukunta – väestön ravitsemuksen edistäjä ja seuraaja