

Asia: VN/27997/2023

Lausuntopyyntö Kansallisesta ruokastrategiasta 2040

Luku 3.1: Reiluus ja kannattavuus

Yleisiä huomioita ja havaintoja strategialuonnoksen lukuun 3.1: Kannattavuus ja reiluus

-

Strateginen tavoite 1: Arvonlisä jakautuu aiempaa tasaisemmin ruokaketjussa

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 2: Ruokavienti ja kansainvälinen kilpailukyky kasvaa

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 3: Ruoka-ala on houkutteleva ja reilu

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 4: Tuotantoeläinten hyvinvointi lisääntyy ja lisää väliotsikko

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 5: Reilu datatalous luo arvoa ruokajärjestelmään

Huomioita ja havaintoja

-

Luku 3.2: Huoltovarmuus

Yleisiä huomioita ja havaintoja strategialuonnoksen lukuun 3.2: Huoltovarmuus

-

Strateginen tavoite 1: Riskienhallinta vahvistuu ruokajärjestelmässä

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 2: Ruuantuotannon jatkuvuus turvataan

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 3: Tuotantopanosten omavaraisuusaste nousee

Huomioita ja havaintoja

-

Luku 3.3: Luonnon kantokyky

Yleisiä huomioita ja havaintoja strategialuonnoksen lukuun 3.3. luonnon kantokyky

-

Strateginen tavoite 1: Ruokaketjun ilmastovaikutukset vähentyvät

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 2: Luonnon monimuotoisuus lisääntyy ja luonnontila paranee

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 3: Ravinnepäästöt vähentyvät ja peltojen vesitalous paranee

Huomioita ja havaintoja

-

Luku 3.4: Ruokakulttuuri ja hyvinvointi

Yleisiä huomioita ja havaintoja strategialuonnoksen lukuun 3.4. Ruokakulttuuri ja hyvinvointi

3.4.1 Nykytilakuvaus

Nykytilakuvauksessa oli nostettu esiin suomalaisten vahvuuksia ja haasteita suhteessa ruoantuotantoon ja ruokatottumuksiin. Vaikka teksti oli sinänsä hyvää asiatekstiä, siinä oli käsitteiden/termien käytössä haasteita ja osa väitteiden alkuperästä mietitytti, mihin ne perustuvat.

”Kodeissa syödään paljon puolivalmisteita ja kotona valmistetussa ruuassa tärkeintä ovat nopeus ja helppous.”

Mihin tämä väite oikein perustuu? Yleensä kuluttajaa ohjaa (tutkimusten) perusteella ennen kaikkea elintarvikkeiden hinta.

”Suomalaisten ruokatottumukset ovat pitkällä aikavälillä kehittyneet pääosin myönteiseen suuntaan, vaikka yksilölliset erot ovat suuria. Väestötasolla ravitsemussuositusten asettamia tavoitteita ei kuitenkaan ole saavutettu: esimerkiksi tyydyttyneen rasvan ja suolan käyttö on liiallista, kun taas kuidun saanti on suositusta vähäisempää. Epäedulliset ruokailutottumukset ovat yhteydessä merkittäviin terveyshaasteisiimme, kuten sydän- ja verisuonisairauksien ja tyypin 2 diabeteksen esiintyvyyteen sekä liikalihavuuteen.”

Lyhyessä tekstissä käytetään termejä ruokatottumukset ja ruokailutottumukset. Pitää valita toinen; ruokatottumukset.

Tekstissä tulisi huomioida se, että erityisesti miehillä punaisen ja prosessoidun lihan kulutus on suositukseen nähden liian suurta, ja kasvisten, marjojen ja hedelmien käyttösuositusta ei suurin osa naisista tai miehistä saavuta. Tämän lisäksi viljojen kulutus on vähentynyt. Nämä edellä mainitut johtavat osaltaan siihen, että tyydyttyneen rasvan ja suolan käyttö on liiallista ja kuidunsaanti jää suositeltua vähäisemmäksi.

Kun tekstissä on sekoitettu ruokatottumukset ja ravitsemussuositukset ravintoaineiden- ja kuidun saannille, niin tulee tunne, että lihan ja prosessoidun lihan liiallista käyttöä yritetään piilottaa.

s. 17 Termi liikalihavuus tulee muuttaa termiksi lihavuus.

Strateginen tavoite 1: Kotimaisten elintarvikkeiden käyttö lisääntyy ja ymmärrys ruokajärjestelmästä vahvistuu

Huomioita ja havaintoja

-

Strateginen tavoite 2: Mahdollisuus terveelliseen ruokaan lisääntyy

Huomioita ja havaintoj

s. 17 ”Kasvien ja vihannesten käyttö lisääntyy, ja kuluttajilla on yhä paremmat mahdollisuudet valita lautaselleen kasvipohjaisia tuotteita.”

Kasvikset itsessään sisältävät jo vihannekset (sekä juurekset ja sienet). Tulisi muuttaa muotoon: kasviksien, marjojen ja hedelmien käyttö lisääntyy tai vaihtoehtoisesti: vihannesten, juuresten, sienien sekä hedelmien ja marjojen käyttö lisääntyy.

Tässä kohtaa olisi hyvä lisätä tavoitteeksi myös palkokasvien käytön lisääminen. Perunankäyttöä tulisi lisätä myös sen pienen ilmastovaikutuksen vuoksi. Lisäksi peruna on kotimainen tuote, vrt. esim. riisi, jota käytetään vastaavana tuotteena lautasella.

Ehdotus: Kasviksien, marjojen ja hedelmien sekä palkokasvien ja perunan käyttö lisääntyy, ja kuluttajilla on yhä paremmat mahdollisuudet valita lautaselleen kasvipohjaisia tuotteita.

”Suolan, sokerin ja kovan rasvan kulutus vähentyy, ja kuidun osuus kasvaa.”

Kova rasva -termi tulee korjata tyydyttyneeksi rasvaksi.

Miksi sokeri on nostettu tähän samaan listaan? Jos nykytilassa kuvailussa on esitetty näin: ”esimerkiksi tyydyttyneen rasvan ja suolan käyttö on liiallista, kun taas kuidun saanti on suositusta vähäisempää”, niin miksi sokerin kulutus on laitettu tavoitteeksi? Nykytilan ja tavoitteiden tulisi olla linjassa. Väestötasolla sokerin kulutus ei ole liiallista, vaikka varmasti väestöryhmittäisiä eroja löytyykin. Jos sokerista halutaan jotain sanoa, niin sitten voi laittaa muotoon (mukaillen ravitsemussuosituksia): runsaasti vapaata sokeria ja suolaa sekä tyydyttynyttä rasvaa sisältävien elintarvikkeiden kulutus vähenee ja kuitupitoisten elintarvikkeiden kulutus kasvaa.

Koska tässä muutenkin puhutaan enemmän ruoka-aineista verrattuna ravintoaineisiin, niin miksi tekstiä ei laiteta muotoon:

Ruokavalio tukee yksilöllistä hyvinvointia ja terveyttä. Ruokavalio huomioidaan paremmin kriittisenä osana ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa. Terveellinen ruoka on saatavilla kaikille väestöryhmille, ja sen kulutus kasvaa merkittävästi. Kasvisten, marjojen ja hedelmien sekä palkokasvien käyttö lisääntyy sekä lihan ja prosessoidun lihan kulutus vähenee, ja kuluttajilla on yhä paremmat mahdollisuudet valita lautaselleen kasvipohjaisia tuotteita. (Tämä voi olla lisänä, jos halutaan ottaa kantaa ravintoainetasolla: Runsaasti suolaa ja tyydyttynyttä rasvaa sisältävien elintarvikkeiden kulutus vähenee ja kuitupitoisten elintarvikkeiden kulutus kasvaa). Tieteellinen tieto ruuan terveysvaikutuksista lisääntyy. Ravitsemusterveys ja kestävyys huomioidaan aiempaa vahvemmin osana kuntien, hyvinvointialueiden, järjestöjen ja yksityisen sektorin työtä.

Strateginen tavoite 3: Ruoka on osa rikasta ja elävää ruokakulttuuria

Huomioita ja havaintoja

”Maukas ja elämyksellinen kotimainen ruoka kasvattaa arvostustaan.”

Mitä tarkoitetaan elämyksellisellä? Parempi vaihtoehto olisi maukas ja ravitseva kotimainen ruoka kasvattaa arvostustaan. Jos halutaan korostaa esim. yhteisöllisyyttä myös, niin sitten ehdotus on: Maukas, ravitseva ja ruokailoa tuottava kotimainen ruoka kasvattaa arvostustaan.

Strateginen tavoite 4: Yhteisöllisyys ruuan ympärillä kasvaa ja vahvistaa hyvinvointia

Huomioita ja havaintoja

-

Luku 4: Kehitettävät valmiudet

Huomioita ja havaintoja lukuun 4 Kehitettävät valmiudet

-

Muuta kommentoitavaa

Muita huomioita strategiasta.

-

Hätönen Katja
Ravitsemusterapeuttien yhdistys ry