

RAVITSEMUSTERVEYTTÄ EDISTETÄÄN VAIKUTTAVASTI YHTEISTYÖSSÄ



Sirpa Sarlio, nvm, dos., sosiaali- ja terveysministeriö



<https://www.ruokavirasto.fi/ravitsemuksellahyvinvointia>

Mitä on ravitsemusterveyden edistäminen?

Ravitsemusterveys on hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä ravitsemuksen keinoin eri ikä- ja väestöryhmissä

Ravitsemusterveyden edistäminen



Ravitsemukseen liittyvä yleinen viestintä ja tiedottaminen

- Omaehtoista toimintaa ja pystyvyyttä tukevat digipalvelut (ruokavaliokyselyt ja omahoito ym.)
- Ravitsemus- ja ruokasuositukset
- Muu yleinen tuki terveellisen ravitsemuksen edistämiseksi

Ravitsemus osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, kasvatusta ja opetusta

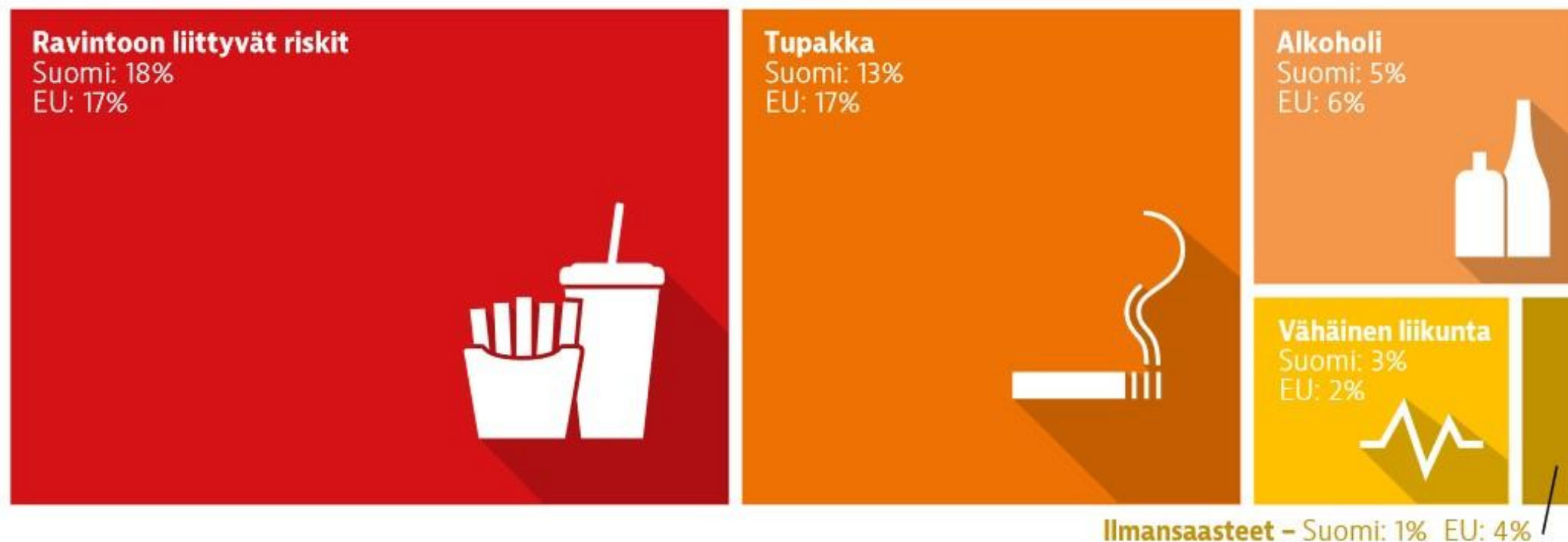
- Ruokakasvatus ja ruokapalvelut varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa. Kotitalousopetus perusopetuksessa.
- Ruokapalvelut päivä- ja palvelukeskuksissa ja työpaikoilla sekä kotiateria- ja kauppakassipalvelut
- Ruokakurssit, kuluttajaneuvonta ja muut matalan kynnyksen yksilölliset ja perhekeskeiset palvelut

Ravitsemus osana sairauksien ehkäisyä ja hoitoa

- Neuvola- ja muut neuvontapalvelut
- Sairauksien ravitsemushoito
- Ravitsemusterapia
- Kuntoutuspalvelut
- Sosiaali- ja terveystieteiden ruokapalvelut

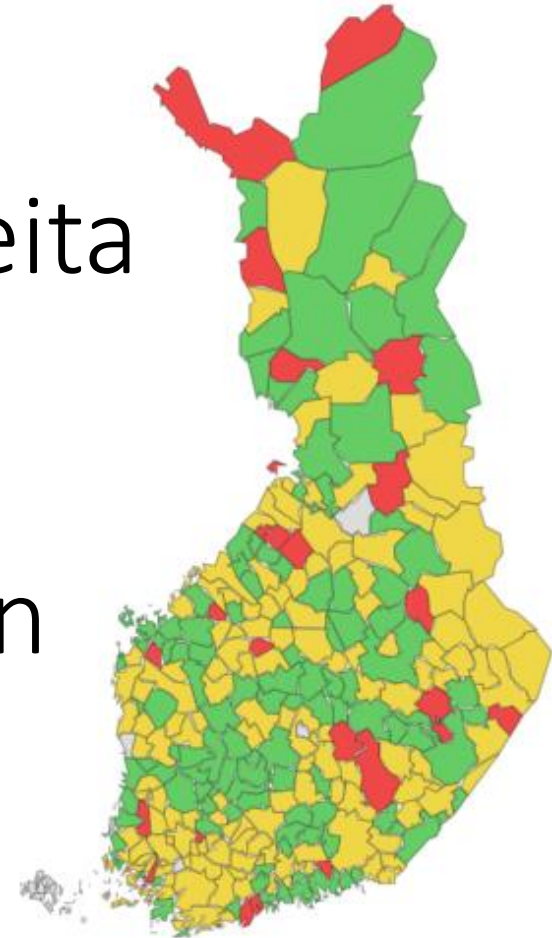
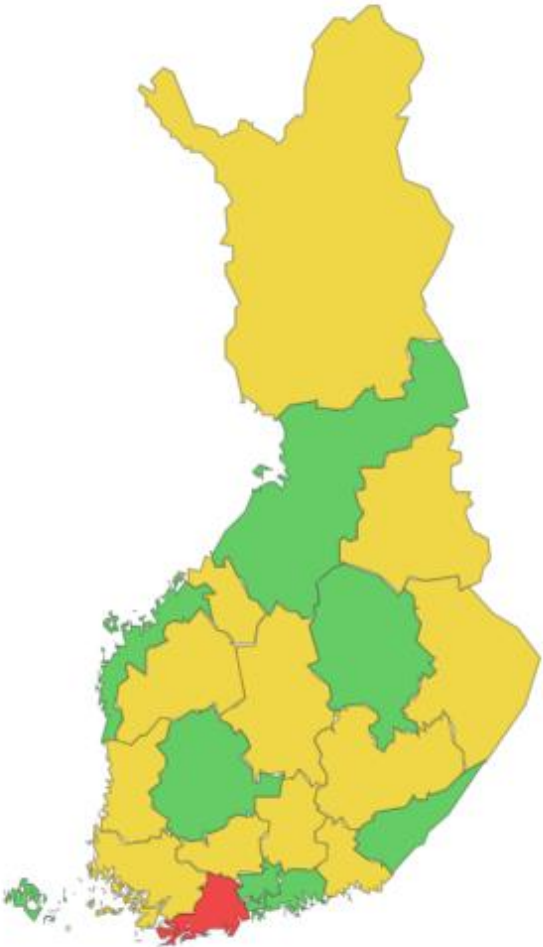
Miksi ravitsemusterveyden edistäminen on tärkeää?
→ parempi terveys, elämänlaatu, toiminta- ja työkyky,
vähemmän tautitaakkaa ja ennenaikaisia kuolemia

Kuvio 5. Suomessa yli kolmannes kuolemista voidaan selittää käyttäytymiseen liittyvillä riskitekijöillä



Miltä tilanne näyttää?

Kunnassa asetettu ikäryhmittäisiä tavoitteita ja toimenpiteitä terveyttä edistävien ravitsemustottumusten lisäämiseksi



Lähde: TEA-viisari,
Kuntajohdon kysely 2023

● Hyvä tulos (75–100) ● Parannettavaa (25–74) ● Huono tulos (0–24)

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 sovituilla tavalla säännöllisesti.

RAVITSEMUS

Asiakastietojen kirjaamisesta on sovittu hyvinvointialueiden ja kuntien kesken ja käytännöt ovat selkeitä.

Sovitaan, miten elintapaohjauksessa ravitsemusohjaus kirjataan tietojärjestelmiin (toimenpidekoodit, ICD-10-luokitus tarvitaan samaan, jos halutaan seurata vaikuttavuutta esim. T2D:een, ryhmäohjaus jne.) **ravitsemuksella hyvinvointia**. Sovitaan myös ravitsemusohjauksen kirjaamisesta omakantaan.

Selvitetään elintapaohjauksen tilannekuva käytössä olevista tietojärjestelmistä ja kirjauskäytännöistä (voi olla osana laajempaa kokonaisuutta).

Varmistetaan, että ravitsemuksen tietolähteet tunnetaan ja ovat käytössä; alue käyttää myös olemassa olevaa vertailutietoa. Käytetään oman tilannearvion tekemiseen tsekkilistoja mm. tarkistuslista hyvää ravitsemusta tukevista toimenpiteistä ja Sivistystoimen palvelujen ruokakasvatuksen ja ruokailun osalta www.nykytila.fi

Palvelujärjestelmässä on sovittu kirjaaminen ja ravitsemuksen seuranta.

Ravitsemustiedon liikkuminen asiakkaan mukana tulee turvata. Rakenteisessa kirjaamisessa tulee sopia ravitsemustiedon kirjaamisen tavat (dg:t ja elintapaohjauksen koodit käytössä).

Luodaan sopimuksellisesti rajatut oikeudet myös kunnissa ja järjestöissä tapahtuvalle ravitsemusneuvonnan kirjaamiselle.

Huolehditaan, että myös ravitsemusasiantuntijoilla on riittävä pääsy niihin asiakastietoihin, mitä ravitsemusohjauksessa tarvitaan.

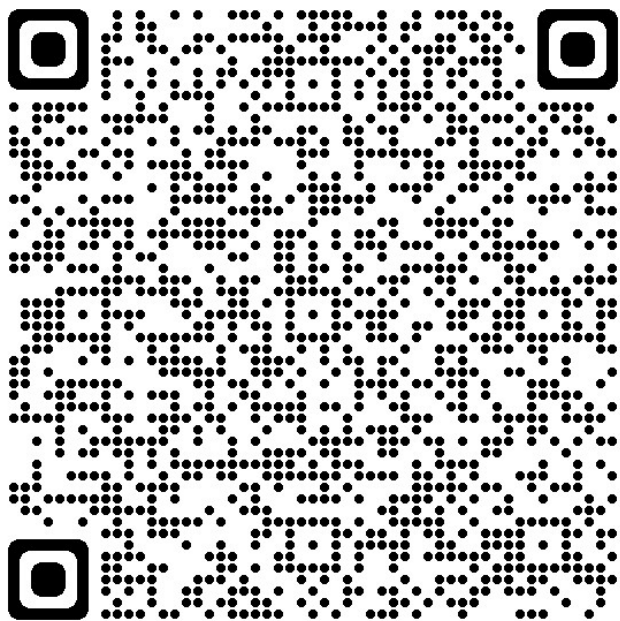
Elintapaohjauksen tarkistuslista: Työkalu hyvinvointialueille

Osa-alueet:

liikunta,
ravitsemus,
uniterveys,
päihteet ja riippuvuudet,
kulttuurihyvinvointi

Sisältö (33kysymystä)

Johtaminen ja verkostot,
Hallintorakenteet ja järjestäminen,
Kyvykkyydet ja resursointi,
henkilöstö ja sidosryhmäosallisuus,
tiedolla johtaminen & tietojärjestelmät





Aikuinen

VALTIO

Vankilat
Puolustusvoimat
Ruokapalvelut
Korkeakoulut
Kela/YTHS: Opiskeluterveydenhuolto
(korkeakouluopiskelijat)

YKSITYINEN

Ruokapalvelut ja -kaupat
Työpaikat
Urheilu- ja liikuntakeskukset
Harraste- ja hyvinvointipalvelut
Työterveyshuolto
Apteekit
Yksityisten toimijoiden
tuottamat muut palvelut

JÄRJESTÖT JA YHTEISÖT

Järjestöt
Urheilujärjestöt
Seurakunnat
Yhdistykset, esim.
potilasjärjestöjen
paikallisyhdistykset
Kuntoutumislaitokset

Ruokapalvelut
Liikuntapalvelut ja -paikat
Asuinympäristön lähipalvelut
Kirjastopalvelut
Kansalaisopistot
Toisen asteen oppilaitokset
Työllisyyspalvelut
Monialainen kunnan palvelutoiminta:
lähitorit, infopisteet, digipalvelut

KUNTA

Perustason sosiaali- ja
terveyspalvelut
Opiskeluterveydenhuolto
(toisen asteen opiskelijat)
Työterveyshuolto
Suun terveydenhuolto
Kuntouttava toiminta
Sairaanhoito

HYVINVOINTIALUE

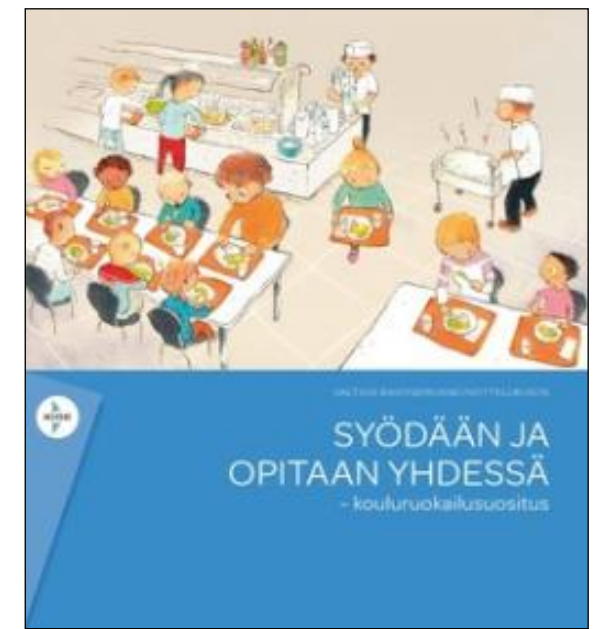
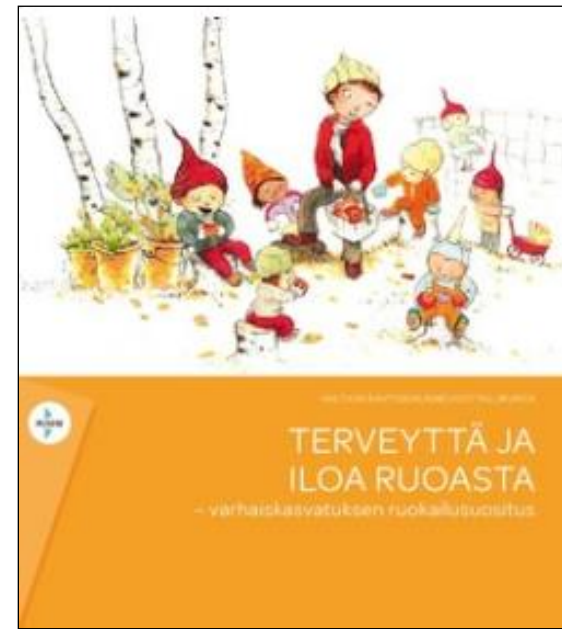
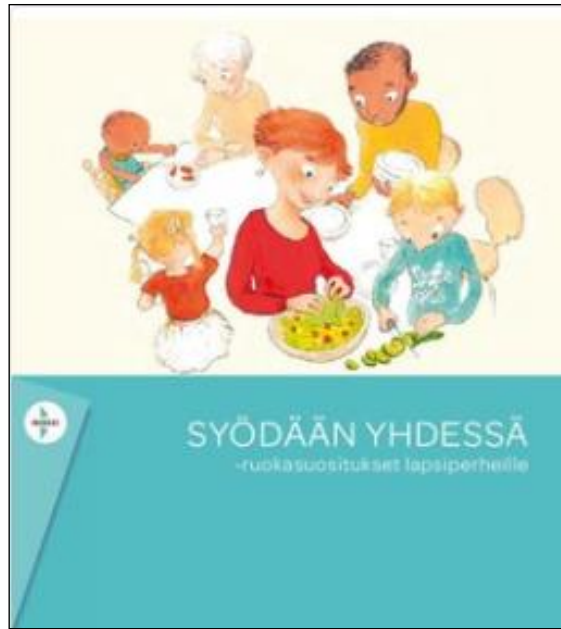
Ravitsemusterveyden edistämisessä tulee käyttää näyttöön perustuvia suosituksia ja menetelmiä



- Terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvoston (Palko) suositus epäterveellisen ravitsemuksen ja vähäisen liikunnan aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseksi
- Käypä Hoito –suositukset (lihavuus, tyypin 2 diabetes, kohonnut verenpaine, dyslipidemiat, kariuksen hallinta)
- Valtion ravitsemusneuvottelukunnan suositukset väestölle ja eri kohderyhmille, ml. ravitsemuslaadun kriteerit
- Näyttöön perustuvat toimintamallit (mm. THL ja EU arvioivat)



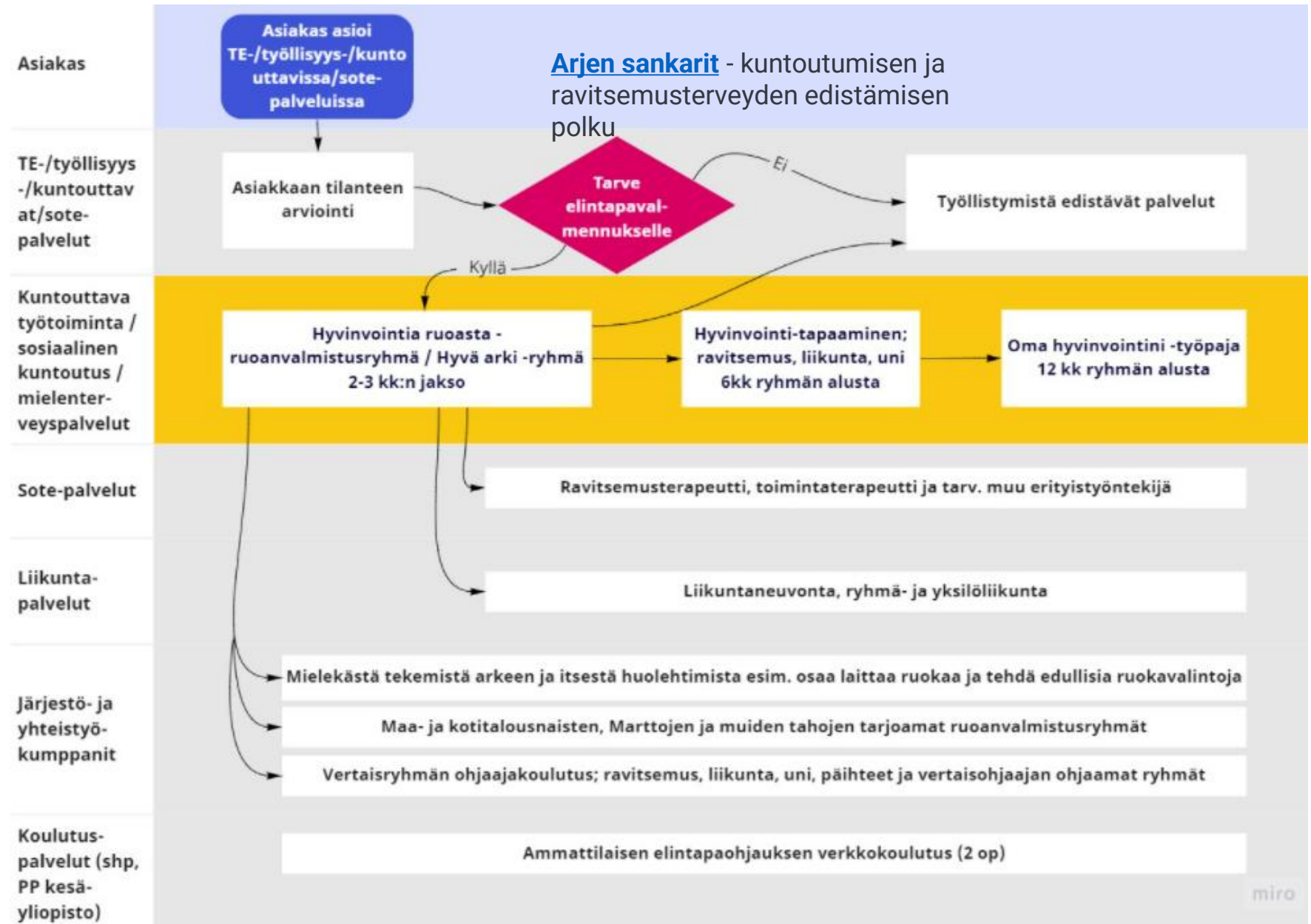
Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014



Saatavilla: www.vrn.fi

THL:n arvioinut HyTe toimintamalleja, ravitsemusterveyttä edistävät mm.

- Arjen sankarit
- Arkeen voimaa
- Finger
- Maistuva koulu
- Neuvokas perhe
- StopDia somaliväestölle
- Sydänmerkkiateria
- Tulppa-kuntoutus
- Verkkopuntari
- Painonhallintatalon laihdutusvalmennus



Ravitsemusterveyden edistämisen todentaminen ja vaikuttavuus

PANOKSET (RESURSSIT)



Elintapaohjaukseen
(ml ravitsemus)
liittyvien palvelujen organisointi

Ravitsemusasiantuntijoiden
rekrytointi

Ravitsemuksen täydennyskoulutus
moniammatillisen työn tueksi

Konsultaatio ja verkostojen
rakentaminen monitoimijaisesti
yhdyspinnoilla

Ravitsemusterveyden
seurantajärjestelmä

TUOTOKSET (MITÄ RESURSSILLA TEHDÄÄN)



Ravitsemusneuvonnan
ja -ohjauksen saatavuus
eri kohderyhmissä

Ravitsemusneuvonnan ja
-ohjauksen systemaattinen
kirjaaminen ja kuvaus
potilastietojärjestelmiin

Ravitsemusterveyden edistämistä
tukeva viestintä

Tieto ravitsemusterveyden
tilanteesta

VAIKUTUS (KONKREETTINEN MUUTOS)



Asukkaiden/potilaiden
tiedot, osaaminen ja
pystyvyyden tunne paranevat

Ruokatottumukset muuttuvat
terveellisempään suuntaan

Koettu terveys paranee

Tietämys kunnan/alueen
ravitsemusterveyden
tilanteesta paranee

VAIKUTTAVUUS (HYÖTY TERVEYDEN/ YHTEISKUNNAN KANNALTA)



Ravitsemukseen liittyvät
sairaudet/ongelmat vähenevät

Väestön toimintakyky ja
elämänlaatu paranevat

Ravitsemuksen eriarvoisuus
vähenee

Kustannusvaikuttavuus
(saatu hyöty suhteessa
panoksiin)



RAVITSEMUSTERVEYDEN EDISTÄMINEN

osana hyvinvointialueen johtamisen rakennetta ja päätöksentekoa

Toimielin*	Ravitsemusterveyden edistäminen osana poliittista päätöksentekoa
Aluevaltuusto / -hallitus	<ul style="list-style-type: none"> ■ Hyvinvointialueen strategia (hyvinvoinnin edistäminen osana strategiaa) ¹ ■ Hyvinvointikertomus ja -suunnitelma, Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, Suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi, hyvinvointisuunnitelman vuosiraportit ^{2, 3, 4, 5} (suosituksena sisältäen ravitsemukseen liittyvät tavoitteet ja toimenpiteet sekä mittarit huomioiden vähimmäistietosisältö ⁶) ** ■ Toiminta- ja taloussuunnitelma sekä tilinpäätös (sisältää mahdollisesti ravitsemusterveyteen liittyviä asioita) ■ Hankintastrategia (sisältää mm. ruokapalveluiden hankinta) ■ Hallintosäätö (vastuiden määrittely toimielinten ja viranhaltijoiden osalta) ■ Ravitsemusterveyden edistämiseen liittyvät valtuustoaloitteet (esim. toimintamallien käyttöönotto) ■ Osana päätettävää asiaa esitettävä päätösten vaikutusten ennakoarviointi voi sisältää ravitsemusterveyteen vaikuttavia arvioita ^{2, **} <p>Aluevaltuusto</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Valtuuston iltakoulut (yhtenä mahdollisuutena tuoda esiin ravitsemusterveyteen liittyviä teemoja) ** <p>Aluehallitus</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Henkilöstön työhyvinvoinnin ja työkyvyn tukeminen (mm. henkilöstöstrategia sisältäen periaatteet työaikaiseen ruokailuun ja työterveyshuoltopalvelujen sisältöön) ■ Merkittäviin hankkeisiin osallistuminen
Lautakunnat	<ul style="list-style-type: none"> ■ Toimialojen toiminta- ja taloussuunnitelma sekä käyttösuunnitelma (mahdolliset ravitsemusterveyden edistämiseen liittyvät tavoitteet ja mittarit ja toimenpiteet, kuten esim. elintapaohjaus sekä ravitsemushoito ja -hoitopolut, kuten ravitsemusterveyden edistäminen osana työttömien terveystarkastuksia ja työikäisten ravitsemushoito. Huom! HYTE-kertoimen indikaattorit) ■ Ruokapalveluihin liittyvät sopimukset (erityisesti ikääntyneet) ja sopimusten toteutumisen seuranta (Ravitsemussuosituksen toteutuminen ^{6, 7}) ■ Linjaukset yritys yhteistyöstä, kuten palvelusetelien hyödyntäminen ja ostopalvelut ravitsemusterapiassa ■ Osana päätettävää asiaa esitettävä päätösten vaikutusten ennakoarviointi voi sisältää ravitsemusterveyteen vaikuttavia arvioita ^{2, **} ■ Suositus, että viedään vähintään tiedoksi mm. valtakunnalliset suositukset ja ohjelma sekä tutkimukset ja selvitykset

* Kunnissa ja hyvinvointialueilla toimivien lautakuntien nimet, tehtävät ja vastuualueet vaihtelevat.



Miltä näyttää ravitsemusterveyden edistäminen?



- Kysely kunnissa 2022 ja hyvinvointialueilla 2023, tuloksia:
 - Ravitsemusterveyttä käsittelevä työryhmä 39% kunnista, alueilla ollaan perustamassa
 - Yhteistyötä yksikön sisällä teki 78% kunnista, yksikköjen välillä reilu puolet ja alueellista yhteistyötä alle puolet. Kunnista 86% toivoi yhteistyön vahvistamista
 - Ravitsemuksen edistämisen tavoitteet kuntien hyvinvointisuunnitelmissa parhaiten kirjattu lapsille ja lapsiperheille, vähiten heikommassa asemassa oleville
 - Kunnista 69%:ssa VRN suositusten noudattaminen ruokapalvelujen palvelusopimuksissa
 - Vastaajista 94% katsoi, että ravitsemus tulisi huomioida vahvemmin osana HyTeä
 - Hyvinvointialueilla palveluketjuja ja yhteistyötä ym. ollaan kehittämässä, alueet hyvin erilaisia. Kehitteillä mm. ravitsemusohjauksen johtamismalleja, hoitopolkuja, etäpalveluja ja verkostoyhteistyön vahvistamista. Toivotaan mm. yhteistyötä eri toimijoiden kanssa, toimintamallien ja hyvien käytäntöjen jakamista

- Lähde: Kuntakysely Antikainen ym. (2023) , julkaisemattomat hva vastaukset