

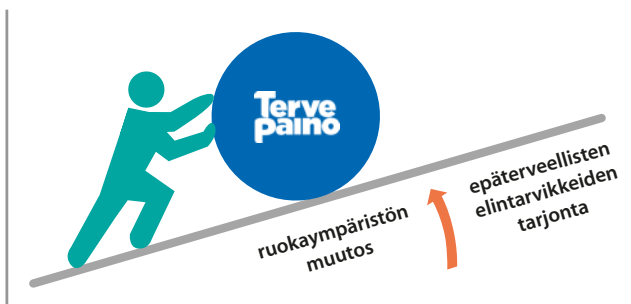


MANIFESTI

**TERVEEMMÄN
RUOKAYMPÄRISTÖN
PUOLESTA**

Terve ruokaympäristö – terveempi elämä

Epäterveellisten elintarvikkeiden runsas tarjonta on jyrkentänyt terveyden ylämäkeä.



Ylipaino on lisääntynyt hälyttävästi. Suomessa on tällä hetkellä 2,9 miljoonaa kansalaista, joilla on ylipaino. Heistä lapsia on 200 000. Ylipainon nopea lisääntyminen on seurausta epäterveellisten elintarvikkeiden valtavasti lisääntyneestä tarjonnasta.

Lihavuus aiheuttaa useita sairauksia

Lihavuus lisää sairastumista mm. tyypin 2 diabetekseen, sydän- ja verisuonitauteihin, uniapneaan, nivelrikkoon ja useisiin syöpätyyppeihin. Myös COVID-19 virus aiheuttaa vakavampia oireita henkilöille, joilla on ylipaino.

Yhteiskunnan kannalta on kysymys suurista kustannuksista. Lihavuuden aiheuttamien sairauksien väheneminen pienentäisi sote-palvelujen tarvetta, mikä auttaisi siirtämään voimavaroja muiden sairauksien hoitoon ja vanhustenhuoltoon. Lihavuuden aiheuttamat sairaudet heikentävät myös työllisyyttä, koska niiden vuoksi joudutaan useammin työkyvyttömyyseläkkeelle.

Nyt tarvitaan päätöksiä

Suomalaisille on toistuvasti jaettu terveellisen syömisen ohjeita ja annettu ravitsemussuosituksia. Ne eivät ole toiveista huolimatta estäneet väestön lihomista.

Nyt tarvitaan päättäjiltä lakeja ja säädöksiä ylipainon vähentämiseksi.

Monissa maissa on jo ryhdytty lainsäädännön avulla vähentämään epäterveellisten elintarvikkeiden tarjontaa ja kulutusta.

Keinoja ovat epäterveellisiin ruokiin ja juomiin kohdistuvat haittaverot sekä markkinoinnin ja myynnin rajoitukset. Näiden on todettu tehokkaasti vähentävän epäterveellisten elintarvikkeiden kulutusta.

Ruokaympäristö terveemmäksi

Rinnettä on madallettava muuttamalla ruokaympäristöä terveempään suuntaan.



Useimmille suomalaisille terveyden ylämäki on niin jyrkkä, ettei terveen painon säilyttäminen onnistu. Suomen pitää ryhtyä vaikuttaviin toimiin epäterveellisten elintarvikkeiden markkinoinnin ja tarjonnan vähentämiseksi.

Muiden epäterveellisten tuotteiden, kuten tupakan ja alkoholin, kulutusta on pystytty vähentämään säätelemällä niiden hintaa verotuksella ja rajoittamalla myyntiä monin tavoin. Samankaltaisia veroja ja säädotkin tulee soveltaa myös epäterveellisimpiin elintarvikkeisiin.

Kulutusta vähennettävä

- sokeripitoiset virvoitusjuomat
- makeiset, suklaa
- perunalastut, snacksit ym.
- keksit
- sokerimurot
- makkarat
- rasvaiset pikaruuat

Yhteiskunnan pitää toimia

- haittavero runsaasti sokeria sisältäville elintarvikkeille
- haittavero myös runsaasti rasvaa ja suolaa sisältäville tuotteille
- epäterveellisten tuotteiden paljousalennukset on kiellettävä, ja litra- ja kilohinnan pitää olla sama annoskoosta riippumatta
- epäterveellisten ruokien ja juomien markkinointi lapsille tulee kieltää
- energijuomien myynti alle 15-vuotiaille on kiellettävä
- ruokapakkausten etuosassa pitää ilmoittaa selvästi näkyvällä merkinnällä, jos tuote sisältää runsaasti energiaa, sokeria, suolaa tai kovaa rasvaa

Suomalaisten tuki yhteiskunnallisille toimille

Suomalaisten selvä enemmistö haluaa, että yhteiskunta ryhtyy rajoittamaan epäterveellisten elintarvikkeiden tarjontaa ja kulutusta.

Tällaisia tuloksia saatiin Terve Paino ry:n, Sosten ja Yksi Elämä verkoston vuonna 2020 teettämässä väestökyselyssä.

Suomalaisista kannattaa

- Energiajuomien kieltö alle 15 vuotiailta **83%**
- Epäterveellisten elintarvikkeiden mainostaminen lapsille kielletään **69%**
- Epäterveellisten elintarvikkeiden kilo- ja litrahinta samaksi annoskoosta riippumatta **64%**
- Sokerivero runsaasti sokeria sisältäville tuotteille **61%**

Terveyserot pienemmiksi lihavuutta torjumalla

Lihavuus on lisännyt suomalaisten terveyseroja. Kaikilla ei ole samanlaisia mahdollisuuksia pärjätä nykyisessä ruokaympäristössä. Ylipaino ja lihavuus on yhä merkittävämpi terveyserojen aiheuttaja.

Haittaverot ja muut säädökset epäterveellisten elintarvikkeiden vähentämiseksi kohdistuisivat tasapuolisesti kaikkiin väestöryhmiin.

Maissa, joissa näitä on toteutettu, on terveyden eriarvoisuus vähentynyt, ja erityisesti vähemmän osallistettujen ja köyhempien kansalaisten osastottumukset ovat muuttuneet terveempään suuntaan.

Ylipaino on lisääntynyt hälyttävästi ja aiheuttaa monia sairauksia.

Nyt tarvitaan päättäjiltä toimenpiteitä ylipainon vähentämiseksi.

Haitallisten elintarvikkeiden haittaverot sekä markkinoinnin ja myynnin rajoitukset on otettava käyttöön.

Suomalaisten selvä enemmistö kannattaa näitä keinoja.

Terve paino

Tule mukaan vaikuttamaan!

Jos haluat olla mukana vaikuttamassa, liity Terve Paino -yhdistyksen jäseneksi. Täytä jäsenanomus verkkosivullamme www.tervepaino.fi.

www.tervepaino.fi

Facebook: facebook.com/TervePaino

Twitter: [@TervePaino](https://twitter.com/TervePaino)