



TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

**Mistä muissa maissa tapahtuu?  
Suolaseminaari 8.2.2011**

Pirjo Pietinen  
Tutkimusprofessori

# Yli 30 vuoden tarina

- V. 1977 Yhdysvaltain senaatin komitea antoi ensimmäisen suosituksen väestön suolansaannista, 5 g
- Mitään ei kuitenkaan ole tapahtunut Yhdysvalloissa tällä rintamalla ennen kuin viime vuosina
- 2010 suuren työn jälkeen ”Strategies to Reduce Sodium Intake in the United States”, Institute of Medicine of the National Academies ([www.nap.edu](http://www.nap.edu))
- Tällä aikavälillä ei ole ollut minkäänlaista kunnollista monitorointia, ainoastaan ravintotutkimuksiin perustuneita laskelmia
- Bernstein AM & WC Wilettin meta-analyysi sporadisista tutkimuksista, joissa kerätty vuorokausivirtsat, Am J Clin Nutr 2010 – ei mitään ole tosiaankaan tapahtunut

# Aktiivisin maa on ollut Iso-Britannia

- 2003 Scientific Committee on Nutrition julkisti Salt and Health raportin ja suositus 6 g tavoitteeksi
- Food Standard Agencyyn suolaryhmä – kymmenkunta henkilöä ja iso budjetti
- Päästrategiana työskentely teollisuuden kanssa: laadittiin suolapitoisuuden tavoitetasot 85 elintarvikkeessa ja suostuteltiin teollisuus vapaaehtoiseen suolan vähentämiseen ja siitä ilmoittamiseen verkossa
- Näkyvä mediakampanjointi isolla rahalla
- Suolan saanti pienentynyt 9,5 grammasta 8,6 grammaan 2000-2008 – hitaampi kehitys kuin luultiin, vaikka useissa tuoteryhmissä on tapahtunut suolapitoisuuden pienenemistä
- Nyt FSA puolitettu, suolaryhmä kutistunut 3 henkilöön ja siirretty ministeriöön

# European Salt Action Network (ESAN)

- Perustettu 2008 WHO/EURO:n aloitteesta, UK FSA koordinoi – jäsenyys vain WHO:n jäsenille
- Ideana saada mukaan sekä kokeneita maita että vasta-alkajia hyvien käytäntöjen levittämiseksi
- 23/53 maasta nyt mukana
- 4 kokousta pidetty ja perustettu sisäiset verkkosivut, joissa uusinta kirjallisuutta, eri maiden strategioita, sekä metodiset ohjeet tutkimusta ja toimintaa aloitteleville (esim. mikä on minimiotos väestöstä ja metodiikka)
- Suomi mukana (STM, THL)
- Pystyykö FSA jatkamaan koordinointia?

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

# WHO:n aktiviteetit ympäri maailman

Sarja kokouksia eri puolilla maailmaa, joissa sekä seminaari teollisuuden- ym. tahojen kanssa että asiantuntijakokous:

- Lontoo 7/2010 yhdessä FSA:n kanssa teemana "Creating an enabling environment for population-based salt reduction strategies"
- Vancouver 10/2010 yhdessä Kanadan hallituksen kanssa: "Identifying the appropriate tools and protocols for monitoring and evaluationg population sodium consumption and sources of sodium in the diet"
- Tuleva kokous 2011: "The role of salt in iodine deficiency prevention"

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

# WHO/PAHO (Pan American Health Organisation)

- Vain Argentiinalla, Chilellä ja Kanadalla strategiat ennen 2009
- PAHO Expert Group muodostettu 2009 auttamaan muita maita
- Perustiedot suolan saantitasosta puuttuvat lähes kaikista maista – nyt väestötutkimuksia käynnissä
- 2010 strategiat jo USA:ssa, Kanadassa, Meksikossa, Brasiliassa, Barbadosella, Costa Ricassa, Nicaraguassa, El Salvadorissa, Guatemalassa, Belizessä, Dominikaanisessa tasavallassa ja Panamassa

# EU Framework for National Salt Initiatives 2008

- Tavoite korkeintaan 6 g saantitaso
- Minimitavoite 16 % vähennys 4 vuodessa
- Sitoutuminen vapaaehtoisista
- Hyviä kokouksia yhdessä teollisuuden kanssa – esimerkiksi leipurisektori, jossa erityisesti Saksassa ollaan hyvin vastakarvaan

# Esimerkkejä muista aktiivisista maista

- Kanada: Canadian Sodium Working Group 2007, Sodium Reduction Strategy 2010, tavoitteena 30 % vähennys vuoteen 2016 mennessä
- Irlanti: Food Safety Authority, tavoitteena vähennys 10 G:sta 6 g:aan 2003-2010
- Italia: laajat väestötutkimukset menossa, näyttää olevan isoja alue-eroja
- Slovenia: Väestötutkimus tehty ja strategian toetus menossa näkyvästi – lähtötilanne kuin meillä 30 v sitten

## Muita aktiivisia maita...

- New York City Health Department: varsin autonominen alue, tavoitteena 20 % vähennys 2008-2012, väestötutkimus 2010 suolatason selvittämiseksi, strategia otettu UK:ltä eli vapaaehtoinen vähentäminen
- Kiina: suolan vähennyskampanja aloitettu 2007, taso 12-20 g, yli 70 % suolasta lisätään ruoanvalmistuksessa, loppu soijakastikkeesta ja suolatuista kasviksista, päällysmarkinnat vapaaehtoisia

# Yhteenveto globaalista tilanteesta

- Ymmärrys suolan terveydellisestä merkityksestä, väetön suolan saantitason selvittämisen tärkeydestä, strategian ja monitoroinnin rakentamisesta levinnyt nopeasti ympäri maailman
- Suolan lähteet ravinnossa vaihtelevat kovasti: länsimaissa teollinen ruoka on tärkein, Aasiassa taas ruoanvalmistuksessa käytettävä suola
- Alueelliset verkostot tukevat yksittäisten maiden työtä

# Mitä Suomi voisi oppia muista maista?

- Meillä toimitaan kovin hajanaisesti – Suolastrategiaryhmän perustaminen?
- Seurantamme on vain väestötutkimusten yhteydessä 10 v välein tehtävä 24 h U seuranta – ei riitä
- Muissa maissa kerätään teollisuudelta tietoja suolan vähentämisestä – esim. xx. tuoteryhmän suolaa vähennetty 25 % (UK FSA:n verkkosivuilla paljon tällaista tietoa) – meillä myös tieto siitä, mikä markkinaosuus esim. vähäsuolaisilla leivillä on
- Meillä ei ole luotettavaa tietoa suurtalousruoan suolasta eikä pakkaamattomista elintarvikkeista – kuluttaja ostaa sokkona