



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

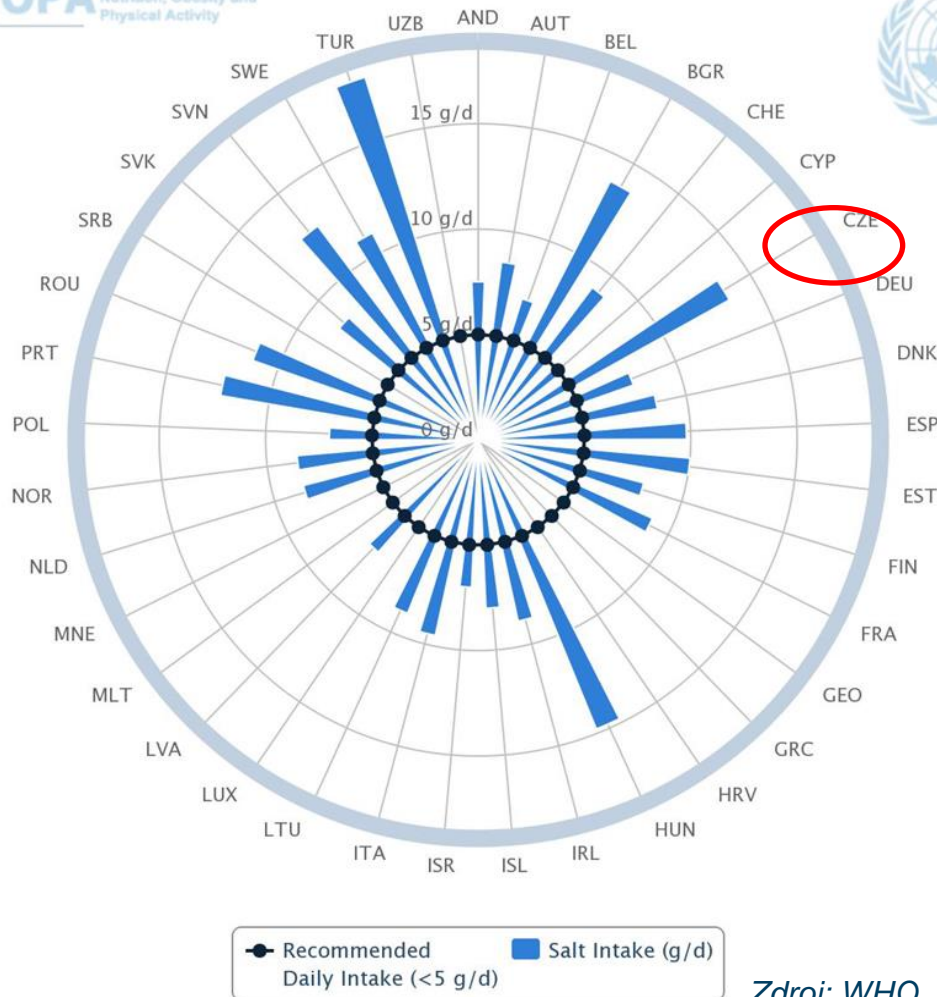
Výzva Hlavního hygienika ČR „Solme s rozumem“

MUDr. Vladimír Valenta, Ph.D.

náměstek ministra pro ochranu a podporu veřejného zdraví
Hlavní hygienik ČR

Spotřeba soli v ČR

NOPA WHO EUROPEAN DATABASE ON Nutrition, Obesity and Physical Activity



Zdroj: WHO

Sůl je pro správnou funkci organismu důležitá.

- V ČR však její současný příjem několikanásobně převyšuje doporučení, které pro dospělého činí **5 g/den**.
- Konzumace soli se v ČR pohybuje **mezi 15 a 16 g za den**.
- Přitom fyziologické potřeby soli by pokryly i 2 g soli denně.

Zdravotní rizika

- Mezi hlavní zdravotní rizika plynoucí z nadměrného příjmu soli patří **vysoký krevní tlak** a s ním spojené komplikace jako **náhlá mozková příhoda, infarkt myokardu, rakovina žaludku, osteoporóza či onemocnění ledvin.**
- Zvýšený přísun soli také způsobuje větší pocit žízně, což především u dětí vede k nadměrné konzumaci slazených nápojů a **podporuje vznik nadváhy či obezity.**
- Preferenci slané chuti lze jako návyk postupně účinně zvládnout a změnit.

Výzva

U příležitosti mezinárodní akce *World Salt Awareness Week*, která se koná ve dnech 29. 2. – 6. 3. 2016,

Ministerstvo zdravotnictví představuje

Výzvu Hlavního hygienika ČR „Solme s rozumem“

Ministerstvo zdravotnictví a hygienická služba tímto chtějí přizvat ke spolupráci všechny partnery v boji proti nadměrné konzumaci soli, zejména ostatní resorty, potravinářský sektor, restaurace, fast-foody, provozovny hromadného stravování, školní jídelny, rodiny i širokou veřejnost.

Výzva

- Vyhlášením Výzvy chceme **započít dlouhodobou spolupráci** se zainteresovanými subjekty a také chceme **podpořit rozvoj soustavných aktivit** na podporu zdraví, které povedou ke snížení příjmu soli u české populace.
- Záměrem je **docílit postupného snížení příjmu soli**, ať už formou přímého solení nebo příjmu soli obsažené v potravinách a surovinách, které nakupujeme.
Zde je velice důležitá spolupráce výrobců potravin.
- K výzvě je možné se připojit na webových stránkách **www.mene-solit.cz**.

Problematika nadměrného solení je zahrnuta i v Národní strategii Zdraví 2020

Akční plán č. 2: Správná výživa a stravovací návyky

- Klíčovou prioritou v rámci akčního plánu je **vytvoření prostředí s vhodnými potravinami a nápoji**, které budou pro obyvatele ekonomicky dostupné a snadno rozpoznatelné.
- Zásadním výstupem je **reformulace potravin** ve smyslu snížení obsahu soli a ostatních rizikových složek potravin.
- Cílem této priority je **pokles průměrné spotřeby soli** na dospělého obyvatele ČR **do roku 2020 o 20 %**. Indikátorem je dosažení snížení obsahu soli v komoditách, jako jsou **chléb a pečivo či masné výrobky**.

Světová zdravotnická organizace

Snížení příjmu soli o 30 % do roku 2025 je jedním z 9 cílů WHO Globálního akčního plánu pro prevenci a kontrolu neinfekčních onemocnění.

- Neinfekční onemocnění, zejména kardiovaskulární onemocnění, rakovina, chronické dýchací onemocnění a diabetes jsou celosvětově nejčastějšími příčinami úmrtí.
- Těmto onemocněním lze předcházet vhodnou stravou a zdravým životním stylem.





MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Děkuji za pozornost.

**MUDr. Vladimír Valenta, Ph.D.
náměstek ministra pro ochranu a podporu veřejného zdraví
Hlavní hygienik ČR**