

Agronomiliiton jäsenseminaari 27.10.2023/Arja Lyytikäinen

Hyvä puheenjohtaja Jyrki Isotalo ja toiminnanjohtaja Timo Kaunisto, hyvät Agronomiliiton jäsenet,

Agronomiliiton Vuoden vaikuttaja -tunnustuksen saaminen on henkilökohtaisesti iso asia, vetää hiljaiseksi, tekee nöyräksi ja samalla nostaa niin iloisena tunteet kattoon!

Arvostavat kiitokseni Agronomiliitolle saamastani tunnustuksesta.

Kun tunnustus annetaan henkilölle, josta sanotaan, että on vaikuttanut myönteisesti ruoka-alan kehitykseen tai näkyvyyteen sekä muutoinkin toiminut kannustavana esimerkkinä muille.

- Niin ajattelen, että olen yksi toimija, monien teidän toimijoiden joukossa, jotka tekevät yhtä lailla tunnustuksen mukaisia tekoja ihan joka päivä. Työssäni, varsinkin tänä vuonna, yhteistyön merkitys ja sen rakentaminen eri alojen toimijoiden kanssa on noussut tärkeimpään rooliin;
- tämä koskee sekä ruoka- ja ravitsemus-alaa että hyteä ja sotea – hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä ja sairauksien ravitsemushoitoa sosiaali- ja terveyspalveluissa. Kerron tästä yhteistyöstä eri toimintoihin liittyen työssäni valtion ravitsemusneuvottelukunnassa.

Ehkä aluksi on kuitenkin sallittua kertoa muutama sana omasta tarinastani. Seison tässä nyt ylpeänä juuristani, ruokaketjun monissa tehtävissä työtä tehneenä maalaistalon tyttönä, joka iloitsi tipusista kanalassa, vasikoista karsinassa ja lampaista haassa, näki, miten vilja varttuu, syysato korjataan, maito lähtee meijeriin, puutarhatuotteet kauppaan, metsän antimet pakkaseen ja papan kalastamat keväiset lahnat halsteriin.

Ruokaketjun ymmärrykseni alkoi kasvaa ensimmäisissä kesätyöpaikoissa meijerissä ja laitoskeittiössä. Ja elinikäinen ravitsemusalan ura urkeni, kun pääsin opiskelemaan Helsingin yliopistoon ravitsemustiedettä ja pätevädyin Kuopion yliopistosta ravitsemusterapeutiksi.

Monivaiheisen työkokemuksen jälkeen, kunta-, yliopisto-, yritys- ja sairaanhoitopiiritason töissä ja monien peräkkäisten lasten Sapere-ruokakasvatushankkeiden vetämisen jälkeen tulin vuonna 2014 töihin Elintarvikevirastoon, nykyiseen Ruokavirastoon Valtion ravitsemusneuvottelukunnan pääsihteeriksi. Siitä pienestä porkkanapenkkiä harventaneesta työstä oli tullut virkamies, joka edistää suomalaisten ravitsemusta informaatio-ohjauksella. Niistä saappaista tulen tähän päivään ja tämän vuoden toimiin.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta ja sen työ tunnetaan nykyisin hyvin. Lakisääteisenä toimielimenä VRN laatii kansalliset väestön ja eri ikä- ja kohderyhmien ravitsemus- ja ruokasuositukset. Lisäksi neuvottelukunta seuraa väestön ruoankäyttöä, ravintoaineiden saantia, ravitsemustilaa ja terveyttä ja tekee havaintojen perusteella tarvittavia toimenpide-esityksiä tilanteen korjaamiseksi.

Tärkeitä toimenpiteitä jo vuosien ajan ovat olleet mm. jodin ja D-vitamiinin riittävän saannin turvaamiseksi annetut elintarvikkeiden täydentämissuositukset: jodia ruokasuolaan ja D-vitamiinia maitoon. Tänä vuonna olemme tehneet laajaa arviointia yhdessä tutkijoiden ja sidosryhmien edustajien kanssa täydentämistoimenpiteiden vaikuttavuudesta erityisesti uusien kansallisten ravitsemussuositusten laatimista varten. Olemme arvioineet samalla, mitä muutoksia kesällä julkaistut pohjoismaiset ravitsemussuositukset edellyttävät. Tulossa on ilman muuta uusia ruokavaliotason mallinnuslaskelmia, jotta voidaan taata, että ravitsemuksellinen riittävyys eri kohderyhmille voitaisiin turvata.

Toinen esimerkki yhteistyöstä on sidosryhmien kanssa yhdessä kehitetty kestävä kehityksen yhteiskuntasitoumukseen kiinnitetty ravitsemussitoumus-toimintamalli, millä innostetaan mm. elintarviketeollisuutta, kauppaa ja joukkoruokailua viemään käytäntöön ruokasuosituksia ja ravitsemuslaadun

vähimmäisvaatimuksia tuotteiden reformulaatioon ja tuoteinnovaatioihin. Yhteinen tahtotila on, että ravitsemussitoutumis-toimintamalli säilyisi yhtenä mahdollisuutena tehdä näkyväksi suosituksiin perustuvia ravitsemusvasteuuttisia tekoja. Ravitsemussitoutumus voisi tulevaisuudessa kiinnittyä entistä kiinteämmin kestävä kehityksen sitoumuksiin, vaikka yhdistämällä ravitsemus- ja kestävyystavoitteita toimenpiteeseen.

Näen vahvasti, että ravitsemusterveyttä ja ruokajärjestelmän kestävyyttä viedään eteenpäin juuri tässä yhteisessä hengessä, niin, että tavoitteet integroidaan sisäkkäin, ei pelkästään rinnakkain. Kun puhumme kasvikutapainotteisesta syömisestä, se edistää sekä terveyttä että kestävyyttä. Sen näkemyksen toivoisin vahvaksi visioksi myös tuotekehitykseen ja innovaatioihin.

Ravitsemuksen edistämiseksi tärkeintä on muistaa, että kaikki suositukset ja toimenpiteet ovat vaikuttavia vasta, kun ruokaketjun eri toimijat vievät ne käytäntöön. Siten työni on entistä enemmän suositusten ja toimenpiteiden jalkauttamista ja käytäntöön viemistä. Se tarkoittaa läheistä sidosryhmäyhteistyötä eli työtä heidän kanssaan, joilla on tietotaito, osaaminen, menetelmät, kyky ja innostus kehittää ja kehittyä, olla rohkeita ”aloittelijoita”, tehdä yhdessä ja osallistaa. Mukaan tarvitaan kaikki väestön ravitsemuksen toteutuksesta vastaavat – ruokajärjestelmän toimijat kokonaisuudessaan.

Ravitsemussuositukset ovat mainitsemani informaatio-ohjausta. Myöskään VRN:n työ ei enää painotu vain suositusten laatimiseen ja julkaisemiseen, vaan niitä jalkautetaan hankkeina.

Olemme olleet onnekkaita rahoituksen saamisessa. Saimme ensimmäisen kerran edellisen hallituksen ohjelmaan kuuluvasta kansallisesta Ikäohjelma 2030:stä rahoituksen hankkeelle, joka päättyy tämän vuoden lopussa. Tämä hanke on hyvä esimerkki siitä, mitä voimme tehdä yhdessä enemmän, kun innostutaan, viesti koetaan tärkeäksi ja vaikuttavaksi ja kun saadaan toimijat laajasti mukaan ja työ resursoidaan.

Toteuttajina hankkeessa on ollut mm. ruoka-, kansanterveys- ja eläkeläisjärjestöjä, kuntien vanhusneuvostoja, Ikääntyneiden yliopistot ja Kansalaisopistojen liitto, Eläkeläiset ry, Ikäinstituutti, Vanhustyön keskusliitto ja Gery ry. Tämä kuvaa myös sitä, miten pyrimme vastaamaan ennaltaehkäisy haasteisiin – ei toimita vain siellä, missä korjataan ja hoidetaan jo tulleita pulmia ja sairauksia, vaan siellä, missä toimintakyvyn ylläpidossa on suurin potentiaali. Ravitsemusterveyden edistämiseksi etupainotus ja oikea-aikaisuus on kustannustehokkainta ja vaikuttavinta. Nyt haemme kumppanuutta siellä missä suomalaisia kohdataan, omassa lähiympäristössä, kunnissa ja kolmannen sektorin toiminnassa.

Ikääntyneiden ruokasuositusten onnistuneen hankkeen askelmerkeissä jatkamme nyt uusimman VRN:n ja THL:n yhdessä julkaiseman Ravitsemushoitosuosituksen jalkauttamista.

Sanotaan, että työ on parasta silloin, kun näkee muiden innostuvan: kaikki uudet hyvinvointialueet ovat ottaneet vastaan tarjouksemme kouluttaa sote-palvelujen ja ruokapalvelujen henkilöstöä potilaiden ravitsemushoitoon. Tärkein haaste tällä hetkellä on se, että huomataan varhain sairauteen ja ikääntymiseen liittyvä vajaaravitsemuksen riski ja hoidetaan sitä tehokkaasti.

Työ koskee kaikkia sotepalveluissa toimivia. Kysymys on toiminnasta, jolla voimme vaikuttaa terveydenhuollon kustannuksiin: hoitamaton vajaaravitseminen on kallista ja lisää terveydenhuollon kuormitusta. Tämän tiedon tarvitsevat kaikki ne, jotka tekevät sote-palvelujen järjestämiseen liittyviä päätöksiä ja vastaavat taloudesta.

Mikä meitä haastaa juuri nyt? Muutaman viime vuoden ajan olemme VRN:n työssä monien asiantuntijakumppaneiden kanssa keskittyneet ottamaan haltuun ravitsemuksen edistämistä kokonaisvaltaisesti. Sote-uudistus, hyvinvointialueiden rakentuminen ja kuntatoiminnan muutos vaikuttavat siihen, miten ravitsemusterveyden edistäminen ymmärretään ja toteutetaan. On entistä

tärkeämpää nähdä ravitseminen integroituneena yli hallinnollisten rajojen tapahtuvaksi toiminnaksi ja asukaslähtöiseksi jatkuvaksi työksi osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.

Terveydenhuollossa toimii hyvin työnsä vakiinnuttanut ravitsemusterapeuttien ammattikunta. Heitä tarvitaan asiantuntijoina, muun henkilöstön kouluttajina, ravitsemusohjauksen ja hoidon kehittäjinä ja tuottamassa monien potilasryhmien välttämätöntä ravitsemusterapiaa. Hyvinvointialueet vastaavat sote-palvelujen järjestämisestä ja niissä tapahtuvasta ravitsemusterveyden edistämisestä, Hyvinvointialue on myös velvollinen antamaan asiantuntijuuttaan yhdyspinnoilla tapahtuvaan työhön.

Kunnat vastaavat varhaiskasvatuksesta ja perusopetuksesta, mukaan lukien ruokapalvelut, ruokakasvatus ja kotitalousopetus, liikunta- ja kulttuuripalveluista, työllistymispalveluista, maahanmuuttajien kotouttamisesta ja ennakoivista asumispalveluista, joissa kaikissa tarvitaan ravitsemusterveyttä ylläpitäviä, edistäviä ja mahdollistavia toimia.

Osa ravitsemusterveyden edistämisestä on hyvin piiloista työtä, muun työn sisällä toteutuvaa, kirjaamatonta perustyötä; sitä tapahtuu, jos tapahtuu! Tämä tärkeä työ on saatava näkyväksi työksi. Tarvitsemme ravitsemusasiantuntijoita kuntiin. Tällä hetkellä kunnissa ei ole muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta palkattuja ravitsemusasiantuntijoita, mikä on suorastaan este ravitsemuksen edistämisen tehokkaille ja vaikuttaville toimille.

Lopuksi haluan kiittää teitä kaikkia Agronomiliiton jäseniä. Liitto ja liiton jäsenten toiminta yhdistää meitä ruokaketjussa toimivia maatalous-, elintarvike-, ravitsemus-, kotitalous-, kuluttaja- ja ympäristöalan osaajia. Ravitsemusasiantuntijajäsenten kautta liitymme vahvasti myös sosiaali- ja terveydenhuoltoon. Tulevaisuuden työmme on entistä enemmän yhteistyötä tässä kokonaisuudessa. Vain yhteistyöllä voimme hallita ruokamurrosta, ja ehdottomasti sen myönteisessä muutos- ja kehityskaaressa.

Visio planetaarisesta terveydestä yhdistää ajatuksen siitä, mikä on terveellistä ihmiselle, on hyväksi myös luonnolle. Kestävyys rakentuu moniulotteisesti ihmisten hyvinvoinnista, kaikille tasa-arvoisesti mahdollistetusta hyvästä ravitsemuksesta ja terveydestä, kestävästä ruokavalinnoista ja ruokaturvasta sosiaalista kestävyttä unohtamatta.