

# Výživová politika

**Mezi základní úkoly státu patří i vytvoření podmínek pro zajištění výživy svého obyvatelstva.** Není to žádná novinka moderní doby. Připomeňme si, že stavitelé pyramid ve starém Egyptě zajišťovali zdárný průběh stavebních prací i dodávkami cibule pro své otroky, což můžeme považovat za jeden z prvních pokusů o výživovou a potravinovou politiku (VPP). Běžným právem vojáka v antických armádách bylo dostat pravidelnou dávku obilí jako základ pro přípravu obilné kaše. Ve středověku se s rozvojem námořních expedic ukázalo, že námořníci trpí nedostatkem ve výživě – tzv. kurdějemí, což je karence vitamínu C. Empiricky byl tento problém vyřešen zajištěním přídelu ovoce pro posádky lodí.

Během 2. světové války byla výživa v protektorátu zajišťována lístkovým systémem, tedy opět regulací spotřeby potravin. Stojí ale za zmínku, že základem budoucí sofistikované výživové politiky v moderní době se stal systém zásobování americké armády během 2. světové války, vycházející z fyziologických potřeb člověka a jejich technického zajištění.

Výživová politika, častěji **výživová a potravinová politika, je cílené usměrňování spotřeby potravin za účelem předem stanoveného výživového cíle.** Obvykle bývá uskutečňována v rámci určitého společenství občanů, například obyvatel státu. Může být ale celková, globální, anebo zaměřená na menší celky, například na rodiny s více dětmi, důchodce a další skupiny obyvatelstva.

Uskutečnění výživové politiky spočívá v úspěšném převedení odborných a vědeckých poznatků o výživě do praktických opatření ke zlepšení nutriční úrovně obyvatelstva. Toto je klíčové pro úspěšnou realizaci výživové politiky. Přitom se vychází z předpokladu, že zdravý způsob výživy je základním lidským právem (i potřebou) a nezbytným předpokladem pro zdraví a kvalitu života. Definici výživové a potravinové politiky (VPP) uvedl Ganzin (1974) takto: "VPP může být definována jako komplex výchovných, ekonomických, technických a legislativních opatření, určených ke zlepšení projektu výživových potřeb, předpovědí spotřeby potravin a nutričních požadavků". V naší interpretaci jde tedy o **zlepšení výživy obyvatelstva ve smyslu aktualizovaných vědeckých poznatků o výživě.**

Výživa není pouhé doplnění živin a energie, zdůvodnitelné dle současného stavu vědy a poznání. Proto výživová politika musí usilovat o určitou společenskou dohodu za všeobecného konsenzu nad stavem poznání. Stát může výchovně působit jen za předpokladu neomezování svobodné volby individua. Výživová politika tedy musí vycházet z toho, že rozhodování o způsobu a charakteru výživy patří individuu (resp. jeho rodině) a politika nebude usilovat o změny v kulturní a náboženské sféře proti vůli občanů a bude respektovat skupinové či regionální odlišnosti.

Z kontextu dosavadních zahraničních i domácích zkušeností pro nás vyplývá, že výživová a potravinová politika je především uceleným souborem informací, který si neklade za cíl závaznost jediné správné cesty a neútočí na individuální možnosti rozhodování. V zásadě pouze rozšiřuje nabídku možných alternativ "správnějšího" chování. Proto by neměla usilovat o prohibiční prvky ve státní politice s výjimkou bezprostředního ohrožení života. Její charakter je alternativní, nápomocný a nabídkový.

## Výživová politika vyspělých zemí

Možnosti ovlivňování zdravotního stavu obyvatelstva prostřednictvím spotřeby potravin ve státech s vyspělou tržní ekonomikou spočívají ve **vydávání oficiálních doporučení pro spotřebu potravin**, podpořených vědeckými i politickými autoritami s využitím multimediální reklamy a nepřímými podporami (výzkum, vzdělávání, podpora nadací, podpora občanských iniciativ, "odměny" za odpovědnost k vlastnímu zdraví).

### USA

Klasickým příkladem této praxe jsou USA. V USA existuje dlouhodobá tradice vydávání výživových doporučení (Dietary Guidelines for Americans). Tato doporučení jsou vydávána Ministerstvem zemědělství (USDA) a Ministerstvem zdravotnictví (Dept. of Health and Human Services). Doporučení představují konsensus vědeckých pracovníků (institucí) a jejich význam je zvýšen autoritou státních institucí; bývají revidována ve 2 až 3-letých obdobích v souladu s pokrokem vědy o výživě a mění se strukturou spotřeby potravin.

### Kanada

Pod vlivem USA jsou podobná doporučení formulována a vydávána také v Kanadě, a to Ministerstvem zdravotnictví. Pro účely těchto doporučení jsou sestavovány dvě komise. Jedna má za úkol formulovat požadavky na výživu a je složená z vědců reprezentujících výzkum v oblasti potravin a výživy. Druhá Komise pro komunikaci podrobuje vědecká výživová doporučení marketingové analýze a na jejím základě navrhuje verzi novou, v níž se přihlíží ke srozumitelnosti, přijatelnosti a motivační stránce textu.

### Velká Británie

Ve Velké Británii do roku 2005 existoval program **Zdraví národa** (The Health of the Nation). Specifické nutriční cíle byla vyhlášena takto:

- snížit průměrné % z nasycených MK o 35 % na cca 11 % energetické dávky;

- snížit % energie čerpané se sumy lipidů o 12 % na max. 35 %;
- snížit podíl v populaci (16 – 64 let) obézních mužů o 25 % a obézních žen o 33 %;
- u dospělé populace snížit systolický tlak o 5 mm Hg sl. (snížení příjmu Na a alkoholu, snížení obezity).

Nástroje politiky byly stanoveny takto:

- využití školní výchovy, cílová skupina děti;
- využití masmedií a sociálního marketingu (zjištění mezer ve znalostech a programy na jejich odstranění);
- centrální koordinace informací a vypracovat informační výživářskou brožurku;
- nutriční školení pracovníků ve společném stravování a zpracovat nutriční směrnice pro školní stravování, restaurace a bistra, propagovat dobré příklady ve společném stravování;
- iniciovat výrobu nízkoeenergetických potravin v potr. průmyslu (např. snížení obsahu lipidů v mase a masných výrobcích);
- školit zdravotníky.

## Norsko

VPP v Norsku byla zaměřena na snížení spotřeby celkových lipidů, zejména živočišného původu, cukru, zvýšení spotřeby obilovin, ovoce a zeleniny a dokonce i ryb. Provázanost s domácí zemědělskou produkcí:

- podíl úhrady energie z tuzemských potravin zvýšit z 39 na 52 %;
- podpora rozvoje zemědělství, zejména ve vybraných regionech, ale i ve vztahu k životnímu prostředí;
- přispívat k celosvětovému dostatku potravin a podpoře rozvojových zemí.

## Skandinávské země

Skandinávské země začínají ovlivňovat použití cukru v nealkoholických nápojích, např. pokusy omezit jejich prodej ve školních nápojových automatech, dokonce uvažují o jejich zákazu. Problém je ekonomický zájem škol – dostávají odměnu na jejich instalaci.

Přístup k tvorbě a realizaci VPP je v různých zemích poněkud odlišný, ale existuje a v zásadě se soustřeďuje na **formulaci cílů, nalezení realizovatelných nástrojů** (především výchova a propagace, ale také aktivní účast vládních špiček, v USA např. i presidentů) a na **investice do marketingových metod propagace výživy a spotřeby potravin**. Na těchto investicích se většinou podílejí hlavní potravinářské firmy daného regionu včetně nadnárodních společností (v ČR např. jsou již patrné aktivity společností Nestle, Danone, Unilever a pod.). V oblasti kvality potravin a dostatečné ochrany ekonomických zájmů spotřebitele se může stát výrazným pomocníkem **legislativa (potravinový zákon, regulace kvality, informace o kvalitě zboží, kontrola)** a zejména publikování testů jako informace spotřebitele.

## Výživová politika rozvojových zemí

Většina rozvojových zemí trpí **nedostatkem prostředků pro rozvojové programy**. Navíc tyto země patří mezi populace, kde je vážným problémem **hlad**. Tyto státy jsou vesměs odkázány na mezinárodní pomoc prostřednictvím mezinárodních organizací, jako je **FAO** (Food and Agricultural Organization – Organizace pro potraviny a výživu), **WHO** (World Health Organization – Světová zdravotnická organizace) a **UNICEF** (United Nations Children's Fund - Dětský fond Spojených národů). Mezinárodní pomoc spočívá nejen v monitoringu výživové situace, ale i v nápravných opatřeních pro tyto státy. V případě výživových katastrof první pomoc spočívá v dodávkách potravin, ale **cílem koncepční mezinárodní pomoci je naučit místní obyvatelstvo, aby si své potřebné potraviny umělo vyrobit přímo na místě**. Tedy nikoliv darovat rybu, ale věnovat rybářský prut a naučit lidi s ním zacházet, mluvíme-li řečí apokryfu. Výchova spočívá i v správném způsobu skladování potravin, aby se zamezilo zbytečným ztrátám, a dobré hygienické praxi při přípravě pokrmů, aby se zabránilo vzniku a šíření alimentárních onemocnění, zejména mikrobiálního původu.

Klasickými případy uplatnění výživové a potravinové politiky ještě z dob koloniálního panství je vymizení choroby beri-beri, způsobené nedostatkem vitaminů skupiny B, vymýcení kwashiorkoru (nedostatek bílkovin a energie ve stravě) u dětí Jihoafrické republiky. Metoda spočívala v zavedení směsí obilovin a šrotů olejnatých semen (sója) bohatých na cenné bílkoviny a doplňující nedostatek některých aminokyselin v obilovinách, což snižuje jejich hodnotu. Známa je i zelená revoluce v Indii, kdy se podařilo omezit hladovění také zavedením pěstování tritikale (obilnina, která vznikla křížením žita a pšenice).

## Základní přístupy k výživové politice

K uplatnění VPP je třeba řešit všechny články tohoto složitého problému. Především se jedná o:

- sledování úrovně výživy;
- sledování vlivu výživy na zdraví populace;
- stanovení nutričních cílů;
- orientace ve spotřebě potravin ve smyslu stanovených nutričních cílů a dostupnosti zdrojů;
- vytvoření organizační struktury pro podporu výživové politiky vládními i nevládními institucemi.

Obecné principy VPP jsou obvykle koncipovány tímto postupem:

1. formulace VPP jako vhodného nástroje pro uskutečnění požadovaných změn ve výživě;
2. formulace nových požadavků, doporučení a směrů přesně v intencích nových poznatků;

3. formulace jasných cílů zaměřených na dostupnost vhodných potravin, na znalosti o výživě, kulturu a racionální chování;
4. zvážení a zohlednění vážných námitek;
5. propojení VPP se zemědělskou politikou;
6. propojení s programem obnovy a podpory zdraví a programy prevence onemocnění;
7. omezování negativního vlivu životního prostředí.

Je třeba si uvědomit, že potravinová a výživová politika není jen formulace programu a jeho organizační zabezpečení, ale i jeho realizace (tři zásady obecné politiky EU — mít program, např. zákon, mít instituci pro kontrolu jeho plnění a mít stanovené sankce za neplnění zákona).

## Nástroje výživové politiky

Nástroje výživové politiky jsou:

1. fyziologicky odůvodněné optimální potřeby výživy na skupinové i globální úrovni, jako jsou výživové doporučené dávky pro jednotlivé skupiny obyvatel (Recommended Dietary Allowances), doporučené dávky potravin, výživové trendy (Food Based Dietary Guidelines), výživová pyramida a další doporučení na úrovni výživových faktorů či potravin;
2. výsledky sledování a vyhodnocování spotřeby potravin na úrovni celkových bilancí včetně jejich nutričního vyhodnocení a statistika spotřeby potravin na základě rodinných účtů, umožňující hodnotit diferencovanou spotřebu potravin u skupin obyvatelstva;
3. terénní a klinické výzkumy výživového stavu různých skupin obyvatelstva v porovnání s jejich spotřebou potravin, včetně cílených výzkumů na nejvíce ohrožené skupiny obyvatelstva;
4. údaje o chemickém složení potravin a surovin na jejich výrobu jako nástroje pro vyhodnocování spotřeby potravin; tedy potravinové databáze složení včetně softwarových programů na rychlý a spolehlivý výpočet celkového nutričního přínosu jednotlivých pokrmů a celé stravy.

## Výživová politika v České republice

V době centrálního plánování byla předmětem řízení i výživová a potravinová politika. Cílem VPP bylo zásobování obyvatelstva potravinami za přijatelnou cenu. Vzhledem k tomu, že obyvatelstvu nebyla vládnoucí vrstva schopna nabídnout širší možnosti jak utratit své peníze (zahraniční cesty, průmyslové zboží, vzdělání apod.), stalo se zásobování potravinami úhelným článkem zabezpečení spokojenosti obyvatelstva a současně metodou jak odčerpávat volné peníze od obyvatelstva. K uměle udržované spokojenosti byly navíc ceny potravin silně dotovány, tj. prodávaly se za ceny nižší než byly ceny výrobní. Takže vlastní realizace výživové a potravinové politiky byla snaha o maximální omezení front na potravinářské výrobky, což se u produktů domácího původu jakž takž dařilo, u dovážených komodit již jen sporadicky a s velkým úsilím. Tedy praktická výživová politika byla zaměřena na uspokojení spotřebitelské poptávky v netržním prostředí. Hledělo se na zajištění kvantity a velké kompromisy byly činěny v oblasti jakosti. Na druhé straně se rozvíjely aktivity spočívající k upřesňování nástrojů pro výživovou politiku, tedy byly financovány terénní výživové průzkumy, práce na rozpracování výživových doporučení, fungovala statistika spotřeby potravin včetně jejího nutričního vyhodnocení a konečně se podporovaly práce při zjišťování složení potravin pro tabulky a potravinové databáze. Relativně dobře fungovaly i systémy dozoru nad zdravotní nezávadností potravin. Mezi pozitivum lze zahrnout i propracovaný systém dotovaného školního stravování ve téměř všech úrovních vzdělávání dětí a mládeže a také stravování vojsk, řídicí se vědecky podloženými fyziologickými potřebami na základě fyzické zátěže jednotlivých druhů vojsk.

Odstraněním centrálního plánování a uvolněním iniciativy pro výrobce i dovozce potravin se výrazně rozšířil nabízený sortiment potravin. Odbouráním dotací cena potravin se zvýšila a tím se omezila nadměrná spotřeba celé řady potravinových komodit, jako např. masa a masných výrobků, obilovin, mléka a mléčných výrobků, živočišných tuků. Naopak vyšší a celoroční nabídka umožnila vyšší spotřebu zeleniny a ovoce, zejména jižního, zvýšila se spotřeba rostlinných tuků a olejů. Změna ve spotřebě se týkala dalších komodit. Tyto změny ve spotřebě však nebyly vyvolány cílenou výživovou politikou, ale především změnou cen, i když dřívější propagace racionální výživy mohla sehrát svoji výchovnou roli také. Nelze zapomenout ani na výzkum v oblasti kojenecké výživy, který vyústil do receptur a výroby adaptovaných mlék na celostátní úrovni.

Na počátku devadesátých let byl založen program Obnovy a podpory zdraví, který definoval také roli výživy jako jednoho z předpokladů zdraví občanů. Tento vládní program však v rámci jiných naléhavých problémů ve zdravotnictví bohužel vyšuměl do ztracena, i když určité pozitivní výsledky byly dosaženy, např. ve stanovení inovovaných výživových směrů pro českou populaci.

Mezi další aktivity výživové politiky České republiky lze počítat **zachování systému školního stravování** pro zajištění stravování dětí a mládeže v podmínkách značné zaměstnanosti matek. Školní stravování je centrálně řízeno tím, že MŠMT vydává vyhlášky, upravující a předepisující nutriční hodnoty předkládané stravy při zachování naprosté volnosti při volbě jídelniček. Školní stravování je dotováno částečně ze státního rozpočtu a slouží nejen k nasycení strávníků, ale i jako příležitost získat správné stravovací návyky. V té druhé funkci školního stravování je ještě mnoho příležitostí ke zlepšení současného stavu.

Od r. 1999 byla zahájena MZe akce „školní mléko“, která využívá iniciativ výrobců mléka a společnosti Laktea, která již distribuovala do škol mléko sponzorsky dotované výrobcí. Tentokrát iniciativa „školní mléko“ byla dotována státem a měla za cíl posílit zásobení dětí vápníkem, a přízně se na to, také posílit odběr a spotřebu tekutého mléka. Tato akce přes počáteční spory o tom, zda se má nabízet školní mládeži mléko slazené a plnotučné, se dnes ustálila na širší nabídce a pomalu se rozšiřujícím spektrem odběratelů – škol. Tím se ČR zařadila do celosvětové akce školních mlék, iniciovaných FAO.

Z dalších aktivit v rámci výživové politiky v ČR je možno jmenovat práci **Jodové komise**, řešící nedostatek jodu ve spotřebě, dále **fortifikaci potravin vitaminy a minerálními látkami**, např. fluorizace pitné vody apod.

## Příklady nesprávné výživové a potravinové politiky

Uplatňování VPP se může dít pouze na úrovni doporučení a příkladů. Nelze „revolučně“ přehlížet tradice, zvyklosti a přání obyvatelstva.

Klasickým případem úředního znásilňování ve jménu „správné výživy“ byla v roce 2001 snaha odejmout z pěstounské péče vegetariánské babičky dva vnuky s odůvodněním, že se „nezdravě“ stravují a tudíž je ohroženo jejich zdraví. Ano, vegetariánství, zejména veganství – úplné vyloučení potravin živočišného původu, je velmi rizikový způsob stravování. Je však také pravdou, že správně složená vegetariánská strava může být adekvátní potřebám. Tento argument používají vegetariáni při kritice „nezdravé konvenční“ stravy, přičemž zapomínají, že i správně složená konvenční strava může rovněž odpovídat fyziologickým potřebám člověka. Na druhé straně **Společnost pro výživu ve snaze vyhovět přání vegetariánského stravování vypracovala receptář vegetariánských pokrmů**, který odpovídá oficiálním požadavkům na příjem živin pro žáky příslušných věkových kategorií, což umožní zařazovat nejen jednotlivé vegetariánské pokrmy do školního stravování, ale současně se vyhnout rizikům nedostatečného příjmu některých živin z jednostranné výživy.

VPP mohla v totalitárních státech sloužit jako prostředek k oslabení rodiny tím, že se zavedla politika podpory veřejného stravování. To může sice zlepšit stravování některých skupin obyvatelstva, ale politický tlak na jednotnost a uniformitu vedle ignorance individuálních chuťových preferencí vyvolává u obyvatelstva nespokojenost a odpor.

Oficiální těžko zdůvodnitelné ovlivňování spotřeby potravin provedlo MZe i v ČR tím, že předepsalo na kartonech mléka s obsahem tuku nejprve uvádět označení „odstředěné mléko“ namísto původně předepsaného označení „nízkotučné“ mléko (jde o mléko s obsahem tuku do 0,5 %, skutečné odstředěné mléko má obsah tuku do 0,1 %) s cílem omezit spotřebu tohoto produktu, aby se částečně vyřešil problém přebytku mléčného tuku. Protože toto opatření nebylo úspěšné, dalším krokem byla povinnost označení obalů sdělením „s velmi nízkým obsahem vitaminů rozpustných v tucích“. Toto tvrzení je účelové a velmi zavádějící, protože kdyby se veškeré spotřebované tekuté mléko nahradilo mlékem polotučným, příjem vitamínu A by se zvýšil u populace o necelá 3 %, u ostatních v tucích rozpustných vitamínech by to bylo zhruba na stejné nebo nižší úrovni. „Péče“ o zdraví obyvatelstva na druhé straně nedonutila stejné ministerstvo prosadit označení uzenin „s rizikovým obsahem cholesterolu“, ostatně byla by to stejná hloupost, jako je popsáné vynucené označení odstředěného mléka.

Při realizaci VPP se nesmí přecenit ani ekonomické možnosti obyvatelstva. Např. nelze doporučovat pečivo z celozrnné mouky, když k dispozici nejsou chlebové obiloviny, ale převážně rýže.

## Výchova ke správné výživě jako součást VPP

Výchova ke správné výživě je velmi důležitou složkou výživové a potravinové politiky. Probíhá ve více rovinách, z nichž nejdůležitější je rodina, škola a veřejná media.

První krůčky k budoucímu výživovému chování učiní dítě již v kojeneckém a předškolním věku, v rodině. Např. nerespektováním reakcí kojence na nové vjemy při zavádění příkrmů ke kojení může vzniknout odpor k některým potravinám – **neofobie**, strach s nového. Nutriční návyky dětí záleží na nutričním uvědomění rodičů, které bývá ovlivněné vlastními zkušenostmi, poradami pro matky a děti a sdělovacími prostředky. Vedle výběru vhodných pokrmů a potravin se dítě doma a později v mateřské školce naučí pravidelně přijímat stravu a začne si vytvářet první stravovací návyky. Postupně začne ovládat i základy stolování. Spolupráce školy a rodiny je samozřejmě velmi žádoucí.

Na základní škole vedle pokračující výchovy v rodině k tomu přistupuje účast na školním stravování, kde vedle funkce nasycení se může uplatnit i funkce vzdělávání, což závisí na úrovni školy. V pracovní výchově mohou dívky získat základy přípravy stravy. Velmi důležité je, aby nutriční výchova v rodině i ve škole byla kompatibilní.

Čím vyšší stupeň vzdělání, tím je větší možnost setkání s výukou zásad správné výživy, zejména v biologických typech vzdělání. Nicméně samostatný obor studia výživy není na našich vysokých školách možný. Výživa se přednáší v rámci studia medicíny z hlediska fyziologických potřeb, na VŠCHT v Praze a zemědělských univerzitách z hledisek technologie stravy a surovinového zabezpečení, na veterinárních fakultách z pohledu zdravotní nezávadnosti, společné stravování vedle VŠCHT se přednáší i na Vysoké škole pozemního vojska ve Vyškově (nyní Univerzita Zlín). Většina těchto vysokých škol pořádává i postgraduální kurzy pro své absolventy i v oblasti výživy.

Střední školství pro oblast výživy je zabezpečováno jednak učňovskými středisky výchovy profesí typu kuchař, číšník, cukrář, existuje Střední škola společného stravování a Společnost pro výživu pořádá pravidelné postgraduální kurzy pro kuchaře školních jídelen.

Výživa bývá i náplní mnoha časopisů a denního tisku. Odborné publikace a populární časopisy jsou však rozdílné úrovně a mnohdy honba za senzací může vést k poskytování nevěrohodných informací. Proto je dobré si vybrat takové informace, které jsou založeny na informacích renomovaných odborníků, kde měřítkem je jejich příslušnost k renomovaným pracovištím. Účinné jsou vzdělávací pořady v nejrozšířenějších médiích, rozhlasu a televizi, zvláště jsou-li pečlivě připraveny jak z hlediska věcného, tak i z hlediska přitažlivosti.

V mezinárodním měřítku jsou renomovanými autoritami jednak organizace přidružené v OSN, jako je FAO, WHO, UNICEF, ale i nevládní vědecké organizace, jako jsou např. IUNS (International Union of Nutritional Societies – Mezinárodní unie společností pro výživu), kde je členem i Společnost pro výživu. Součástí je IUNS je evropská FENS

(Federation of European Nutrition Societies – Federace evropských společností pro výživu). Výživoví experti se sdružují v organizaci EANS (European Academy of Nutrition Sciences – Evropská akademie nutričních věd).

Na úrovni ČR působí Společnost pro výživu s vlastním časopisem Výživa a potraviny se stálou přílohou „Zpravodaj školního stravování“, dále Forum výživy a další organizace, třeba vznikající organizace spotřebitelů, vegetariánský svaz apod. Toto jsou nevládní organizace. Na vládní úrovni působí v rámci hygienické služby Státní zdravotní ústav, rady pro výživu při MZd a dozorové orgány na zdravotní nezávadností potravin při MZe.

## Odkazy

### Související články

- Výživová politika vyspělých zemí
- Výživová politika rozvojových zemí
- Základní přístupy k výživové politice
- Nástroje výživové politiky
- Výživová politika v České republice
- Příklady nesprávné výživové a potravinové politiky
- Výchova ke správné výživě jako součást VPP

### Zdroj

- PERLÍN, Ctibor. *Výživová politika* [online]. [cit. 2012-03-09]. <<https://el.lf1.cuni.cz/p88308799/>>.