

DZIAŁALNOŚĆ I ROZWÓJ KRAJOWEGO  
PUNKTU INFORMACYJNEGO  
„ŻYWNOŚĆ, ŻYWIENIE, ZDROWIE?”

Zadanie realizowane w ramach wdrażania w Polsce  
Globalnej Strategii w sprawie Żywności  
i Zdrowia  
"Aktywności Fizycznej i Zdrowia"

Kierownik projektu:  
prof. dr hab. med. Mirosław Jarosz  
Dyrektor Instytutu Żywności i Żywienia

Warszawa 2005



## **I. DZIAŁALNOŚĆ I ROZWÓJ KRAJOWEGO PUNKTU INFORMACYJNEGO „ŻYWNOŚĆ, ŻYWIENIE, ZDROWIE”.**

Przygotowując się do realizacji w Polsce „Globalnej Strategii w sprawie Żywienia, Aktywności Fizycznej i Zdrowia” Instytut podjął zbiór działań na rzecz wzmocnienia systemu ochrony zdrowia publicznego poprzez wzrost świadomości zdrowotnej żywności, poprawę jakości i sposobu żywienia, stanu bezpieczeństwa żywności oraz stanu odżywienia ludności z wykorzystaniem potencjału Krajowego Punktu Informacyjnego (KPI) „Żywność, Żywienie, Zdrowie” oraz zaplecza intelektualnego i specjalistycznego Instytutu Żywności i Żywienia (IŻŻ).

KPI stanowi integralną część IŻŻ i posiada pełne wsparcie merytoryczne w kadrze i bazie Instytutu.

Punkt ten we współpracy ze środkami społecznego przekazu, medycznymi towarzystwami naukowymi, społecznymi organizacjami oświatowymi i instytucjami odpowiedzialnymi za edukację podyplomową rozpoczął realizację zadań związanych z wdrażaniem Strategii WHO.

### **Zadania realizowane przez KPI:**

1. Upowszechnianie wśród ogółu ludności współcześnie przyjętych zasad prawidłowego żywienia.
2. Upowszechnianie i publikowanie zaleceń żywieniowych w prewencji przewlekłych chorób niezakaźnych.

Upowszechniane zalecenia będą dotyczyły żywieniowej prewencji przede wszystkim:

- a. otyłości
- b. chorób układu krążenia
- c. cukrzycy typu 2
- d. osteoporozy
- e. alergii pokarmowych
- f. nowotworów złośliwych
- g. chorób układu pokarmowego
- h. wola endemicznego
- i. różnych form niedożywienia, tak energetyczno-białkowego jak i witaminowo-mineralnego

**3. Prowadzenie poradnictwa dietetycznego poprzez ogólnopolski program internetowy dla osób zdrowych w celu prewencji przewlekłych chorób niezakaźnych oraz dla chorych z chorobami układu krążenia, cukrzycą typu 2, nowotworami złośliwymi, osteoporozą, dla osób w wieku podeszłym oraz kobiet ciężarnych i karmiących.**

**4. Upowszechnianie norm żywienia i norm wyżywienia.**

Będą upowszechniane normy żywienia i opracowane na ich podstawie normy wyżywienia dla:

- a. różnych grup ludności Polski (z uwzględnieniem płci, wieku, stanu fizjologicznego i poziomu aktywności fizycznej)
- b. osób leczonych w szpitalach.

**5. Upowszechnianie informacji na temat wartości odżywczej produktów żywnościowych - pomocnych w prewencji i zwalczaniu chorób żywieniowo zależnych.**

Informacje na temat wartości odżywczej opublikowane zostały w monografii „Tabele składu i wartości odżywczej żywności”. Tabele te zawierają dane o wartości energetycznej i zawartości 81 składników odżywczych w 932 produktach spożywczych i potrawach. Ponadto znowelizowana została monografia "Wartość odżywcza produktów spożywczych i typowych potraw" (PZWL 2005, wyd. IV uaktualnione), w której ujęte zostały informacje dotyczące zawartości 24 składników odżywczych, wartości energetycznej oraz procentowego udziału energii z białka, tłuszczu i węglowodanów w 660 produktach i potrawach. Informacje te będą udostępnione w postaci komputerowej bazy podstawowych danych na stronie internetowej KPI oraz licencjonowanej poszerzonej bazy danych na nośnikach elektronicznych.

**6. Upowszechnianie zaleceń dotyczących leczenia żywieniowego i postępowania dietetycznego w różnych stanach chorobowych pacjentów w szpitalach.**

**7. Upowszechnianie wśród lekarzy, pielęgniarek, dietetyków i pacjentów informacji na temat możliwych interakcji pomiędzy żywnością, suplementami diety i ziołami a lekami.**

Rozwijana jest baza zawierająca informacje na temat:

- a. sposobu zażywania leków (obecnie ponad 2000) w relacji do posiłku,
- b. interakcji suplementów diety z lekami,
- c. interakcji ziół z lekami.

**Upowszechnianie informacji na temat produktów spożywczych o działaniu alergizującym:**

- a. głównych alergenów pokarmowych wraz ze wskazaniem możliwości ich występowania,
- b. substancji dodatkowych o działaniu alergizującym wraz ze wskazaniem możliwości ich występowania w produktach spożywczych i posiłkach,
- c. ziół i przypraw o działaniu alergizującym,
- d. grup środków specjalnego przeznaczenia żywieniowego,
- e. suplementów diety.

**9. Upowszechnianie baz danych na temat:**

- a. suplementów diety
- b. żywności ogólnego spożycia wzbogacanej w witaminy i składniki mineralne
- c. żywności genetycznie zmodyfikowanej
- d. nowej żywności

**10. Upowszechnianie informacji z obszaru bezpieczeństwa żywności, szczególnie w zakresie roli zanieczyszczeń żywności w patogenezie przewlekłych chorób niezakaźnych.**

**11. Upowszechnianie informacji z obszaru prawa żywnościowego, wspierającego prewencję przewlekłych chorób niezakaźnych.**

Upowszechniane będą szczególnie informacje o regulacjach prawnych w zakresie:

- a. oświadczeń zdrowotnych
- b. znakowania żywności
- c. suplementów diety
- d. żywności specjalnego przeznaczenia żywieniowego
- e. żywności wzbogacanej
- f. nowej żywności
- g. żywności genetycznie zmodyfikowanej
- h. substancji dodatkowych
- i. systemów zapewnienia jakości.

**12. Upowszechnianie wyników badań realizowanych przez IŻŻ w ramach projektów Unii Europejskiej niezbędnych dla podnoszenia stanu edukacji żywieniowej i zdrowotnej ludności, w celu zmniejszania ryzyka występowania chorób dietozależnych.**

Projekty Unii Europejskiej realizowane przez Instytut:

- a. *Chemical Food Safety Network for the enlarging Europe (SAFEFOODNET)*  
Celem projektu jest harmonizacja i integrowanie infrastruktury i działalności krajów kandydujących do Unii Europejskiej i nowych członków UE w zakresie

chemicznego bezpieczeństwa żywności ze „starymi” krajami członkowskimi oraz utworzenie sieci naukowców, grup badaczy i instytucji do zapewnienia kontaktu z Europejskim Urzędem ds. Bezpieczeństwa Żywności.

W ramach projektu utworzona została sieć instytucji działających na rzecz bezpieczeństwa żywności we współpracy z EFSA. Dokonane zostanie rozpoznanie sytuacji Polski na tle innych krajów europejskich w zakresie realizacji zadań z obszaru bezpieczeństwa żywności. Wyniki z opracowanych raportów zostaną opublikowane na przygotowanej w ramach projektu stronie internetowej. Zdefiniowane zostaną podobieństwa i ewentualne różnice, a także potencjalne braki w systemie bezpieczeństwa żywności.

Przy realizacji projektu współpracuje 20 instytucji z 17 krajów europejskich.

*b. Food Safety - Forming a European platform for protecting consumers against Health risks (SAFEFOODERA)*

Celem projektu jest wprowadzenie innowacyjnych programów dotyczących bezpieczeństwa żywności, w tym zanieczyszczeń chemicznych i mikrobiologicznych (głównie *Campylobacter jejuni*), oraz podstaw naukowych wdrażania HACCP. Projekt realizowany jest przez 18 krajów europejskich.

*c. Pan-European Pro-Active Identification of Emerging Risks in the Field of Food Production (PERIAPT)*

Celem projektu było wypracowanie mechanizmów służących poprawie wymiany doświadczeń i zbierania informacji w obszarze wczesnej identyfikacji nowych, potencjalnie możliwych zagrożeń zdrowia („Emerging Risk”) poprzez zanieczyszczenia żywności na przestrzeni całego łańcucha przetwórstwa żywności i pasz na rynku krajów UE. W projekcie uczestniczyło 6 krajów europejskich.

*d. Policy options for responding to the growing challenge from obesity: a cross-national comparative study (PORGROW)*

Celem projektu jest określenie, jakie inicjatywy i działania mogą być realizowane przez kraje członkowskie UE, aby można było zmniejszyć częstość występowania otyłości w populacjach tych krajów. W projekcie uczestniczą instytucje z 8 krajów europejskich.

*e. European Food Information Resource Network (EuroFIR)*

Głównym celem programu jest stworzenie i upowszechnienie wspólnego dla wszystkich krajów europejskich banku danych, stanowiącego ujednoczone źródło informacji o składzie żywności, z uwzględnieniem zarówno składników odżywczych, jak i innych związków bioaktywnych o wykazanym prozdrowotnym działaniu. W projekcie współpracuje 40 partnerów z 21 krajów europejskich oraz organizacje międzynarodowe

*/ Współpraca z Komitetem ds. Żywności dla Europy Środkowej i Wschodniej (CEECFOODS)*

Celem tej współpracy jest wymiana informacji o składzie i wartości odżywczej żywności oraz tworzenie wspólnej regionalnej bazy danych składu i wartości odżywczej żywności w krajach Europy Środkowej i Wschodniej. W ramach

CEECFOODS prowadzone są również prace nad oprogramowaniem komputerowym (program ALIMENTA) do obliczania wartości odżywczej produktów złożonych, posiłków i diet. Prowadzona współpraca ma istotne znaczenie praktyczne z punktu widzenia ujednoczenia bazy danych. Wymiana doświadczeń metodycznych oraz udział w międzynarodowych badaniach międzylaboratoryjnych powoduje, że wyniki zamieszczane w polskiej bazie danych są w większym stopniu wiarygodne.

### **13. Upowszechnianie informacji publikowanych przez European Food Information Council (EUFIC).**

Informacje na temat związków pomiędzy żywnością, żywieniem a stanem zdrowia, bezpieczeństwa żywności oraz znaczenia technologii w łańcuchu żywieniowym są opracowywane przez europejskich ekspertów z dziedziny żywności i żywienia. Wszystkie materiały publikowane przez EUFIC są oparte na rzetelnych podstawach naukowych, wiele z nich powstaje przy współpracy międzynarodowych towarzystw naukowych oraz organizacji producentów żywności i konsumentów. IŻŻ uzyskał zgodę przewodniczącej Rady na tłumaczenie materiałów przygotowywanych przez EUFIC. Jak dotychczas, przetłumaczono ponad 30 tekstów. Są one publikowane na stronie internetowej IŻŻ. Nowe tłumaczenia są nadal uzupełniane. Należy spodziewać się, że teksty w języku polskim pojawią się na oficjalnej stronie internetowej EUFIC jako polska wersja językowa.

### **14. Upowszechnianie zasad GHP/GMP oraz systemu Analizy Zagrożeń i Krytycznych Punktów Kontroli (HACCP).**

Upowszechnianie wiedzy z zakresu GHP/GMP i systemu HACCP dla potrzeb pracowników przemysłu spożywczego, żywienia zbiorowego, obrotu żywnością i organów urzędowej kontroli żywności oraz innych zainteresowanych odbywa się poprzez:

- a. opracowywanie materiałów informacyjnych i instruktażowych, publikacji w czasopismach fachowych oraz podręczników i przewodników branżowych
- b. prowadzenie działalności edukacyjno-szkoleniowej (kursy, konferencje, studia podyplomowe)
- c. przekazywanie informacji środkom masowego przekazu (prasa, radio, TV) - wywiady, publikacje, udział w konferencjach prasowych i debatach

### **15. Upowszechnianie zagadnień dotyczących ekonomiki wyżywienia.**

Upowszechniane będą informacje i komentarze:

- a. dotyczące tendencji zmian w przeciętnym spożyciu żywności w naszym kraju oraz w wartości energetycznej i odżywczej przeciętnej dziennej diety,
- b. odnoszące się do zmian w spożyciu żywności w innych krajach, oparte na danych Organizacji ds. Wyżywienia i Rolnictwa (FAO),
- c. nt. ocen bezpieczeństwa żywnościowego Polski, tj. % i liczby ludzi niedożywionych, pochodzące z raportów Organizacji ds. Wyżywienia i Rolnictwa,
- d. nt. kształtowania się umieralności na choroby na tle wadliwego żywienia w Polsce (choroby układu krążenia, nowotwory złośliwe) i ich związku ze zmianami modelu żywienia,

- e. dotyczące zróżnicowania spożycia żywności i diety w gospodarstwach domowych w naszym kraju w zależności od grupy społeczno-ekonomicznej, wielkości i składu rodziny, dochodu, miejsca zamieszkania (wieś/miasto), wykształcenia głowy gospodarstwa domowego i województwa,
- f. nt. spożycia żywności i diety w gospodarstwach domowych znajdujących się w sferze ubóstwa oraz nt. bezpieczeństwa żywnościowego polskich gospodarstw domowych,
- g. dotyczące kosztów zalecanych modeli żywienia.

#### **16. Stała współpraca z mediami.**

Współpraca KPI z mediami odbywa się poprzez:

- a. Udział w programach radiowych
- b. Udział w programach telewizyjnych
- c. Wywiady w prasie codziennej i periodycznej
- d. Konsultacje w prasie codziennej i periodycznej
- e. Organizowanie konferencji prasowych
- f. Przekazywanie aktualnych informacji z obszaru działalności KPI
- g. Wydawanie listów informacyjnych
- h. Przedstawianie stanowiska ekspertów Instytutu (dotyczącego np. określonych diet, bezpieczeństwa żywności).

#### **17. Dalszy rozwój poradnictwa dietetycznego.**

Opracowanie systemu internetowego poradnictwa dietetycznego dla populacji ogólnej w celu prewencji przewlekłych chorób niezakaźnych.

(Planuje się, aby każda osoba, która zgłosi się do KPI miała możliwość uzyskania indywidualnej porady dietetycznej).

#### **18. Realizacja programów edukacyjnych.**

- a. Działalność dydaktyczna, wydawnicza i publikacyjna w środowiskach paramedycznych na rzecz upowszechniania zasad profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych.
- b. Działalność dydaktyczna i publikacyjna dla środowisk medycznych dotycząca metod zwalczania przewlekłych chorób niezakaźnych.
- c. Dostosowanie programów nauczania i wychowania w placówkach oświatowo-wychowawczych w zakresie edukacji żywieniowej do nowych zaleceń żywieniowych.
- d. Opracowywanie, we współpracy z Wydawnictwem Lekarskim PZWL, 100 poradników żywieniowych z zakresu prewencji żywieniowej i zaleceń dietetycznych dla osób zdrowych, chorych, dietetyków oraz lekarzy.
- e. Opracowywanie, wspólnie z przedsiębiorcami, przewodników praktycznej realizacji zasad GHP/GMP oraz wdrażania systemu Analizy Zagrożeń i Krytycznych Punktów Kontroli (HACCP).

#### **19. Nauczanie studentów Wydziałów Lekarskich i Wydziałów Nauki o Zdrowiu Akademii Medycznych podstaw nauki o żywieniu żywnościowych i żywieniowych aspektów zdrowia publicznego oraz ustawodawstwa żywnościowego.**

**Opracowanie programu nauczania studentów podstaw nauki o żywieniu jest realizowane również dla studentów anglojęzycznych.**

## **20. Opracowanie i upowszechnienie m. in. poprzez stronę internetową, dla potrzeb lekarzy i konsumentów dwu odrębnych list zawierających zbiór suplementów diety.**

Zbiór suplementów dla lekarzy będzie zawierał:

- szczegółową charakterystykę suplementu diety i rolę zawartych w nim składników, niezbędnych dla utrzymania ogólnoustrojowej homeostazy i wzmacniania potencjału zdrowia,
  - interakcję suplementu ze składnikami diety oraz najczęściej stosowanymi lekami,
  - sposób zażywania suplementów,
  - przeciwwskazania do stosowania suplementów diety,
  - dawkowanie
- skład ilościowy poszczególnych składników żywieniowych wchodzących w skład diety.

Zbiór suplementów diety dla potrzeb konsumentów będzie zawierał:

- ogólną charakterystykę suplementu diety,
- dawkowanie i sposób i sposób jego użycia,
- ograniczenia bądź przeciwwskazania do jego stosowania.

## **21. Rozwój strony internetowej KPI**

Strona Krajowego Punktu Informacyjnego cieszy się dużą oglądalnością a liczba wejść dynamicznie wzrasta. Dalszy rozwój strony internetowej uzależniony jest w znacznym stopniu od uzyskanego finansowania.