

Jelentés a sóbevitel helyzetéről a lakosság körében a WHO Európai Régiójában

Public Health Nutrition

Published online by Cambridge University Press: 20 October 2022

Kulcsszavak: globális egészségügy, népegészségügy, táplálkozás, sófogyasztás, sóbevitel, Egészségügyi Világszervezet Európai Régiója

Forrás Internet-helye: <https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/populationlevel-salt-intake-in-the-who-european-region-in-2022-a-systematic-review/BBDAF74CA940EFDEECE47F966DEEFEA2> ;

WHO global report on sodium intake reduction, 9 March 2023 (99 p.):

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240069985>

Az *Egészségügyi Világszervezet* jelentése szerint az Európai Régió előrehaladást ért el a lakossági sófogyasztás csökkentése tekintetében, de mindössze három tagállam (Csehország, Litvánia és Spanyolország) alkalmazza teljes mértékben az ajánlásokat. A 194 tagállam vállalta, hogy 2030-ig csaknem egyharmadával csökkenti a lakosság körében a sóbevitelt. Az adatok szerint az intézkedések nem elégségesek a célkitűzés eléréséhez. A globális sófogyasztás a WHO által ajánlott napi 5 gramm (1 teáskanál) csaknem kétszeresére becsülhető. A sófogyasztás a kelet-európai országokban magasabb, mint Nyugat- és Észak-Európában.

Az Egészségügyi Világszervezet Európai Régiójához tartozó tagállamok 47%-a (25 tagállam) 3 ponttal rendelkezik a "*WHO Sodium Country Score*" szerint. Ez azt jelenti, hogy sor került legalább egy kötelező irányelv bevezetésére, a tápérték jelölése pedig csomagolt élelmiszereken a nátriumtartalomra is kiterjed.

14 országban (Ausztria, Fehér-Oroszország, Belgium, Bulgária, Horvátország, Görögország, Magyarország, Lettország, Montenegró, Hollandia, Portugália, Szerbia, Szlovákia, Üzbekisztán) kötelező határértékeket szabtak meg az élelmiszerek nátriumtartalma vonatkozásában, miközben 14 ország (Bulgária, Észtország, Franciaország, Görögország, Magyarország, Írország, Izrael, Lettország, Málta, Lengyelország, Románia, Törökország, Ukrajna, Egyesült Királyság) hivatalos irányelveket vezetett be az élelmiszerbeszerzés és a gasztronómia területén. 16 tagállamban (többek között Dániában, Németországban, Izlandon, Olaszországban, Norvégiában, Svédországban és Svájcban) bevezették a kötelező tápérték-jelölést a csomagolt élelmiszereken, amely a nátriumtartalomra is kiterjed. Ez azt jelenti, hogy ezek az országok 2 pontot érnek el (legalább egy önkéntes irányelv). 6 tagállam csak egy kötelezettséget vállalt, így 1 ponttal rendelkezik. Két tagállam (Andorra és Monaco) pedig semmilyen intézkedést nem vezetett be, vagy azokról nem áll rendelkezésre információ.

Ha a nátrium korlátozása általánossá válik, ez 2030-ig a nátriumbevitel 23%-kal és a kardiovaszkuláris megbetegedések miatti halálozás 3%-kal való csökkenéséhez vezethet.