



ΕΞ. ΕΠΕΙΓΟΝ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ &
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ
ΤΜΗΜΑ: Γ' - ΣΤ'

Αθήνα 13 /9 /2006

Αριθ.Πρωτ.:Υ1/Γ. Π. οικ. 109 /67

ΠΡΟΣ: Όπως Π. Δ.

Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 17
Ταχ. Κώδικας: 101 87
Πληροφορίες : Β. Κωστούλα - Τζ. Κακαλιούρα
Τηλέφωνο: 5221089 - 52 33 621
FAX: 5233563

ΘΕΜΑ: «Ερμηνεία Υγειονομικής Διάταξης Υ1γ/Γ.Π. οικ. 73828/1-8-06 (ΦΕΚ 1183/31.8.06 τ. Β') αναφορικά με κανόνες υγιεινής και καθορισμό προϊόντων που διατίθενται από τα κυλικεία δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων».

Το Υ. Υ. & Κ. Α. στα πλαίσια ανάπτυξης μιας Εθνικής Διατροφικής Πολιτικής η οποία έχει ως στόχο την προστασία και προαγωγή της υγείας του ευαίσθητου μαθητικού πληθυσμού της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, τη διαμόρφωση ενός μαθητικού πληθυσμού με υγιεινές διατροφικές συνήθειες, τη δημιουργία ενός υποστηρικτικού σχολικού περιβάλλοντος που συμβάλλει στις ορθές διατροφικές επιλογές των μαθητών, εξέδωσε την υπ αριθμ.Υ1γ/Γ. Π. οικ. 73828/1.8.06 (Φ. Ε. Κ. 1183/31.8.06 τ. Β') Υ. Δ. αναφορικά με τους κανόνες υγιεινής και τον καθορισμό των προϊόντων που διατίθενται από τα κυλικεία δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων.

Η παιδική και εφηβική ηλικία αποτελεί ιδανική περίοδο για παρέμβαση σε θέματα σχετικά με τη διατροφή καθώς οι διατροφικές συνήθειες οι οποίες διαμορφώνονται στο διάστημα αυτό είναι πολύ δύσκολο να τροποποιηθούν στην ενήλικη ζωή.

Τα παιδιά δεν μπορούν ενστικτωδώς να επιλέξουν μια υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή.

Η οικογένεια, το σχολείο, το φιλικό περιβάλλον, και η ευρύτερη κοινωνία επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών των παιδιών και των εφήβων. Το σχολείο θεωρείται διεθνώς ως ιδανικός χώρος και μέσο για την προαγωγή της υγιεινής διατροφής και την εκπαίδευση των μαθητών σε θέματα διατροφής. Το σχολικό κυλικείο αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του σχολικού περιβάλλοντος και γι' αυτό η διασφάλιση της παροχής υγιεινών τροφών επιτρέπει την ενίσχυση θετικών μηνυμάτων που πρέπει να δίνονται και στην τάξη.

Στόχος της αναφερόμενης Υ.Δ. είναι η λήψη μέτρων για την προστασία της Δημόσιας Υγείας, την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας και των χρόνιων διατροφο -

εξαρτώμενων νοσημάτων μέσω της δημιουργίας ενός σχολικού κυλικείου, που θα λειτουργήσει ως εκπαιδευτικό μέσο πρακτικής εφαρμογής των αρχών υγιεινής διατροφής.

Η υγιεινή διατροφή των παιδιών έχει σαν αποτέλεσμα μεταξύ άλλων :

1. Άμεσα και απώτερα οφέλη στην υγεία τους.
2. Αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης και πρόληψη της εμφάνισης στην ενήλικη ζωή χρόνιων νοσημάτων όπως η παχυσαρκία, τα καρδιαγγειακά νοσήματα, ο σακχαρώδης διαβήτης, η οστεοπόρωση και ορισμένα νεοπλάσματα.
3. Βελτίωση της δυνατότητας μάθησης καθώς και της σχολικής επίδοσης.
4. Ενδυνάμωση της θετικής εικόνας για το σώμα τους.
5. Αύξηση της αυτοπεποίθησής τους.

Στο πλαίσιο αυτό τονίζουμε, ότι οι διατροφικές συνήθειες των Ελλήνων έχουν διαφοροποιηθεί σημαντικά τις τελευταίες δεκαετίες ακολουθώντας το διατροφικό δυτικό πρότυπο. Οι σημαντικές αποκλίσεις από την ελληνική παραδοσιακή διατροφή η οποία αποτελεί διεθνώς αναγνωρισμένο πρότυπο υγιεινής διατροφής, σε συνδυασμό με τον περιορισμό της σωματικής δραστηριότητας, έχουν ως αποτέλεσμα την αύξηση της παχυσαρκίας και άλλων χρόνιων νοσημάτων.

Ο κατάλογος των προϊόντων που διατίθενται από τα κυλικεία δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων εισάγει τα εξής καινούργια στοιχεία σε σχέση με τον προηγούμενο:

1. Γίνεται διαχωρισμός του καταλόγου τροφίμων μεταξύ Δημοτικού, Γυμνασίου – Λυκείου και των Νυχτερινών σχολείων για τους παρακάτω λόγους:

α. Οι μαθητές του Γυμνασίου – Λυκείου καθώς και των Νυχτερινών σχολείων είναι ωριμότεροι σε σχέση με τους μαθητές του Δημοτικού για να αποφασίσουν και να επιλέξουν τη τροφή τους. Μπορούν να επεξεργαστούν αποτελεσματικά τα μηνύματα αγωγής υγείας και ταυτόχρονα έχουν ήδη εκπαιδευτεί σε θέματα διατροφής τόσο στο σχολείο όσο και στο σπίτι. Τονίζεται ωστόσο ότι η αγωγή υγείας σε θέματα διατροφής θεωρείται απολύτως απαραίτητη και στην εφηβεία.

β. Τα παιδιά του Δημοτικού χρειάζονται εκπαίδευση σε θέματα διατροφής και προσφορά υγιεινών επιλογών και παραδειγμάτων μέσα από το περιβάλλον τους. Επιπλέον χρειάζονται προσοχή σε θέματα ασφάλειας κατά την βρώση διαφόρων τροφίμων, όπως π. χ. φρούτα με φλούδες και κουκούτσια και μικροί και σκληροί ξηροί καρποί.

2. Καθορίζεται ο τύπος των προστιθέμενων στα τρόφιμα λιπιδίων. Η απόφαση αυτή θεωρήθηκε απαραίτητη λόγω της σπουδαιότητας του τύπου των καταναλισκόμενων με τη τροφή λιπιδίων για την ατομική και δημόσια υγεία (WHO 2003). Ο καθορισμός γίνεται ως εξής:

Στην περίπτωση της χρήσης μαργαρίνης για σάντουιτς-τοστ τυποποιημένα με τυρί ή γαλοπούλα τίθεται περιορισμός στην περιεκτικότητά της σε trans λιπαρά οξέα όπως και για τα απλά αρτοσκευάσματα και τη ζύμη.

Τα trans λιπαρά είναι ακόρεστα λιπαρά οξέα τα οποία δημιουργούνται, κατά κύριο λόγο τεχνητά στη βιομηχανία, με τη μερική υδρογόνωση των ελαίων φυτικής προέλευσης, προκειμένου να μετατραπούν σε στερεά ή ημι-στερεά μορφή. Η επίδρασή τους στην υγεία είναι δυσμενής καθώς αυξάνουν τον κίνδυνο εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων μέσω της αύξησης της LDL – χοληστερόλης (κακής χοληστερόλης) και μείωση της HDL – χοληστερόλης (καλής χοληστερόλης). Σύμφωνα με τις διεθνείς συστάσεις η ημερήσια κατανάλωση trans λιπαρών οξέων πρέπει να είναι μικρότερη του 1% του ολικού ποσού καταναλισκόμενων λιπιδίων.

3. Καθορίζεται το μέγεθος της συσκευασίας που διατίθεται, όπου αυτό κρίνεται σκόπιμο. Οι προτεινόμενες συσκευασίες βασίζονται στη λογική της πρότυπης μικρομερίδας και έχουν υπολογιστεί με βάση τις συνιστώμενες ημερήσιες θερμίδες για τις ηλικιακές ομάδες 7- 18 ετών (για αγόρια και κορίτσια με μέτρια φυσική δραστηριότητα). Με βάση το υπάρχον σύστημα διάθεσης τροφίμων στους μαθητές της χώρας, όπου δεν παρέχεται πλήρες γεύμα αλλά κολατσιό κατά τη διάρκεια του διαλείμματος μέσω της λειτουργίας σχολικού κυλικείου, το βασικό μέρος των ενεργειακών και διατροφικών αναγκών πρέπει να καλύπτεται από τα γεύματα στο σπίτι. Το μέγεθος της συσκευασίας επιλέχθηκε έτσι ώστε να αποφευχθεί η υπερκατανάλωση ενέργειας (θερμίδων) και ταυτόχρονα να εξασφαλιστεί η κατανάλωση της επαρκούς ποσότητας.

4. Συστήνει, χωρίς όμως να απαγορεύει και άλλες επιλογές, τα παρακάτω:

α. Στην περίπτωση των γαλακτοκομικών προϊόντων συστήνεται η επιλογή της κατανάλωσης προϊόντων χαμηλών σε λιπαρά. Η σύσταση αυτή ακολουθεί τις οδηγίες του Π. Ο. Υ. και έγκυρων παιδιατρικών εταιρειών με στόχο την πρόληψη των χρόνιων νοσημάτων, που εξαρτώνται από την διατροφή.

β. Στην περίπτωση των δημητριακών και των προϊόντων τους προτείνεται η επιλογή των αδρά επεξεργασμένων δηλαδή προϊόντων ολικής αλέσεως. Η σύσταση αυτή βασίζεται στην τεκμηριωμένη ευεργετική επίδραση των φυτικών ινών (μη αμυλούχων πολυσακχαριτών) στην υγεία και ακολουθεί επίσης τις οδηγίες του Π. Ο. Υ.

5. Επιλέγει τη χρήση τυποποιημένων τροφίμων στις κατηγορίες που αυτό κρίνεται απαραίτητο ως εξής:

α. Στην περίπτωση των σάντουιτς και τσοστ η απόφαση ελήφθη με βασικό γνώμονα την ασφάλεια των διατιθέμενων τροφίμων. Η χρησιμοποίηση των τυποποιημένων προϊόντων προσφέρει επιπρόσθετα τα πλεονεκτήματα της αναγραφής της ποιότητας των υλικών μέσω της διατροφικής σήμανσης και επομένως τη δυνατότητα ελέγχου της παρεχόμενης ποιότητας. Παράλληλα, θα γίνει πρακτικά εφικτός ο έλεγχος των συστατικών και η ποιότητα των προστιθέμενων λιπιδίων (π. χ. η περιεκτικότητα σε κορεσμένα και trans λιπαρά).

β. Στην περίπτωση των τροφίμων που δεν είναι τυποποιημένα και προς το παρόν είναι δύσκολη η άμεση τυποποίησή τους, όπως η τυρόπιτα και σπανακόπιτα, προτείνεται η σύστασή τους με τυρί φέτα ή κασέρι και ζύμη με προδιαγραφές για τα trans λιπαρά. Η περιεκτικότητα της ζύμης σε trans λιπαρά να μην υπερβαίνει το 2% των ολικών προστιθέμενων λιπιδίων.

6. Προστίθεται στον κατάλογο του Γυμνασίου – Λυκείου η σοκολάτα, τρόφιμο που πρέπει να καταναλώνεται με μέτρο από τους μαθητές. Η απόφαση αυτή ελήφθη με την προϋπόθεση ότι θα αφορά την μικρή συσκευασία των 30g και θα συνοδεύεται από ενημέρωση των παιδιών για τη συχνότητα και τον τρόπο κατανάλωσής της (όχι περισσότερο από 2 φορές εβδομαδιαίως), ώστε να αποφευχθούν οι δυσμενείς επιδράσεις από την υπερκατανάλωσή της, που είναι η παχυσαρκία και η οδοντική τερηδόνα. Η προσθήκη αυτή έγινε μετά από προβληματισμό και λαμβάνοντας υπόψη τη γνώμη μίας μερίδας επιστημόνων ότι ακόμα και τρόφιμα που είναι ακατάλληλα για καθημερινή κατανάλωση, κυρίως διότι είναι υπερ-θερμιδικά, μπορεί να διατίθενται στα κυλικεία εφόσον εξασφαλίζεται η ταυτόχρονη εκπαίδευση των μαθητών σε θέματα υγιεινής διατροφής στο σχολείο. Η σοκολάτα αποφασίστηκε να συμπεριληφθεί στον κατάλογο λόγω της μεγάλης προτίμησής της από τους εφήβους και λόγω των επιστημονικών ενδείξεων ότι η περιστασιακή κατανάλωσή της σε μικρές ποσότητες δεν είναι επιζήμια.

7. Στον κατάλογο του Γυμνασίου – Λυκείου συμπεριλαμβάνονται το παστέλι, ο χαλβάς και το μέλι. Τα προϊόντα αυτά αποφασίστηκε να συμπεριληφθούν στον κατάλογο λόγω της διατροφικής τους αξίας και την εξοικείωση των μαθητών με το παραδοσιακό Ελληνικό τρόφιμο. Η απόφαση αυτή ελήφθη με την προϋπόθεση ότι θα αφορά τη μικρή συσκευασία και θα πρέπει να συνοδεύεται από ενημέρωση των παιδιών για τη συχνότητα και τον τρόπο κατανάλωσής τους, ώστε να αποφευχθούν οι δυσμενείς επιδράσεις από την υπερκατανάλωσή τους, που είναι η παχυσαρκία και η οδοντική τερηδόνα.

8. Στον κατάλογο συμπεριλαμβάνονται και τα μπισκότα για τα οποία όμως προσδιορίζονται συγκεκριμένες προδιαγραφές για την συσκευασία και την περιεκτικότητά τους σε ζάχαρη, λιπαρά (ολικά και κορεσμένα) και νάτριο. Πρέπει να ληφθεί υπόψη ότι τα περισσότερα μπισκότα που διατίθενται στην αγορά έχουν μεγάλη θερμιδική αξία και υψηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά, ζάχαρη και νάτριο. Γι' αυτό το λόγο μπορούν να διατίθενται στα παιδιά μόνο αν πληρούν τις προδιαγραφές που έχουν τεθεί από την Υγειονομική Διάταξη, οι οποίες εξασφαλίζουν την καταλληλότητα για την πώληση στα σχολικά κυλικεία. Συνιστώνται μπισκότα ολικής αλέσεως.

Με αφορμή την έναρξη της νέας σχολικής περιόδου κρίνουμε σκόπιμο να σας υπενθυμίσουμε την ανάγκη για τη διενέργεια υγειονομικών ελέγχων σε όλα ανεξαιρέτως τα κυλικεία και σε όλους τους χώρους εστίασης δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων. Σημειώνεται και τονίζεται ότι, περιοδικοί έλεγχοι θα γίνονται καθ' όλη τη διάρκεια του σχολικού έτους με πνεύμα συνεργασίας και σεβασμού, που αποσκοπούν στην προστασία, προαγωγή της υγείας και διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας του ευαίσθητου σχολικού πληθυσμού της χώρας, σύμφωνα πάντα με την ισχύουσα υγειονομική νομοθεσία.

Η εφαρμογή της Υ. Δ. γίνεται από τις οικείες Δ/σεις Υγείας των Ν. Α. σε συνεργασία με λοιπές συναρμόδιες υπηρεσίες και φορείς.... Οι παραβάτες της αναφερόμενης Υ. Δ. διώκονται και τιμωρούνται σύμφωνα με το άρθρο 3 του ΑΝ 2520/40 (Φ. Ε. Κ. 273/40 τ. Α') «Περί Υγειονομικών Διατάξεων» όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει.

Τέλος στα Υπουργεία στα οποία κοινοποιείται η παρούσα, παρακαλούνται να ενημερώσουν, τους εποπτευόμενους από αυτούς φορείς και τα νομικά πρόσωπα με απώτερο στόχο τη διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας γενικότερα.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ

1. Υπουργείο Εθνικής Παιδείας
& Θρησκευμάτων Δ/ση Διοικητικών
Υποθέσεων, Πρωτοβάθμιας &
Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.
Μητροπόλεως 15 Τ. Κ. 10185-Αθήνα.
2. Υπουργείο Εσωτερικών Δημ. Διοίκησης &
Αποκέντρωσης, Δ/ση Οργάνωσης &
Λειτουργίας ΟΤΑ
Σταδίου 27 Τ. Κ. 10183-Αθήνα.

Ο ΥΦΥΠΟΥΡΓΟΣ ΥΓΕΙΑΣ

Α. ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ

