

Evelin Ilves, kelle Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) Euroopa peakorter nimetas tänavu veebruaris tervise eestkõnelejaks mittenakkushaiguste alal, esines WHO regionaalsel aastakonverentsil Kopenhaagenis, rääkides toidust ja toitumisest, toitumise mõjust tervisele ja eriti kroonilistele haigustele.

Ta rõhutas lastele tervisliku toitumiskeskonna loomise tähtsust: "Peame nägema koolitoitu kui võimalust arendada lapse oskust teha meelsasti ja sundimata tervislikke toiduvalikuid," pöördus Evelin Ilves täna Kopenhaagenis WHO Euroopa regiooni enam kui poolesaja liikmesriigi esindajate poole.

Ta meenutas enda külaskäike paljudesse Eesti koolidesse: "Olen ise näinud, kuidas väikeses maakoolis pakutakse koolilastele sama raha eest nagu suurtes linnakoolides värsket salatit, kohalikest taludest pärit köögivilja ja liha, värsket kala, isegi kohapeal küpsetatud leiba. Samal ajal valmistatakse sama eelarve eest mitmel pool linnakoolide lastele pudruks keedetud makarone koos tööstuslikult toodetud ja ülessoojendatud valmistoiduga."

Evelin Ilvese sõnul ei tähenda tervise hoidmine ainult valikut tervisliku ja ebatervisliku toidu vahel, vaid pidevat tervislikku ja tasakaalustatud toitumist. Võti tervislike valikute tegemiseks on tahe, võime ja oskused ise värskest toorainest süüa valmistada. Seejuures on oluline, et tervislikku toitumist ja tervislikke toite puudutavad sõnumid, mille lapsed saavad kodus ning lasteaias või koolis, oleksid vastastikku toetavad.

"See, mille järgi laps oma toiduvalikuid teeb, saab alguse kodust," tõdes Evelin Ilves. Tema sõnul pole tänapäeval harvad ka juhtumid, kus lapsed annavad pärast huvitavat kokandustundi või isuäratavat koolieinet oma vanematele nõu tervisliku toitumise teemal ning soovivad näiteks perega koos süüa teha, selle asemel, et poest valmistoitu osta.

"Mõnikord õpivad lapsed kiiremini, on avatumad ja mõistavad paremini. Nad teavad, et tervis, toitumine ja keskkond kuuluvad kokku ja moodustavad ühtse terviku. Siinkohal peaksime meie, täiskasvanud, oma lastelt õppima," rääkis Evelin Ilves. "Me oleme tõepoolest see, mida sööme. Toit pole üksnes kütus, vaid on osa kultuurist, tervisest ja kasvatuses. Lisaks on toit oluline ehitusmaterjal meie füüsilise keha pideval taastamisel. Lapsepõlves tehtud toiduvalikud määravad meie edasiste eluaastate tervise ning seega ka elukvaliteedi."

Ta tunnustas Euroopa toidu ja toitumisalase tegevuskava üleskutset tugevdada veelgi tervishoiussüsteemi ning panna rõhku just perearstidele, edendamaks inimeste tervislikku toitumist ja pakkudes selleks vajalikku asjalikku teavet.

Mullu arstiliitsentsi uuendanud Evelin Ilves nõustus WHO arvamusega, et paljude riikide tervishoiuspetsialistide oskused ja teadmised, mis võimaldavad pakkuda toitumisharjumist või üldisemalt elustiilinõustamist, on endiselt madalal tasemel ja ebaühtlased ning vaidlus selle üle, kas ja mis viisil peaksid meditsiinkoolide õppekavad sisaldama kursuseid toitumise kui eraldi õppeaine kohta, vältab juba mitu aastat.

Tervishoid on poliitiline valik, rõhutas Evelin Ilves, kutsudes WHO liikmesriike panustama tervishoiuspetsialistide võimete ja oskuste arendamisse, et tekiks kaasaegne ja inimesi tõepoolest abistav tervisenõustamise võrgustik. Nendeks tegevusteks on vaja realselt panustada nii aega kui ka raha.

Vabariigi Presidendi Kantselei  
avalike suhete osakond  
tel 631 6229