

MYKOLO ROMERIO UNIVERSITETAS
VIEŠOJO VALDYMO IR VERSLO FAKULTETAS
VADYBOS IR POLITIKOS MOKSLŲ INSTITUTAS

RITA ZAMARĖ

SVEIKOS VAIKŲ MITYBOS POLITIKA LIETUVOJE:
VILNIAUS RAJONO ATVEJIS

Magistro baigiamasis darbas

Vadovas

Doc. dr. *Vytautas Dumbliauskas*

VILNIUS
2024

MYKOLO ROMERIO UNIVERSITETAS
VIEŠOJO VALDYMO IR VERSLO FAKULTETAS
VADYBOS IR POLITIKOS MOKSLŲ INSTITUTAS

SVEIKOS VAIKŲ MITYBOS POLITIKA LIETUVOJE: VILNIAUS
RAJONO ATVEJIS

Sveikatos politikos ir vadybos studijų programos magistro baigiamasis darbas

Studijų programa 6211JX074

Vadovas

_____ doc. dr. Vytautas Dumbliauskas

2024-05-

Recenzentas

2024-05-

Atliko

_____ stud. Rita Zamarė

2024-05 -

VILNIUS, 2024

TURINYS

LENTELIŲ SĄRAŠAS	4
PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS	5
PRIEDŲ SĄRAŠAS	7
SANTRUMPOS	8
ĮVADAS	9
1. SVEIKOS VAIKŲ MITYBOS POLITIKOS TEORINIAI ASPEKTAI	13
1.1. Sveika vaikų mityba ir jos svarba.....	13
1.2. Neužkrečiamųjų ligų sąsajos su mityba	15
1.3. Sveikos mitybos politika	17
1.4. Sveikos vaikų mitybos politikos geroji praktika užsienio šalyse.....	19
2. VAIKŲ SVEIKOS MITYBOS SITUACIJA LIETUVOJE	23
2.1. Vaikų sveikatos rodiklių statistika.....	23
2.2. Vaikų mitybos situacija Lietuvoje	24
2.3. Sveikos vaikų mitybos politikos formavimas ir įgyvendinimas Lietuvoje iki 2009 m. ..	26
2.4. Sveikos vaikų mitybos politikos formavimas ir įgyvendinimas Lietuvoje nuo 2010 m.	33
2.5. Apibendrinimas	41
3. TYRIMO METODOLOGIJA	43
3.1. Tyrimo teorinis pagrindimas.....	43
3.2. Tyrimo tikslas ir uždaviniai	43
3.3. Tyrimo instrumentas.....	44
3.4. Tyrimo organizavimas	44
4. TYRIMO REZULTATŲ APTARIMAS	51
IŠVADOS	88
PASIŪLYMAI	90
BIBLIOGRAFIJOS ŠALTINIŲ SĄRAŠAS	92
ANOTACIJA	100
ANNOTATION	101
SANTRAUKA	102
SUMMARY	103
PRIEDAI	104

LENTELIŲ SĄRAŠAS

1 lentelė. Koreliacijos koeficiento interpretavimas	45
2 lentelė. Tiriamųjų išsilavinimo ir sveiko maisto vartojimo dažnio koreliacijos rezultatai	56
3 lentelė. Pieno produktų gavimo pagal programą ir ekologiškų produktų vartojimo dažnių rezultatai	57
4 lentelė. Vaisių bei daržovių gavimo pagal programą ir ekologiškų produktų vartojimo dažnių rezultatai	59
5 lentelė. Sveiko maisto vartojimo ir nemokamai suteikiamų vaisių vartojimo dažnių rezultatai.....	60
6 lentelė. Sveikos maisto ir nemokamai suteikiamų daržovių vartojimo dažnių rezultatai	62
7 lentelė. Respondentų vaikų amžiaus ir daržovių vartojimo koreliacijos rezultatai.....	63
8 lentelė. Tiriamųjų išsilavinimo ir žindymo laikotarpio koreliacijos rezultatai	79

PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS

1 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigų teisinę struktūrą.....	48
2 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lytį.....	49
3 pav. Respondentų vaikų pasiskirstymas pagal lytį.....	49
4 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal amžių	49
5 pav. Respondentų vaikų pasiskirstymas pagal amžių	50
6 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal išsilavinimą.....	50
7 pav. Respondentų ištraukimas į vaiko maitinimą ugdymo įstaigoje.....	51
8 pav. Respondentų atsakymai apie vaikų, gaunančių nemokamą maitinimą, dalis.....	52
9 pav. Respondentų nuomonė apie nemokamo maitinimo reglamentavimą.....	53
10 pav. Vaikų nemokamo maisto vartojimas	53
11 pav. Respondentų atsakymai apie vaikų nemokamo maisto nevalgymo priežastys	54
12 pav. Respondentų nuomonė apie PVM lengvatų įtaka ekologiškų produktų prieinamumui	54
13 pav. Ekologiškų produktų vartojimo pokyčiai vaikų mityboje	55
14 pav. Sveiko maisto vartojimo dažnis namuose	55
15 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų pieno produktų gavimą pagal programą ugdymo įstaigoje	56
16 pav. Pagal programa nemokamai skiriamu pieno produktu vartojimas tarp vaikų.....	57
17 pav. Vaikams nemokamai teikiamų pieno produktų nevartojimo priežastys.....	58
18 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų pieno produktų gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje	59
19 pav. Respondentų atsakymai apie vaisių ir daržovių gavimą pagal programą ugdymo įstaigoje	59
20 pav. Vaisių vartojimas tarp respondentų vaikų, kurie gali gauti nemokamus vaisius	60
21 pav. Vaikams nemokamai teikiamų vaisių nevartojimo priežastys	61
22 pav. Daržovių vartojimas tarp respondentų vaikų, kurie gali gauti nemokamas daržoves	62
23 pav. Vaikams nemokamai teikiamų daržovių nevartojimo priežastys	63
24 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų vaisių gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje.....	64
25 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų morkų gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje	64
26 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų vaisių sulčių ar vaisių kokteilių gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje	65
27 pav. Respondentų atsakymai apie "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“ programos plakatų iškabinimą ugdymo įstaigose.....	66
28 pav. Respondentų atsakymai apie sveikos mitybos švietimą vaikų ugdymo įstaigose.....	66
29 pav. Respondentų nuomonė apie ugdymo įstaigose teikiamo maisto atitikimą sveikos mitybos rekomendacijoms	67
30 pav. Respondentų nuomonė apie ugdymo įstaigų pastangas užtikrinti vaikų sveiką mitybą	67

31 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigoje teikiamus maisto produktus	68
32 pav. Respondentų požiūris į maisto saugumą ugdymo įstaigose	69
33 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigos maisto energijos poreikių atitikimą	70
34 pav. Respondentų nuomonė apie maisto kokybę ugdymo įstaigose	70
35 pav. Išvykų organizavimas ugdymo įstaigose sveikos mitybos tema	71
36 pav. „Sveikatiados" projekto žinojimas tarp respondentų.....	72
37 pav. Vaikų dalyvavimas „Sveikatiados" projekto veiklose ugdymo įstaigoje	72
38 pav. Energetinių gėrimų reklamų pastebėjimai jaunesnių nei 18 metų asmenų lankomose vietose. 73	
39 pav. Respondentų nuomonė apie energetinių gėrimų ir jų reklamos draudimo nepilnamečiams veiksmingumą vartojimo kontrolės tikslais.....	74
40 pav. Respondentų atsakymai apie vaikų galimybę įsigyti energetinius gėrimus	74
41 pav. Respondentų atsakymai apie maisto paramos gavimą pagal EPLSAF programą.....	75
42 pav. EPLSAF programos teikiamo maisto atitikimas vaiko maitinimosi poreikiams	76
43 pav. Respondentų žinojimas apie naujagimiams palankių ligoninių sąrašą SAM interneto svetainėje	76
44 pav. Žindymo pasirinkimas tarp moteriškos lyties respondentų	77
45 pav. Respondentų atsakymai: dalyvavimas sveikatos įstaigos rengiamuose žindymo konsultacijose	78
46 pav. Kūdikį/vaiką maitinusių moterų žindymo laikotarpis	78
47 pav. Žindymo svarbos suvokimas kaip būdo užtikrinti vaiko sveikos mitybos poreikius	79
48 pav. Respondentų atsakymai dėl namų vandens nitritų ir nitratų tyrimo, kaip naujagimių apsinuodijimo rizikos prevencijos priemonės	80
49 pav. Respondentų atsakymai apie vaiko galimybę įsigyti vaisvandenių, saldumynų, traškučių ar gazuotų gėrimų ugdymo įstaigoje	81
50 pav. Prekybiniai automatai vaikų ugdymo įstaigose	82
51 pav. Respondentų atsakymai apie galimybę gauti karštą maistą vaiko ugdymo įstaigoje.....	82
52 pav. Pietų metu vaiko ugdymo įstaigoje tiekiamų šviežių daržovių dažnumas	83
53 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigoje sudarytas sąlygas vartoti geriamąjį vandenį ..	84
54 pav. Respondentų atsakymai apie vaikui sudaromą galimybę gauti sriubą pietų metu	84
55 pav. Respondentų nuomonė apie maisto zonų įsteigimą aplink ugdymo įstaigas	85
56 pav. Respondentų nuomonė apie nesveiko maisto reklamų apribojimus socialiniuose tinkluose	86
57 pav. Respondentų nuomonė apie cukrumi saldintų gėrimų apmokestinimą kaip priemonę mažinti cukraus vartojimą	86
58 pav. Jodo vartojimo stebėjimas vaiko maisto racione.....	87
59 pav. Vaikų jodo trūkumo vertinimas.....	87

PRIEDŲ SĄRAŠAS

1 priedas. Anketa

2 priedas. Patvirtinimas apie atlikto darbo savarankiškumą

SANTRUMPOS

NL - Neužkrečiamos ligos

PSO - Pasaulio sveikatos organizacija

LR - Lietuvos Respublika

JAV - Jungtinės Amerikos Valstijos

SAM - Sveikatos apsaugos ministerija

ES - Europos Sąjunga

UNICEF - Jungtinių Tautų vaikų fondas

EPLSAF - Europos pagalbos labiausiai skurstantiems asmenims fondas

KMI - Kūno masės indeksas

LSMU - Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

IVADAS

Temos aktualumas. Remiantis higienos instituto duomenimis, pagrindine mirties priežastimi 2021 m. išlieka kraujo apytakos sistemos ligos. Kurios tarp vyrų ir moterų pasiskirsto atitinkamai 42,7 proc. ir 53,4 proc. (Higienos instituto Sveikatos informacijos centras, 2022, p. 7). Mirties priežastis galima suskirstyti į tris kategorijas: užkrečiamos (infekcinės ir parazitinės ligos bei perinatalinės ir mitybos sąlygos), neužkrečiamos (lėtinės) ir traumos. Taip pat pabrėžiama, kad mirtingumo skaičiai priklausomi ir nuo pajamų. Žemesnes ir vidutines pajamas gaunančiose šalyse yra didžiausias absoliučių mirčių nuo išeminės širdies ligos padidėjimas – nuo 2000 m. išaugo daugiau nei 1 mln. iki 3,1 mln. Pasauliniu mastu 7 iš 10 pagrindinių mirties priežasčių 2019 m. buvo neužkrečiamos ligos (NL). Didžiausia pasaulyje žudikė yra išeminė širdies liga, kuri sąlygoja 16 proc. visų mirčių pasaulyje. Nuo 2000 m. mirčių nuo šios ligos padaugėjo daugiau nei 2 mln., iki 8,9 mln. mirčių 2019 m. (The top 10 causes of death, 2020). Remiantis Higienos instituto Lietuvos mirtingumo priežasčių duomenimis 2021 m. pirmąją kraujotakos sistemos ligos - 820,3 atvejų 100 tūkst. gyventojų. Iš kurių pirmąją išeminė širdies liga su 497,5 atvejų 100 tūkst. gyventojų. Daugelyje straipsnių bei tyrimų pabrėžiama, kad nesveika mityba yra vienas iš labiausiai įtakojančių veiksnių. Netinkama mityba, antsvoris ir nutukimas yra pagrindiniai širdies ir kraujagyslių ligų bei vėžio rizikos veiksniai – pagrindiniai žudikai remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis Europos regione (How healthy are children's eating habits? – WHO/Europe surveillance results, 2021). Nesveika mityba yra vienas iš pagrindinių rizikos veiksnių sąlygojančių daugelį lėtinių ligų, įskaitant širdies ir kraujagyslių ligas, vėžio, diabeto ir kitas būkles susijusias su nutukimu (Unhealthy diet, 2022). Remiantis Lietuvos higienos instituto duomenimis jaunesnių vaikų statistiką, 2-6 metų vaikų tarp nutukimas nustatytas 3,4 proc., o antsvoris 7,4 proc. O štai antsvorį turinčių mokinių dalis 7-17 metų stebint penkerių metų statistiką padidėjo 2,3 proc. Nutukimo atvejų tarp 7-17 metų vaikų nustatyta 8,2 proc. ir 17,5 proc. antsvorio atvejų per 2020-2021 m.. Šių rodiklių lyginant su 2019-2020 m. vertė atitinkamai išaugo 1 ir 1,1 proc. Tad, stebint statistiką nutukimo atvejų daugėja. Atliekant profilaktinius sveikatos tikrinimus pastebima nutukimo didėjimo tendenciją (Gadžijeva ir Židonienė, 2021, p. 31-32). Vidutiniškai visose ES šalyse 2018 m. nutukimo paplitimas tarp 15 metų berniukų buvo 23 proc., o tarp mergaičių – 15 proc. Šių lyčių skirtumą lemia biologinių, socialinių ir aplinkos veiksnių derinys. Vidutiniškai visose ES šalyse jaunų žmonių iš mažiau pasiturinčių šeimų antsvoris ir nutukimas yra daugiau nei 50 proc. didesnis nei tarp turtingesnių šeimų (Overweight and obesity among children and adolescents, 2022).

Naujumas. Pasaulinė nutukimo epidemija tęsiasi nenumaldomai į priekį ir šiuo metu paliečia daugiau nei 2 milijardus žmonių. Norint tai pakeisti, reikia ne mažiau kaip socialinio judėjimo, galinčio skatinti ir palaikyti koordinuotus praktiškai visų visuomenės sektorių veiksmus. Pasaulinė ligų naštos grupė 2017 m. pranešė, kad „nuo 1980 m. nutukimo paplitimas padvigubėjo daugiau nei 70 šalių ir

nuolat didėjo daugelyje kitų šalių“. Vaikams UNICEF 2017 m. padarė išvadą, kad daugiau nei 15 metų nebuvo padaryta pažangos siekiant sumažinti antsvorio rodiklį (Caballero, 2019). 2020 m. 39 milijonai vaikų iki 5 metų turėjo antsvorio arba buvo nutukę. 2016 m. daugiau nei 340 milijonų 5–19 metų vaikų ir paauglių taip pat turėjo antsvorio arba nutukimo. Pagrindinė nutukimo ir antsvorio priežastis yra energijos disbalansas tarp suvartojamų ir sunaudotų kalorijų. Pasaulyje, padidėjęs daug energijos turinčių maisto produktų, kuriuose yra daug riebalų ir cukraus, suvartojimas ir fizinio neveiklumo padidėjimas dėl vis didesnio sėslumo daugelyje darbo formų, besikeičiančių susisiekimo būdų ir didėjančios urbanizacijos. Antsvorio ir nutukimo, taip pat su jais susijusių NL galima išvengti. Sveikesnio maisto pasirinkimas ir reguliari fizinė veikla yra lengviausias pasirinkimas siekiant užkirsti kelią antsvoriui ir nutukimui. Mitybos modelio pokyčius dažnai lemia aplinkos ir visuomenės pokyčiai, susiję su vystymosi, ir paramos politikos stoka tokiuose kaip sveikatos, žemės ūkio, transporto, miestų planavimo, aplinkos, maisto perdirbimo, platinimo, rinkodaros ir švietimo sektoriuose. Tad, galima daryti išvadą, kad sveika mityba yra vienas iš NL prevencijos ramsčių (Obesity and overweight, 2021). Pabrėžiama, kad pažeidžiamiausia visuomenės dalimi laikomi - vaikai. Žmonių požiūris į sveikatą formuojamas nuo vaikystės, todėl svarbu sveikos gyvensenos pokyčius vykdyti nuo mažumės. Teigiama, kad gyvenseną pagrindinis vaikų sveikatą įtakojančias veiksnys. Gyvensenos sąvokoje slypi daugelis aspektų kaip: sveikatos vertinimas, sveika elgseną (mitybos įpročiai, burnos higiena, fizinis aktyvumas) bei rizikinga elgseną (tabako gaminių, narkotinių medžiagų vartojimas, patyčios ir kt.). Gyvenseną atspindintys rodikliai yra svarbi sveikatos sistemos dalis. Siekiama, kad sveikatos siekimas taptu gyvenimo būdu (Našlėnė ir kt., 2020, p. 15). Eurostat duomenimis, Lietuvoje 2019 m. namų ūkiai gaunantys mažas pajamas, negalėjo vartoti mėsos, vištienos, žuvies ar vegetariškų patiekalų bent kas antrą dieną atsižvelgdami į savo pajamas. Tokie rodikliai pasižymėjo daugiausiai tarp daugiavaikių šeimų, kurias apėmė 38,7 proc. bei šeimų, kuriose yra tik vienas iš tėvų - 26,1 proc. (United Nations Children's Fund, 2020, p. 40-41). Tokie rezultatai patvirtina, kad sveikos mitybos problematiką yra opi temą Lietuvoje. Akivaizdu, kad norint išvengti mirštamumo nuo lėtinių NL ir jas įtakojančio nutukimo rodiklių mažinimui svarbi aiški ir kryptinga sveikos vaikų mitybos politika.

Ištirtumas. Nors šalys vis labiau paiso rekomendacijas, kaip įgyvendinti fiskalinę politiką, propaguoti sveiką mitybą, kai kuriose šalyse šie veiksmai tik pradedami planuoti. 2016 m. Pirmojoje Pasaulinės mitybos politikos apžvalgoje nustatyta, kad 39 PSO valstybės narės pranešė įgyvendinusios fiskalines politikas, įskaitant, pavyzdžiui, mokesčių didinimą dėl maisto produktų ir gėrimų (kurie savo ruožtu prisideda prie nesveikos mitybos), didinant subsidijas maisto produktams ir gėrimams, kad prisidėti prie sveikos mitybos. Tarp PSO regionų, įgyvendinimas buvo didžiausias Vakarų Ramiojo vandenyno regione (48 proc.), po to seka Amerika (35 proc.), Europa (28 proc.), Pietryčių Azija (27 proc.) ir Rytų Viduržemio jūros regionas (24 proc.). Tik 9 proc. šalių PSO Afrikos regione pranešė apie įgyvendinimą fiskalinės politikos, skatinančios sveiką mitybą (World Health Organization, 2022, p. 3).

Siekiant išanalizuoti nacionalinių maisto produktais pagrįstų mitybos gairių priėmimo poveikį sveikatai ir aplinkai nacionaliniu lygiu ir palyginti su pasauliniais sveikatos ir aplinkos tikslais, buvo atlikta modeliavimo studija. Išanalizuotas maisto produktais pagrįstų mitybos gairių priėmimo poveikis sveikatai ir aplinkai tiek nacionaliniu, tiek pasauliniu lygiu. Pasaulinė analizė buvo skirta kaip bandymas nustatyti, ar mitybos gairės yra suderinamos su pasauliniais sveikatos ir aplinkos tikslais, susijusiais su mityba. Šis tikslas apėmė tvaraus vystymosi tikslą - trečdaliu sumažinti ankstyvą mirtingumą nuo NL (Springmann et al., 2020, p. 4). Taip pat buvo plačiai iširtas vaikams skirtų intervencijų veiksmingumas, kurie turi atsvario ar yra nutukę. Dauguma intervencijų buvo nukreiptos į elgesio pokyčius, daugiausia mitybos ir fizinės veiklos. Yra įrodymų, kad kai kurios iš šių intervencijų buvo veiksmingos mokyklose (Di Cesare et al., 2019, p. 17). Štai 2022 m. atliktame Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) medicinos studijų magistrantės tyrime, kurio tikslas buvo įvertinti šeimų, kurios turi ikimokyklinio amžiaus vaikų mitybos įpročių sąsajas su vaikų sveikata bei tėvų požiūriu į sveikos mitybos įgyvendinimą ugdymo įstaigose. Rezultatai atskleidė, kad didžioji dalis tėvų (74,5 proc.) teigia, jog jų mitybos įpročiai sveiki. Taip pat 53,9 proc tėvų patikino esantys visuomet patenkinti vaikų maitinimu darželiuose. Tyrimo rezultatai parodė tėvų sveikatos vertinimo sąsajas su darželio maitinimo vertinimu, kadangi tėvai vertinę savo vaikų sveikatą kaip puikią, buvo mažiau patenkinti vyraujančiu maitinimu (Skučienė, 2022, p. 2). Kitame tyrime buvo siekiama sudaryti ir įtvirtinti vaikų sveikos gyvensenos modelį. Nagrinėjant Lietuvos sveikatos statistikos duomenis, maisto gamybos, gaminimo ir saugojimo eiga bei sveikos mitybos politikos apraiškas, buvo nustatytos vaikų sveikatos prastėjimo priežastys. Minima, kad pagrindinės priežastys lemiančios tokius rodiklius sudaro maisto sudėtyje didėjantys chemijos kiekiai, neproporcingas kaloringumas, taip pat maisto rengimas ir maitinimasi įtakojančių sociokultūrinių veiksnių kitimas (Dovydaitis, 2020). Akivaizdu, kad atlikti tyrimai orientuoti į atskirų aspektų nagrinėjimą, tačiau trūksta tyrimų analizuojančių sveikos vaikų mitybos politikos veiksmus.

Tyrimo objektas - Vaikų sveikos mitybos politikos formavimas ir įgyvendinimas.

Tyrimo problema. Kodėl vykdoma sveikos vaikų mitybos politika neduoda norimų rezultatų?

Darbo tikslas - Išanalizuoti vaikų sveikos mitybos politiką.

Darbo uždaviniai:

1. Aptarti vaikų sveikos mitybos ir sveikos mitybos politikos sampratas.
2. Išanalizuoti sveikos vaikų mitybos ir sveikos vaikų mitybos politikos situaciją Lietuvoje.
3. Iširti sveikos vaikų mitybos politikos formavimą ir įgyvendinimą Vilniaus rajone.

Hipotezė. Sveiką vaikų mitybą veikia tėvų požiūris, valdžios priimami sprendimai ir veiksmai bei ugdymo įstaigų iniciatyvos.

Tyrimo strategija. Tyrimui pasirinktas kiekybinis tyrimo metodas. Išanalizavus mokslinę literatūrą, sudaryta anketa iš uždarojo ir atvirojo tipo klausimų. Siekiant surinkti statistinius duomenis, naudojamas anketavimas internetu. Anketa buvo kuriama „Google Forms“ programą. Gauti duomenys buvo apdorojami ir analizuojami bei apskaičiuoti absoliučiais skaičiais ir išreikšti procentais. Anketose pateiktiems atsakymams užrašyti ir susisteminti, taip pat skaičiavimams, paveikslų darymui buvo pasitelkiama „Microsoft Excel 2021“ ir „IBM SPSS statistics“ programomis. Galutiniam tyrimo aprašymui ir rezultatų pateikimui buvo naudojama teksto redagavimo programa „Microsoft Word 2021“. Taigi, toks tyrimas leidžia išsiaiškinti pasirinktos temos esminius požymius, rūpimų reiškinų priežastinius ryšius bei funkcionavimo veiksnius. Kiekybinis tyrimas patrauklus savo aiškia struktūra, kuri parengiama remiantis moksline literatūra, jos nagrinėjama tyrimais, kurie padeda suformuluoti pagrindinę problemą, o šis tyrimas padeda ją atskleisti. Tyrimas tapo taip pat patogus dėl matematinės analizės metodo taikymo, kuris konkrečiai išskiria esminius rezultatus. Kiekybinis tyrimas padeda surinkti aiškius rezultatus siekiant aprėpti tam tikrą populiaciją, nustatyti tam tikrus ryšius, kadangi gavus išsamius atsakymus visą informaciją galima apibendrinti. Taip pat šis tyrimas pasižymi reprezentatyvumu, validumu ir objektyviais argumentais, kadangi vertinama didesnė populiacijos dalis. Kiekybinio tyrimo metodas pasitelkiant anketavimą leis atskleisti vykdomos politikos reikšmę, formavimą ir įgyvendinimą, atskleis politikos taikymo galimybes ir jos patikimumą, bei pokyčius.

Tyrimo metodai. Pirmas uždavinys buvo realizuojamas taikant metodinės ir mokslinės literatūros analizės metodus. Šiuo atveju nagrinėti įvairūs atlikti tyrimai, statistikos įvertinimo duomenys, diagramos, straipsniai ir kt. Nagrinėjant tekstus iš tyrimų, straipsnių ir kt., buvo randamos sąsajos tarp temos teorijos ir praktikos, kurios padeda aiškiai suvokti ankščiau taikytas strategijas ir politinius sprendimus. Šis metodas svarbus savo gilia analize, leidžiantis išanalizuoti temą įvairiais aspektais. Antras uždavinys buvo įgyvendinamas taikant mokslinės literatūros analizę, pasitelkiant įvairius tyrimus, statistikas, mokslinius straipsnius ir kt., nagrinėjant Lietuvos kontekstą, taip pat teisės aktų ir dokumentų analizės metodus. Rengiant šią dalį buvo nagrinėta Lietuvos statistika, tiek nutukimo atžvilgiu tiek sveikos mitybos problematiškumo klausimų. Šitoks būdas padėjo atskleisti vaikų mitybos situaciją Lietuvoje. Be abejo štai tokia analizė išskyrė ir pačios politikos formavimą tam tikrais laiko tarpais, politikos įgyvendinimą, išskiriant svarbiausius aspektus bei pateikiant pavyzdžius leidžiančius tokios informacijos patvirtinimą. Trečias uždavinys buvo įvykdytas atlikus sociologinį kiekybinį metodą – anoniminę anketinę apklausą, kiekybinio tyrimo įvertinimo bei aprašymo būdus. Buvo taikomi įvairūs matavimo ir struktūrizuoti stebėjimo metodai, siekiant išvengti respondentų atsakymuose subjektyvumo. Kiekvienas klausimas buvo išanalizuotas ir pateikti jo esminiai kriterijai siekiant atskleisti iškeltus uždavinius ir tikslą. Iš šios analizės buvo pateiktos apibendrintos ir visapusiškai patikrintos išvados apie išanalizuotus duomenis.

1. SVEIKOS VAIKŲ MITYBOS POLITIKOS TEORINIAI ASPEKTAI

1.1. Sveika vaikų mityba ir jos svarba

Maistas aprūpina organizmą maistinėmis medžiagomis ir suteikia energijos. Maisto medžiagos yra būtinos žmonių sveikatai, tačiau maisto produktuose ir toliau randama kitų junginių, o jų savybės sveikatai vis geriau suprantamos. Maisto pasirinkimai keičiasi visą gyvenimą, veikiami biologinių, socialinių, aplinkos veiksnių ir asmeninių savybių, tokių kaip genetika, lytis ir amžius, sąveikos. Vaiko ekologinė niša apima šeimą ir bendraamžius, kuriems įtakos turi bendruomenė, visuomenė, žiniasklaida ir maisto pasiūla. Tėvai savo vaikams suteikia maisto aplinką ir maisto bei valgymo patirtį. Mitybos įpročiai formuojasi jauname amžiuje ir išlaikomi vėlesniame gyvenime, laikui bėgant. Valgymo elgesys, nustatytas vaikystėje, išlieka, o tai turi pasekmių nervingumui ir netinkamai mitybos įvairovei, paaštrintam reagavimui į maisto užuominas ir padidėjusią nutukimo riziką (Scaglioni et al., 2018, p. 2). Ryšys tarp sveikos mitybos ir teigiamų sveikatos rezultatų yra gerai žinomas, todėl sveikos vaikų mitybos puoselėjimas gali pagerinti visuomenės sveikatą. Sveika mityba apibrėžiama kaip mitybos įpročių visuma, kuriuose įtraukiamas pakankamas maistinių medžiagų kiekis, tačiau neviršijamas energijos suvartojimo lygis, kad būtų patenkinti asmens energijos poreikiai. Danone Institute International įsteigtas bendradarbiavimas „Sveikos vaikų mitybos puoselėjimas“ nustatė keturias pagrindines temas, skatinančias ir remiančias vaikų sveikos mitybos praktiką šiuolaikiniame vakarų pasaulyje. Pirmoji – teigiamas tėvų maitinimas – tyrinėja, kaip vaikų auklėjimo praktika ir stiliai, tokie kaip: maisto ribojimo vengimas, leidimas vaikams patiems rinktis maistą ir vaikų skatinimas savarankiškai apriboti porcijų dydį, gali turėti įtakos vaikų mitybai. Antroji – valgymas kartu – pabrėžia ryšį tarp valgymo socializacijos. Trečioji – sveiko maisto aplinka namuose – tiria šeimos išteklių, maisto prieinamumo/galimybės, tėvų modeliavimo ir valgymo užuominų įtaką valgymo praktikai. Ketvirtoji – valgymo malonumas – susieja vaikų sveiką mitybą su malonumu (Haines et al., 2019, p. 125).

Stebint statistikos duomenis sveikos mitybos skatinimas tampa neabejotina kiekvieno asmens gerovės dalimi. Siekiant išsaugoti sveiką kartą svarbu atsižvelgti į mitybos rekomendacijas. Sveikos mitybos principai laikomi kertiniais aspektais siekiant užtikrinti visavertę mitybą. Siekiant užtikrinti pilnavertę mitybą, svarbu vartoti daug daržovių ir vaisių, taip pat įtraukti viso grūdo produktus, mėsą, žuvį, paukštieną, ankštines daržoves, kiaušinius ir riešutus. Reikia vengti pernelyg saldžių ar sūrinių produktų, mažiau valgyti cukraus ir kontroliuoti druskos vartojimą. Taip pat svarbu reguliariai gerti skysčius, ypač vandenį. Vienas iš pirmųjų rekomendacijų principų išskiriamas nuosaikumas. Kaip pavyzdys pateikiamas baltymų vartojimas, kuris vaikams labai svarbus siekiant stiprinti imuninę sistemą, padeda tinkamai vystytis ir skatina savalaikį augimą. Tačiau didelį kiekiai baltymų dažnai sukelia alergijas, bei bėrimus. Taip pat yra nevertingi maisto produktai: teigiama, kad saldumynų

vartojimą reikia riboti, nes jie turi nedaug naudingų medžiagų ir daug lengvai pasisavinamų angliavandenių, kurie gali būti greitas energijos šaltinis. Kitas svarbus principas tai įvairumas, kuriuo siekiama užtikrinti pakankamą skirtingų maistinių medžiagų suvartojimą. Kaip žinia, nėra nė vieno produkto, kurio sudėtyje būtų visos maistinės medžiagos. Kalbant apie maistą, kiekvienam asmeniui būtina gauti ne mažiau kaip 40 maistinių medžiagų. Ne mažiau svarbus yra ir maisto subalansavimas, kuris aprėpia maistinių medžiagų paskirstymą pagal amžių, lytį bei fizinio aktyvumo pasireiškimą kiekvieno asmens gyvenime (Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras, 2020, p. 6-7). Laikantis rekomendacijų galima užtikrinti optimalia vaikų sveikatą ir sekti sveikos mitybos žingsnius vedančius prie geresnių rezultatų sveikatos atžvilgių ateityje.

Sveikos mitybos vartojimas visą gyvenimą padeda išvengti visų formų netinkamos mitybos, taip pat įvairių NL ir būklių. Tačiau padidėjusi perdirbto maisto gamyba, sparti urbanizacija ir besikeičiantis gyvenimo būdas lėmė mitybos modelių pasikeitimą. Šiuo metu žmonės vartoja daugiau maisto, kuriame yra daug energijos, riebalų, laisvo cukraus ir druskos, ir daugelis žmonių nevalgo pakankamai vaisių, daržovių ir kitų maistinių skaidulų. Mityba laikui bėgant vystosi, jai įtakos turi daug socialinių ir ekonominių veiksnių, kurie kompleksiskai sąveikauja ir formuoja individualius mitybos modelius. Šie veiksniai apima pajamas, maisto kainas (kurios turės įtakos sveiko maisto prieinamumui ir įperkamumui), individualius pageidavimus ir įsitikinimus, kultūrinės tradicijas ir geografinius bei aplinkos aspektus (Healthy diet, 2020). Šiuolaikinėje visuomenėje mityba plačiai įtakojama, tiek kasdienių apsilankymų prekybos centruose metu, tiek peržvelgiant socialinius tinklus. Maitinimosi tendencijos plačiai diktuojamos reklamų, kurias dažniausiai skleidžia nuomonių formuotojai, aktoriai, modeliai bei kiti asmenys. Populiariuose „YouTube“ vaizdo įrašuose „influenceriai“ dažnai pažymi nesveiko maisto užuominas kaip teigiamos mitybos forma, kurie plinta tarp jaunuolių (Folkvord et. al., 2021. p. 1).

Sveikos mitybos praktika yra geros mitybos pagrindas, kuri pradedama jau nuo ankstyvų gyvenimo akimirkų. Mokyklos vaidina svarbų vaidmenį propaguojant sveiką mitybą ir gerą maitinimąsi ir gali sukurti vaikams palankią aplinką. Tačiau mokyklos maisto aplinka dažnai nėra palanki sveikai mitybai (World Health Organization, 2021, p. 1-2). Netinkama moksleivių mityba gali turėti neigiamų pasekmių sveikatai, pvz., NL, prastos pažinimo veiklos, psichologinių kančių ir prastos gyvenimo kokybės, kurios gali išlikti ir suaugus. Tad svarba tinkamos mitybos buvo pripažinta ne tik su gyvenimo būdu susijusių ligų kontrolei, bet ir įvairiems fiziniams aspektams, siekiant pagerinti gyvenimo kokybę (Teo et. al., 2019, p. 1-8). Darnaus vystymosi darbotvarkėje iki 2030 m. neinfekcinės ligos pripažįstamos kaip pagrindinis tvaraus vystymosi iššūkis. Pagal darbotvarkę valstybių ir vyriausybių vadovai įsipareigojo iki 2030 m. parengti ambicingus nacionalinius sprendimus, kad trečdaliu sumažintų priešlaikinį mirtingumą nuo neinfekcinių ligų, prevencijos ir gydymo pagalba (Obesity and overweight, 2021).

Akivaizdu, kad sveikos mitybos laikymasis yra pagrindinis kelias geresnės ateities link. Sveikos mitybos svarba vaikams apibrėžiama ne tik kaip nutukimo prevencija, bet ir tinkamo vystymosi, augimo ir formavimosi būdas. Užtikrinus sveiką mitybą, galima paskatinti vaiko sveikatos gerinimą ir savalaikį raidos vystymąsi, prisidedant tiek prie protinės veiklos gerinimo, tiek lėtinių ligų prevencijos.

1.2. Neužkrečiamųjų ligų sąsajos su mityba

Neužkrečiamos ligos (NL), taip pat žinomos kaip lėtinės ligos, yra sveikatos būklė, kuri yra susijusi su ilga trukme ir lėta eiga. NL yra neužkrečiamos ir yra veikiamos kelių veiksnių, įskaitant genetinių, fiziologinių, elgesio ir aplinkos veiksnių. PSO duomenimis, NL yra pagrindinė priežastis tarp mirčių visame pasaulyje, kuri kasmet sudaro 71 proc. visų mirčių skaičiaus. Tačiau NL terminas apima daugybę sveikatos problemų, tokių kaip kepenų, inkstų ir gastroenterologines ligas ir kitas būkles. Pagrindiniai rizikos veiksniai, prisidedantys prie NL yra susiję su nesveika mityba, fiziniu pasyvumu, tabako vartojimu ir alkoholio piktnaudžiavimu. Taigi dauguma šių ligų galima išvengti, nes jos ilgainiui progresuoja ankstyvame gyvenime priklausomai nuo gyvenimo būdo aspektų. Taip pat didėja susirūpinimas dėl netinkamos mitybos, kuri padidina riziką lėtinių ligų sukėlime ir sukuria problemas visuomenės sveikatos sektoriuje (Budreviciute et al., 2020, p. 2).

Augantis susidomėjimas gyventojų gerove ir ekonomikos augimu, pagrįstas bendrąja nacionalinės „laimės“ filosofija. NL epidemija trukdo šios filosofijos pažangą, nes tam būtina gera sveikata, norint pasiekti laimę. Tai strateginė galimybė NL sumažinimui ir gyventojų gerovės skatinimui, kuria galima naudoti prisijungus prie sveikatos sektoriaus su kitais sektoriais individualiu ir organizaciniu lygiu. Įvairūs mitybos veiksniai, tokie kaip mėsa, viso grūdo produktai apimantis sveikos mitybos modelius, taip pat cukrumi saldintų gėrimų vartojimas ir geležies turinčios dietos turi akivaizdų ryšį su NL. Be to, didelis perdirbtos mėsos vartojimas ir cukrumi saldinti gėrimai, derinami su kitais nesveikais gyvenimo būdo veiksniais, tokie kaip didelis kūno masės indeksas (KMI), fizinis neveiklumas ir rūkymas turi ryškų ryšį su NL. Viso grūdo produktai nepriklauso nuo KMI, turi apsauginį poveikį dėl didelio skaidulų kiekio ir gebėjimo lėtai išleisti gliukozę į apyvartą, kuri savo ruožtu sumažina insulino atsaką po valgio ir gali pagerinti jautrumą insulinui. Kaip žinia didelis kiekis gliukozės skatina hiperglikemiją, kuri sukelia diabetą (Budreviciute et al., 2020, p. 2-5). Mitybos veiksniai, tokie kaip skaidulos, antioksidantai ir omega-3 riebalų rūgštys susijusios su sumažėjusia koncentracija uždegimo žymenų, o kiti veiksniai, tokie kaip sočiųjų riebalų ir natrio kiekis susiję su padidėjusiu uždegimo lygiu. Štai Bordoni ir kt. tyrime nustatė, kad „uždegiminis balas“ pieno produktų turinčiose dietose - mažesnis, šiuo atveju buvo pabrėžta, kad pieno produktai mažina uždegiminius rodiklius (Hess et al., 2021, p. 4S). Akivaizdu, kad daugelis maisto produktų turi tiesioginį ryšį skatinant arba mažinant NL riziką.

Ilgalaikis antsvorio turėjimas ir mažas turimų gydymo būdų veiksmingumas pabrėžia būtinybę užkirsti kelią antsvoriui ir nutukimui kuo ankstyvesniame gyvenimo etape. Taip pat nutukimas

vaikystėje turi didelę ekonominę reikšmę ir socialines išlaidas, dėl kurių didėja našta sveikatos sistemoms, o vėliau sumažėja ekonominis našumas. Pavyzdžiui, JAV numatomos tiesioginės medicininės išlaidos, visiems 10-čiai vaiko gyvenimo metų dėl nutukimo, lyginant juos su panašiais vaikais esant normaliam svoriui ir numatytam svorio priaugimui suaugus, kurios sudaro nuo 12 660 iki 19 630 JAV dolerių (Di Cesare et al., 2019, p. 2). Nutukę vaikai ir paaugliai greičiausiai taps nutukę suaugusieji, kuriems gresia daugybė NL (Lauber et al., 2021, p. 1). Nesveika mityba padidina nutukimo ir neinfekcinių ligų, tokių kaip hipertenzija, širdies ir kraujagyslių ligų, diabeto, kai kurių vėžio formų ir įvairių lėtinių sutrikimų riziką (Haines et al., 2019, p. 125). NL prevencijai reikia tarptautinių ir nacionalinių intervencijų, kurios būtų skirtos su elgesių susijusiems rizikos veiksniams mažinti, tokiems kaip nesveika mityba (Gaucher-Holm et al., 2022, p. 1-2).

PSO apskaičiavo, kad iki 2020 m. NL sudarys 80 proc. pasaulinės ligų naštos (Doustmohammadian et al., 2020, p. 2). Šiandien 1 iš 3 mokyklinio amžiaus vaikų regione turi antsvorio arba nutukimą, o daugelyje šalių šis rodiklis didėja (Childhood obesity in European Region remains high: new WHO report presents latest country data, 2022). Neretai pastebima, kad nepakankama mityba ir nutukimas kartu egzistuoja toje pačioje šalyje, toje pačioje bendruomenėje ir tame pačiame namų ūkyje. Mažas ir vidutines pajamas gaunančių šalių vaikai yra labiau pažeidžiami dėl netinkamos vaikų mitybos (Obesity and overweight, 2021).

Mitybos racionas yra pagrindinis žarnyno reguliatorius mikrobiotos sudėties ir metabolitų gamybos atžvilgiu, kuris susijęs su keliu žarnyno ir ne žarnyno ligų progresavimo dažniu (Dominguez et al., 2021, p. 8). Kaip žinia vaikai, visame pasaulyje, valgymo įpročių ir socialinio elgesio mokosi iš savo tėvų/senelių, globėjų, brolių ir seserų bei bendraamžių. Todėl namų aplinka, bendruomenė ir mokykla yra esminiai švietimo šaltiniai, padedantys formuoti, ką, kiek, kada ir kaip vaikai valgo nuo pat gimimo, visą vaikystę ir paauglystę (Haines et al., 2019). Pagal dabartinę analizę, tėvų mitybos įpročiai ir maitinimo strategijos yra labiausiai dominuojantys vaiko valgymo elgsenos ir maisto pasirinkimo veiksniai. Tėvai turėtų parodyti savo atžaloms įvairius gero maisto pasirinkimus, o kartu veikti juos, kaip tinkami pavyzdžiai. Jiems prevencinės programos turėtų būti skirtos, atsižvelgiant į socialinius ekonominius aspektus ir išsilavinimą (Scaglioni et al., 2018). Taip pat dabartiniai įrodymai, apsiribojantys dietomis ir teigiamu žemės ūkio poveikiu, pateikia pagrindą maisto saugumo programoms, kurios apima mitybos rodiklius (Budreviciute et al., 2020, p. 6). Tad siekiant suvaldyti sergamumą, išskiriamos skirtingos mitybos strategijų svarbą, kuri laikymasis padės išvengti daugelio ligų. Tačiau akivaizdų, kad mitybos pradmenys bei pagrindas formuojasi kasdienybėje, kuri apimta ne tik individualių pasirinkimų, tačiau įtakojama ir aplinkos, kurioje konfigūruoja vaikas. Šiuo atveju svarbus bendras, daugiasektorinis bendradarbiavimas ir bendro tikslo siekimas.

1.3.Sveikos mitybos politika

Pasaulyje daugėjant nutukimo ir su mityba susijusių NL atsirado poreikis imtis didelių naujų maisto politikos iniciatyvų (Popkin, B. M. et al., 2021, p. 1). Mitybos įpročių gerinimas yra visuomenės, o ne tik individuali problema. Todėl tam reikalingas gyventojų daugiasektorinis, daugiadisciplinis ir kultūriškai svarbaus požiūrio keitimas (Unhealthy diet, 2022). Vyriausybės politika gali padėti palaikyti sveiką mitybą ir sumažinti atsvario lygį, nutukimą ir NL atvejus, sukuriant palankią maisto aplinką skatinančia sveikesnius pasirinkimus, pavyzdžiui, reguliuojant maisto prekybą arba mažinant vaisių ir daržovių kainas. Ankstesni bandymai, nesugebėjo užtikrinti optimalios rinkos, siekiant naudos gyventojų sveikatai, nes komerciniams interesams buvo leista vyrauti prieš visuomenės sveikatą. Siekiant sukurti palankią maisto aplinką, labai svarbu, kad vyriausybės imtųsi ryžtingų veiksmų ir plėtotų politiką, skirtą užkirsti kelią ir sustabdyti didėjantiems su mitybą susijusiems atsvario, nutukimo ir neinfekcinių ligų atvejams. Iki šiol vyriausybės paprastai rėmėsi „pasroviui“ taikomais metodais, įskaitant sveikatos informacijos ir švietimo kampanijas, kurioms reikia savarankiško asmenų gebėjimo ir sąmoningo veiksmų priėmimo, keičiant maisto vartojimą. Intervencijos dėl kurių vyksta struktūriniai maisto aplinkos pokyčiai, pvz., reikalaujama reglamentų maisto gamintojams, norint sumažinti transriebalų kiekį produktuose, tai gali veiksmingiau gerinti gyventojų mitybą remiant asmenų savaiminį sveiko maisto pasirinkimą. Labiau tikėtina, kad struktūrinė politika lems tvarius maisto vartojimo pokyčius, sukurs galimybes pagerinti sveikos mitybos pasiekiamumą, įperkumą, priimtinumą ir prieinumą pažeidžiamiausiose grupėse. Dėl to struktūrinės maisto aplinkos politikos, kartu su kitų sričių politikomis, gali padėti panaikinti mitybos ir sveikatos skirtumus (Djojosoeparto et al., 2021. p. 11).

Paprasta maisto ir mitybos politikos apibrėžtis būtų politika, kurioje aiškiai atsižvelgiama į sveikatos skatinimą. Nancy Milio (1990), mitybos politikos analizės pradininkė, aplinkos sąlygas – socialines, politines ir organizacines – laikė esminėmis politikos analizėje, nes jos yra susijusios su piliečių poveikiu ir atsaku į bet kokią konkrečią politiką. Todėl politikoje turėtų būti atsižvelgiama į politinį, socialinį ir organizacinį kontekstą, kuriame nustatoma: darbotvarkės apibrėžimas - jei viešoji problema paverčiama problema, kurios pakanka imtis viešosios politikos lygmeniu. Darbotvarkė laikoma problemų visuma, kurias, visuomenės nuomone, būtina spręsti kolektyviai ir kurioms reikalingas valdžios institucijos įsikišimas. Taip pat nustatomas problemos pagrindas, jos galimų sprendimų, tikslų ir strategijų nustatymas. Toliau, atrankos kriterijai, kas atsakingas už kriterijų nustatymą, pagrindinės suinteresuotosios šalys ir jų intervencijos laikas. Taip pat sėkmės, sėkmingų strategijų ir nesėkmių rodikliai bei politikos poveikis iš esmės suinteresuotoms šalims, žiniasklaidai ir plačiajai visuomenei. Galimybė išlaikyti politiką ateityje, bei institucijos ar organizacijos, kurios imasi planuoti, įgyvendinti ir vertinti atitinkamą politikos buvimą (Food Security, Nutrition and Health, 2019).

Nauja PSO veiksmų programa, skirta viešųjų maisto pirkimų ir sveikos mitybos paslaugų teikimo politikos kūrimui ir įgyvendinimui, siekiama padidinti sveiko maisto prieinamumą nustatant maisto, tiekiamo ir parduodamo viešose vietose, mitybos kriterijus. Veiksmų programa taip pat siekiama sumažinti ligų ir mirčių, kurių galima išvengti, skaičių dėl didelio druskos, cukraus ir riebalų, ypač transriebalų, vartojimo ir netinkamo nesmulkintų grūdų, ankštinių augalų, daržovių ir vaisių vartojimo. PSO generalinis direktorius dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus pabrėžia, kad viešos vietos, kurios tarnauja visai bendruomenei, įskaitant pažeidžiamiausias mūsų populiacijas, turi būti vietos, kuriose skatinama sveika mityba, o ne atgrasoma. Jo manymu vyriausybės turi rodyti pavyzdį ir užtikrinti, jog viešose vietose būtų patiekiamas ar parduodamas maistas, kuris prisidėtų prie sveikos mitybos ir gelbėtų gyvybes. Naujoji veiksmų sistema yra priemonė vyriausybėms plėtoti, įgyvendinti, stebėti ir vertinti viešųjų maisto pirkimų ir paslaugų politiką, kuri atitinka pagrindinius sveikos mitybos principus, išdėstytus esamose PSO rekomendacijose: apriboti natrio vartojimą ir užtikrinti, kad druska būtų joduota, apriboti laisvojo cukraus suvartojimą, pakeisti riebalų vartojimą nuo sočiųjų riebalų prie nesočiųjų riebalų, pašalinti pramoniniu būdu pagamintus transriebalus, padidinti nesmulkintų grūdų, daržovių, vaisių, riešutų ir ankštinių augalų vartojimą ir užtikrinti nemokamo, saugaus geriamojo vandens prieinamumą (WHO urges governments to promote healthy food in public facilities, 2021).

Sveiko maisto viešųjų pirkimų ir paslaugų teikimo politika padidina maisto produktų, skatinančių sveiką mitybą, prieinamumą bei riboja arba uždraudžia maisto produktų, kurie prisideda prie nesveikos mitybos, prieinamumą. Politika gali apimti visą maisto pirkimo, tiekimo, paskirstymo, paruošimo, aptarnavimo ir pardavimo procesą, siekiant užtikrinti, kad kiekvienas veiksmas atitiktų sveikos mitybos kriterijus. Kai kurios pasaulio šalys jau ėmėsi veiksmų propaguoti sveiką mitybą viešosiose įstaigose. Siekdama pagerinti vaikų sveikatą, Korėjos Respublika įsteigė Žaliojo maisto zonas, kurios reguliuoja maistą, kurį galima įsigyti 200 metrų atstumu nuo mokyklų. Šiose zonose įmonės negali pardavinėti maisto produktų, kurie viršija nustatytą kalorijų kiekį porcijoje, taip pat bendrą cukraus ir sočiųjų riebalų kiekį. Teigiama, kad viso pasaulio vyriausybės yra atsakingos už pavyzdį tiekdamos ir parduodamos maistą, kuris gerina jų žmonių sveikatą (WHO urges governments to promote healthy food in public facilities, 2021). Tad, siekiant palaikyti sveiką maitinimąsi, kuris padeda apsisaugoti nuo daugelio negalavimų bei NL, svarbu priimti veiksmus, kurie formuoja politiką užtikrinančia sveiką mitybą.

Kaip apibrėžta Pasaulinėje moterų, vaikų ir paauglių strategijoje sveikata 2016–2030 m., gera mityba yra labai svarbi siekiant palaikyti didžiausią įmanomą vaikų ir paauglių sveikatą. Svarbu apsvaistyti vaikų sprendimus, tačiau vaikai gali tik pasirinkti iš galimų variantų, todėl jų pasirinkimas yra ribojamas konkrečiomis siūlomomis galimybėmis. Vaikų pasirinkimai gali būti paveikti per postūmius, tai yra maži, subtilūs fizinės ir socialinės aplinkos pokyčiai kurie keičia vyraujančią pasirinkimo struktūrą ir kontekstą, kuriame priimami sprendimai. Sveikesnių variantų pasiūla gali

pakeisti mokyklinį vaikų maistą, maisto produktų, kurie prisideda prie sveikos mitybos, pasirinkimą. Taigi jie suteikia svarbią galimybę veikti, kartu su tokiomis priemonėmis kaip mitybos standartai mokykliniam maistui ir politika, susijusia su tiekimu ir maisto produktų, skirtų sveikai mitybai, pirkimu. Ši politika trumpai apibendrina loginį pagrindą ir įrodymus, kodėl svarbu skatinti sveiką mitybą mokyklose. Maisto sistemos pokyčiai gali tapti galinga varomąja jėga siekiant panaikinti alkį, maisto trūkumą ir netinkama mityba visomis jos formomis (World health organization, 2022, p. 1-2). Akivaizdu, kad vyriausybė yra neatskiriama sveikos mitybos politikos formavimo dalis, kuri priima sprendimus padedančius užtikrinti sveikos mitybos skatinimą, platinimą ir tęstinumą. Skatinant sveiką mitybą svarbūs aiškūs ir nuoseklūs veiksmai, padedantis apibrėžti kiekvieną veiklos sritį.

1.4.Sveikos vaikų mitybos politikos geroji praktika užsienio šalyse

Politikos formuotojai gali skatinti sveiką vaikų augimą ir vystymąsi: reguliuoti nesveiko maisto ir gėrimų rinkodarą vaikams, vykdyti PSO rekomenduojamų maisto produktų gamintojų ženklinimo taisykles, skatinant keisti maisto produktų, kuriuose yra daug cukraus, riebalų ir druskos sudėtį, įvesti fiskalines paskatas, pavyzdžiui, įvesti mokestį cukrumi saldintiems gėrimams, taip pat sudaryti palankesnes sąlygas gauti sveiko ir maistingo maisto mokyklose, kitose viešosiose įstaigose – įgyvendinant sveiko maisto viešųjų pirkimų ir paslaugų politiką – ir nepakankamai aptarnaujamose bendruomenėse bei remti vaikų mitybos įpročių, antropometrinių matavimų ir maisto aplinkos stebėjimo iniciatyvas, siekiant stebėti politikos poveikį (How healthy are children's eating habits? – WHO/Europe surveillance results, 2021). Siekiant užkirsti kelią vaikų netinkamai mitybai, reikalinga intervencijos programa, kurioje būtų integruotas mitybos ugdymas ir sveiko maisto aplinka mokykloje, siekiant teikti informaciją apie mitybą ir sustiprinti sveikos mitybos įpročius mokyklose (Teo et al., 2019, p. 1). Tad, apžvelgiant statistikos rezultatus bei rekomendacijas išskiriama neginčijamą programų vykdymo svarba.

PSO Mitybos departamentas ir Maisto sauga pradėjo kurti įrodymais pagrįstas maisto aplinkos politikos gaires. 2018 m. pradines prioritėtines politikos gairių sritis apėmė apsaugos politiką vaikams nuo žalingo maisto rinkodaros poveikio, maistingumo ženklinimo politikos ir mokesčių bei kainų politikos. 2019 m. Mitybos ir maisto saugos departamentas pradėjo ruošti mokyklinio maisto ir mitybos politikos plėtrai (World Health Organization, 2021, p. 1).

Skatinant intervencijas pabrėžiama, kad „Viskas turėtų būti labai iš anksto suplanuota ir suderinta. Gairės ar planai turėtų būti paruošti iš anksto“ (Dėl Įmonių darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybų pavyzdinių nuostatų patvirtinimo, 2011, cit. iš Pilipavičienė ir Vainauskas, 2018, p. 52). Teigiama, kad daugumoje vykdomų programų ir intervencijų daugiausia dėmesio skiriama asmeniniam ugdymui. Tam tikri bandymai buvo skirti gebėjimų ugdymui ir makropolitikos pokyčiams, pvz., mokyklos nusistovėjusios aplinkos pritaikymui, mažesnių porcijų dydžiui, sveiko maisto ir vandens prieinamumo ir pritaikomumo didinimui mokyklose bei prieigos ribojimui, pavyzdžiui pardavimo automatams

(Pereira, & Oliveira, 2021, p. 1). Skatinant sveiko maisto aplinką, įskaitant maisto sistemas, skatinančias įvairią, subalansuotą ir sveiką mitybą, reikia įtraukti daugybę sektorių ir suinteresuotųjų šalių, įskaitant vyriausybę, ir viešąjį bei privatųjį sektorius. Vyriausybė formuodama sveiką maisto aplinką, įgalina žmones priimti ir laikytis sveikos mitybos praktikos. Siekiant užtikrinti sveiką mitybą išskiriamos rekomendacijos politikos atstovams. Visų pirmą didinti paskatas gamintojams ir mažmenininkams auginti, naudoti ir parduoti šviežius vaisius ir daržoves; skatinant keisti maisto produktų sudėtį; įgyvendinant PSO rekomendacijas dėl maisto produktų ir nealkoholinių gėrimų rinkodaros vaikams; sveikos mitybos praktikos skatinimo standartų nustatymui užtikrinant sveiko, maistingo, saugaus ir įperkamo maisto prieinamumą mokyklose, kitose viešosiose įstaigose; tirti reguliavimo ir savanoriškas priemones ir ekonomines paskatas arba atgrasančius veiksmus (pvz., mokesčius ir subsidijas); skatinti tarptautines, nacionalines ir vietines maitinimo paslaugas ir maitinimo įstaigas gerinti savo maisto produktų maistinę kokybę – užtikrinti sveikų produktų prieinamumą ir įperkumą – ir peržiūrėti porcijų dydžius bei kainas. Visų antrą skatinti vartotojų sveiko maisto ir patiekalų paklausą šiais būdais: vartotojų informuotumo apie sveiką mitybą skatinimu; kuriant mokyklų politiką ir programas, skatinančias vaikus priimti ir laikytis sveikos mitybos; vaikų, paauglių ir suaugusiųjų švietimu mitybos ir sveikos mitybos praktikos klausimais; kulinarinių įgūdžių skatinimu apimant mokyklas; remti informaciją pardavimo vietoje, naudojant maistingumo ženklumą ir kt. (Healthy diet, 2020).

Svarbia dalį užima ir tinkamos kūdikių ir mažų vaikų maitinimo praktikos skatinimas: Tarptautinio motinos pieno pakaitalų rinkodaros kodekso ir vėlesnių atitinkamų Pasaulio sveikatos asamblėjos rezoliucijų įgyvendinimas; įgyvendinant politiką ir praktiką, skatinančią dirbančių motinų apsaugą; ir skatinant, apsaugant ir remiant žindymą sveikatos priežiūros tarnybose ir bendruomenėje, įskaitant kūdikiui palankios ligoninės iniciatyvą. 2004 m. Sveikatos asamblėja priėmė PSO pasaulinę dietos, fizinio aktyvumo ir sveikatos strategiją. Strategijoje raginama imtis veiksmų pasauliniu, regioniniu ir vietos lygiu, kad būtų remiama sveika mityba ir fizinis aktyvumas. Taip pat 2010 m. patvirtino rekomendacijas dėl maisto produktų ir nealkoholinių gėrimų rinkodaros vaikams. PSO taip pat sukūrė konkrečiam regionui skirtas priemones. 2012 m. Sveikatos asamblėja priėmė „Išsamų motinų, kūdikių ir mažų vaikų mitybos įgyvendinimo planą“ ir šešis pasaulinius mitybos tikslus, kurie turi būti pasiekti iki 2025 m., įskaitant vaikų išsekimo ir antsvorio mažinimą, žindymo gerinimą ir mažakraujystės ir mažo gimimo svorio mažinimą (Healthy diet, 2020).

Įrodymai yra vienareikšmiški, kad maisto rinkodara su kuria susiduria vaikai, keičia jų maisto pageidavimus, pasirinkimus, pirkinius ir suvartojimą (Protecting children from the harmful impact of food marketing: policy brief, 2022). Apribojimai ar standartai dėl transriebalų ir natrio buvo įdiegti daugelyje šalių, panašūs standartai apgalvoti ir dėl laisvo ir pridėtinio cukraus. Mokyklos ir darbo vietos yra natūralios ir vieną kitą papildančios siekiant užtikrinti veiksmingą mitybos politiką. Mokyklose, po

mokyklos ir ankstyvos vaikų priežiūros programose, vyriausybė turėtų skatinti mitybos standartus. Daugelyje tyrimų aptariant vyriausybės poveikį buvo siūlomi standartai rinkodarai, pvz.: apriboti maisto produktų reklamą vaikams ir gėrimus, kurie neatitinka mitybos pagrindus rekomenduojamus PSO ir Medicinos instituto (Mozaffarian, 2018). 2016 m. atliktas mokyklų politikos tyrimas 153 šalyse parodė, kad 53 (24 proc.) iš jų reguliuoja maisto ir gėrimų rinkodarą mokyklose ir 28-iose (18 proc.) galioja tam tikras maisto ir gėrimų pardavimo automatų mokyklose draudimas. Mokyklose atlikti sveikatos tyrimai parodė, kad daugelis dideles ir vidutines pajamas gaunančių šalių teigia, kad trečdalis paauglių geria bent jau po vieną saldintą gėrimą kasdien. Šiuo atveju PSO rekomenduoja mokesčius arba rinkliavas už cukrumi saldintus gėrimus kaip priemonę, sumažinti suvartojimą cukrumi saldintų gėrimų. Naujausi duomenys rodo, kad 45 šalys – beveik ketvirtadalis visų PSO valstybių narių – šiuo metu tai įgyvendina cukrumi saldintų gėrimų mokesčio ar rinkliavos forma (Taking action on childhood obesity, 2018, p. 1-5).

Televizija yra dažniausiai ribojama priemonė siekiant užkirsti kelia rinkodaros reklamoms. Pavyzdžiui, Pietų Korėjoje nesveiko maisto reklama draudžiama per televiziją nuo 17:00 iki 19:00, o Meksikoje draudžiama reklamuoti nesveiką maistą kurios auditorijoje yra vaikai kurių yra daugiau nei 35 proc., darbo dienomis nuo 14.30 iki 19.30 val., o savaitgaliais – nuo 7.00 iki 19.30 val. Čilė yra vienintelė šalis, derinanti reklamos apribojimus pagal turinį. Kitą vertus įvairiose šalyse rinkodarai per kitas žiniasklaidos priemones, tokias kaip kinas, mobilųjį telefoną, spaudą, pakuotes ir internetą, retai taikomi apribojimai. Nesveiko maisto rinkodara daro įtaką vaikų žinioms apie maistą ir prekės ženklą, daro įtaką jų pageidavimams, prašymams, pirkiniams ir valgymo įpročiams. Todėl visuomenės sveikatos mokslininkai ir advokatai, taip pat pirmaujančios pasaulinės sveikatos agentūros, tokios kaip PSO, rekomendavo įgyvendinti politiką, kuria būtų apribota arba panaikinta nesveiko maisto prekyba vaikams, kaip svarbiausią nutukimo prevencijos strategiją. Štai maisto ir gėrimų pramonės grupės savanoriškai sukūrė nacionalines ir tarptautines savireguliacijos programas, skatinančias atsakingesnę reklamą (Taillie et. al., 2019, p. 787 – 789).

Yra tam tikrų įrodymų, kad vaikai, lankantys ugdymo įstaigas, turi didesnę nutukimo paplitimą nei kiti. Dietos kokybei gerinti ugdymo įstaigose skirta politika gali turėti ilgalaikės naudos, nes valgymas ankstyvoje vaikystėje turi įtakos mitybos įpročiams ir sveikatos rezultatams visą gyvenimą. Skirtumai, kaip vyriausybės reguliuoja ir administruoja vaikų priežiūrą, taip pat prisideda prie sveikos mitybos politikos kūrimo ir įgyvendinimo. Vertinimas sveikos mitybos politikos, skirtos mažas pajamas gaunantiems vaikams, ugdymo įstaigose Pietų Karolinoje, parodė, kad bendra vaikų mitybos kokybė nepagerėjo trims mėnesiams po šios politikos įgyvendinimo. Tačiau vaikams centruose, kuriems taikoma mitybos pokyčių politika, pagerėjo vaisių ir liesų baltymų suvartojimas, palyginti su vaikais

centruose, kuriuose tokios politikos nėra. Sveikos mitybos politika buvo nukreipta į vaisių ir liesų baltymų vartojimą, todėl buvo tikimasi pokyčių (Zaltz et al., 2020, p. 1-3).

2008 m. JAV Šviežių vaisių ir daržovių programa buvo išplėsta nacionaliniu mastu, skirta pradinėms mokykloms, kuriose mokosi daugiausia mažas pajamas gaunančių asmenų, kad mokiniams būtų teikiami nemokami vaisiai ir daržovės įprastinio maitinimo mokykloje (Micha et al., 2018, p. 2-3). 2016 m. Kanados vyriausybė paskelbė sveikos mitybos strategiją, kad kanadiečiams būtų lengviau pasirinkti sveikesnį maistą. Strategijos iniciatyvos apėmė maistingumo ženklavimo pakuotės priekyje įvedimą, lentelių su maistingumo duomenimis atnaujinimą (Gaucher-Holm et. al., 2022, p. 2). Didžiosios Britanijos modelyje, kuris naudojamas ir Airijoje, naudojamas balų metodas, pagal kurį skaičiuojami taškai naudingų maistinių medžiagų arba sudedamosios dalys (Taillie et. al., 2019, p. 805). Akivaizdu, kad daugelis šalių stengiasi įvesti kiek įmanoma daugiau PSO rekomendacijų siekiant skatinti sveiką mitybą ir ugdyti jos įpročius. Kiekvieną šalį taiko jai priimtinausias formas remiantis sociokultūrinę aplinką, bei toje šalyje vyraujančiomis vertybėmis.

2. VAIKŲ SVEIKOS MITYBOS SITUACIJA LIETUVOJE

2.1. Vaikų sveikatos rodiklių statistika

Tinkama mityba yra būtina norint, kad dabartinės ir būsimos kartos būtų sveikos visą gyvenimą (Poor Nutrition, 2022). Nagrinėjant vaikų ligų priežastis tarp ligų grupių, didžiausias pokytis fiksuotas endokrininės, mitybos ir medžiagų apykaitos ligų srityse, kurios nuo 2014 iki 2018 metų išaugo nuo 98,2 iki 106,7/ 1000 gyventojų, tai sudarė 8,7 proc. atvejų padidėjimą. Lietuvoje tarp dažniausių vaikų ligų statistikos aukšta vietą užėmė virškinimo sistemos ligos, kurios 2018 m. užėmė penkta vietą pagal savo pasireiškimo dažnį – 146,5 tūkstančiui gyventojų. Dažniausios virškinimo trakto ligos 2018 m. buvo dispepsija bei skrandžio ir dvylikapirštės žarnos ligos (38,9/1 000 gyv.), gastritas ir duodenitas (30/1 000 gyv.), taip pat burnos ertmės, seilių liaukų ir žandikaulių ligos (17,5/1 000 gyv.), stemplės ligos (16,4/1 000 gyv.) bei kitas neinfekcinis gastroenteritas ir kolitas (6,71/1 000 gyv.) ir kirmėlinės ataugos ligos (4,65/1 000 gyv.) (Našlėnė ir kt., 2020, p. 39-52).

Remiantis Lietuvos higienos instituto duomenimis jaunesnių vaikų statistiką, 2-6 metų vaikų tarpę nutukimas nustatytas 3,4 proc., o antsvoris 7,4 proc. O štai antsvorį turinčių mokinių dalis 7-17 metų stebint penkerių metų statistiką padidėjo 2,3 proc. 2016-2017 m. sudarė 15,2 proc. Nutukimo atvejų tarp 7-17 metų vaikų nustatyta 8,2 proc. ir 17,5 proc. antsvorio atvejų per 2020-2021 m. Šių rodiklių vertę lyginant su 2019-2020 m. atitinkamai išaugo 1 ir 1,1 proc. Tad, stebint statistiką nutukimo atvejų daugėja. Atliekant profilaktinius sveikatos tikrinimus pastebima nutukimo didėjimo tendencija (Gadžijeva ir Židonienė, 2021, p. 31-32). Nustatytas jaunuolių ir vaikų KMI, 2020- 2021 m., kuris 63,7 proc. buvo normalus, 14,6 proc. – per mažas, bei 21,7 proc.- turėjo antsvorio, tarp kurių 6,9 proc. – nutukę. Tarp 2-6 metų amžiaus vaikų, pastebėtas didžiausias per mažo svorio skaičius, lyginant su kitomis amžiaus grupėmis. Atitinkamai per mažas svoris pasireiškė tarp 7-17 metų – 11,1 proc. Labiausiai antsvoris pasireiškė tarp 7-17 metų amžiaus vaikų - 25,7 proc., šis rodiklis tarp kitų amžiaus grupių mažesnis, pavyzdžiui tarp 2-6 metų vaikų šis rodiklis siekia 10,8 proc. Remiantis Higienos instituto duomenimis, šie rodikliai lyginant su 2016 m. pakito, analizuojant 2020-2021 m., normalų svorį turinčių 7-17 metų amžiaus vaikų kiekis sumažėjo 4,5 proc., o antsvorio dalis išaugo nuo 21,3 proc. iki 25,7 proc. ES–SPGS tyrimo 2019 m. duomenyse nurodyta, kad nors vienas iš namų ūkiuose gyvenančių vaikų (7 proc.) negauna pakankamo kasdieninio daržovių ir vaisių kiekio, dėl sudėtingo įperkamumo. Tokie sunkumai iškyta ypač daugiavaikėse šeimose, kurių pajamos ganėtinai mažos – 38,7 proc., bei šeimose kurias išlaiko tik vienas iš tėvų – 26,1 proc., atitinkamai turinčios taip pat mažas pajamas, skatinančias nepilnavertės mitybos riziką (UNICEF, 2021, p. 104-105). Akivaizdu, kad vaikų virškinimo ir medžiagų apykaitos ligų atvejai didėja, o nutukimas bei antsvoris tampa vis didesne problema. Ypač pastebimi sunkumai daugiavaikių ir mažas pajamas turinčių šeimų kontekste. Šie duomenys atskleidžia svarbią šių sričių problematiką

2.2. Vaikų mitybos situacija Lietuvoje

Nėra abejonių, kad sveika mityba padeda pagerinti vaikų sveikatą ir gyvenimo kokybę. Tačiau, pastaruoju metu pastebimi vaikų mitybos būklės blogėjimo požymiai tiek pasaulyje, tiek Lietuvoje. Ypatinga reikšmė turi vaikų mityba, kadangi vaikai apima jautriausią sritį tarp visos visuomenės grupių. Vaikai negali savarankiškai spręsti bei pasirinkti savo mitybos raciono, tad jų grupė skaitoma pažeidžiamiausia. Tėvų turimos žinios apie sveiką mitybą, šeimos socialinė ir ekonominė padėtis, taip pat jų gyvenamoji vieta ir kiti apsektai, turi tiesioginę įtaką vaikų mitybai (Našlėnė ir kt., 2020, p. 18). Tėvų išsilavinimas taip pat turi įtakos vaiko sveikai mitybai, kadangi aukštesnį išsilavinimą turintys tėvai siekdami užtikrinti gera vaiko sveikatą renkasi sveikesnį maistą (Genevičiūtė, 2021, p. 50).

PSO sukūrė ikimokyklinio amžiaus vaikų rekomendacijas. Jose nustatyta, kad vaikai turi valgyti reguliariai 4-5 kartus per dieną, kiekvieną dieną pusryčiauti, valgyti kuo įvairesnį maistą, suvalgyti mažiausiai 400 gramus per dieną įvairių daržovių, kurias turėtų neapimti bulvės, taip pat gerti vandenį, kuris turėtų būti raciono pagrindu. Aptariant 2016 metų vaisių ir daržovių vartojimą, pastebėta, kad mažiausiai kartą per dieną valgančių vaisius mokinių skaičių sudarė 38,6 proc. Didžiausias vaisių vartojimas pastebėtas tarp penktokų – 44,1 proc. O daržovių suvartojimas buvo dar mažesnis - 36,5 proc. Jų didžiausias vartojimo dažnis, lyginant vyresnių klasių tarpe, pastebėtas taip pat tarp penktokų. HBSC tyrimo duomenys atskleidė, kad per pastaruosius penkis metus nevalgančių vaisių ir daržovių mokinių skaičius Lietuvoje mažėjo. Šis skaičius pakito nuo 67,6 proc. iki 65,7 proc. Nuo 2014 m. pastebėtas 3,2 proc. punktais sumažėjimas tarp kasdien nevalgančiųjų daržoves mokinių skaičiaus, šis skaičius kito nuo 69,6 proc. iki 66,4 proc. Remiantis duomenimis daroma prielaida, kad likusieji kasdien valgo vaisius ar daržoves ir jų dalis per 2014-2018 m. Lietuvoje didėjo. Kito 2019 m. SLMPC tyrimo rezultatai parodė, jog daržovių vartojimas buvo panašus į vaisių bei uogų vartojimą, kuriuos vartojo du trečdaliai vaikų kiekvieną dieną, taip pat beveik du trečdaliai vaikų vartojo daržoves, vaisius ir uogas - kelis kartus per savaitę. Mieste gyvenančių mergaičių tarpę pastebėtas šiek tiek dažnesnis daržovių vartojimas bei pabrėžta, kad jaunesni vaikai dažniau vartoja daržoves (neapimant bulves), vaisius ir uogas. Daržovių ir vaisių per parą vidutiniškai suvartojama 148,1 g., tarp kurių skaičiuojami grybai, perdirbtos ir konservuotos daržovės, daržovių salotos bei sriubos (Našlėnė ir kt., 2020, p. 18-19).

2017-2023 mokslo metų vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo ugdymo įstaigose skatinimo programos strategijoje, nustatyta, kad ugdymo įstaigos turi pasiekti 70 proc. įstaigas lankančių vaikų reguliarių kelių kartų per dieną vaisių ir daržovių vartojimą. Šią strategiją tvirtino Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministras 2017 m. liepos 25 d. įsakymų Nr. 3B-489. 2019 m. tyrimas atskleidė, kad vaisių, daržovių ir uogų vartojimas labai panašus, kadangi du trečdaliai vaikų kasdien vartoja po kartą ar kelis kartus daržoves, vaisius ir uogas. Nepakankama vaisių, uogų ir daržovių vartojimą išskiria ne tik Lietuva, bet ir kitos šalys (Bartkevičiūtė ir kt. 2020, p. 45). Išnagrinėjus mokyklinio amžiaus vaikų

mitybą, padaryta išvada, jog ne visų vaikų mitybos įpročiai atitinka sveikos mitybos rekomendacijas. Lietuvoje vaikai dažnai nevartoja pakankamai vaisių ir daržovių: 2020 m. bent kartą per dieną vaisius valgusių vaikų gretas sudarė – tik 34,4 proc., o vartojusių daržoves bent kartą per dieną – tik 31,7 proc. Pagrindiniu mitybos kokybės rodikliu, laikomas dažnas ir pastovus vaisių ir daržovių vartojimas. Pastebima, kad priverstinis baltymų trūkumas dėl įperkamo kliūčių, dažniau pasitaiko mažas pajamas gaunančiose šeimose, kuriose auga išlaikomi vaikai. Namų ūkiuose, kuriuose yra išlaikomų vaikų, 2020 m. rizikos dėl priverstinio baltymų trūkumo buvo 9,1 proc. namų ūkiuose su išlaikomais vaikais, kurie priskirti mažas pajamas gaunantiems – rizika siekė 20,6 proc. Ypač mažas pajamas turinčios nepilnos šeimos - 26,1 proc. ir mažas pajamas turinčios šeimos, auginančios tris ir daugiau vaikų - 42,3 proc. Siekiant užtikrinti tinkama vaikų vystymąsi, augimą ir sveikatą, vienas iš svarbių aspektų yra subalansuota ir reguliari mityba. Esant vaisių, daržovių ir baltymų trūkumui ar esant perdirbto maisto pertekliui, didėja rizika sirgti įvairiomis lėtinėmis ligomis bei vystytis įvairiems sutrikimams, kurie gali atsirasti bet kuriame gyvenimo etape (UNICEF, 2021, p. 102-105).

Higienos instituto 2020 m. duomenys, praneša, kad ryškesnis skirtumas vartojant vaisius ir daržoves pastebimas tarp žemesnio socialinio ir ekonominio sluoksnio šeimose gyvenančių vaikų. Dauguma vaikų dažnai vartoja saldžius gėrimus, užkandžius, saldumynus bei kitus mažos maistinės vertės produktus. Remiantis 2020 m. statistika, 17,1 proc. vaikų vartodavo saldumynus ne rečiau kaip kartą per dieną, o 32 proc. vaikų juos vartodavo 2-4 dienas per savaitę. Kasdienis gazuotų gėrimų vartojimas fiksuotas tarp 10,5 proc. vaikų, o bent karto per savaitę tarp 48,2 proc. vaikų. Neatsižvelgiant į įsigaliojusi reglamentą dėl gazuotų gėrimų ir saldumynų tiekimo ribojimo švietimo įstaigose, šių produktų daugiausia vartoja 5-8 klasių mokiniai (UNICEF, 2021, p. 105). Karšto maisto vartojimo analizė atskleidė, kad kas antras mokyklinio amžiaus vaikas pietauja karšu maistu – 51,2 proc. Karštą maistą pasirenka jaunesnieji 1-4 klasių, nei vyresni 5-8 ir 9-12 klasių vaikai. Kalbant apie vandens vartojimą, nėra nubrėžtų tikslų ribų privalomam vandens kiekiui per dieną, kurį turėtų išgerti vaikas, kadangi kiekiai skaičiuojami pagal individualias savybes apimant lytį, amžių, fizinį aktyvumą ir kt., tačiau yra nustatytas mažiausias rekomenduotinas paros kiekis apimantis ne mažiau kaip 4 stiklines jaunesnio amžiaus vaikams ir 6-8 stiklines vyresniems. 2019 m. visų amžiaus grupių tyrimų nustatyta, kad vaikai nepakankamai vartoja skysčių, kadangi kas šeštas respondentas nurodė vartojantys apie 1-2 stiklines vandens ir du trečdaliai moksleivių išgeria 4 arba daugiau stiklinių vandens paroje, o 6 stiklines išgeria trečdalis visų apklaustųjų (Bartkevičiūtė ir kt., 2020, p. 79)

Išnagrinėjus Lietuvos mokinių energijos ir maistinių medžiagų paros kiekius, kuriuos kasdien suvartojama, daroma išvada, kad maisto porcijose yra riebalų perteklius, kadangi iš rekomenduotinų 25 proc. riebalų, maiste aptinkama 40,7 proc. energinės vertės, sočiųjų riebalų kiekis taip pat perteklinis, kadangi vidutiniškai rekomenduotina paros energija sudaro ne daugiau kaip 10 proc., o nustatyta 13,02

proc. Tokios tendencijos stebimos ir cukraus atveju, kurios taip pat viršija rekomenduojamus kiekius. Tuo tarpu skaidulinių medžiagų vaikai gauna mažiau nei rekomenduojama. Visose moksleivių amžiaus grupėse nustatytas daugelio medžiagų apimant vitaminus trūkumas, kuriuos mokinys turėtų gauti per parą. 3-7 metų vaikams nedideliais kiekiais trūksta vitaminų D, B1, B12, niacino, pantoteno rūgšties, kalcio ir geležies. Remiantis prasta vaikų mitybos statistika, skatinama atlikti tyrimus, kurių metų rekomenduojama naudotis nacionaliniais, PSO ir Europos Sąjungos strateginiais dokumentais, kuriuose didžiausias dėmesys skiriamas vaikams bei jaunimui siekiant užtikrinti sveiką mitybą ir užkirsti kelia lėtinėms neinfekcinėms ligoms (Bartkevičiūtė ir kt. 2020, p. 40-84).

2.3.Sveikos vaikų mitybos politikos formavimas ir įgyvendinimas Lietuvoje iki 2009 m.

Pirmąjį Europos maisto ir mitybos politikos veiksmų planą 2000-2005 m. patvirtino PSO Europos regioninis komitetas 2000 m., kuriame raginio visas valstybes rengti nacionalines maisto ir mitybos politikas. Šiuo dokumentų vyriausybėms buvo pabrėžtos gyventojų mitybos problemos ir skatinta pradėti rengti gyventojų mitybos ir fizinio aktyvumo gerinimo programas. Pasaulinę mitybos, fizinio aktyvumo ir sveikatos strategija PSO patvirtino 2004 m., norint pagerinti gyventojų mitybą ir skatinti fizinį aktyvumą, šioje programoje apibrėžė visus suinteresuotų pusių veiksmus pasauliniu, regioniniu tiek vietiniu, lygmenimis. Štai 2006 m. buvo priimta Europos kovos su nutukimu chartija, kurioje didžiausias dėmesys buvo skirtas problemoms susijusioms su gyventojų mityba ir fiziniu aktyvumu, šias problemas spręsti buvo raginamos vyriausybės. Nutukimo chartija buvo priimta Europos sveikatos apsaugos ministrų konferencijos metu, vykusioje Stambule. Taip pat buvo priimti ir kiti svarbūs tarptautiniai dokumentai, kuriuose numatyti mitybos gerinimo strateginiai tikslai ir kryptis, pvz.: Tūkstantmečio vystymosi tikslai (2000 m.), Pasaulinė kūdikių ir mažų vaikų maitinimo strategija (2003 m.), Europos vaikų ir paauglių sveikatos ir vystymosi strategija (2005 m.), Europos neinfekcinių ligų profilaktikos ir kontrolės strategija (2006 m.). Antrąjį Europos maisto ir mitybos politikos veiksmų planą 2007-2012 m. parengė PSO Europos regioninis biuras. Šiame plane išskelti įvairūs sveikatos tikslai, kuriais siekiama sumažinti neinfekcinių ligų dažnius kurie susiję su mityba, taip pat siekiamas vaikų ir paauglių nutukimo paplitimo krypties keitimas iš didėjimo tendencijos į mažėjimo pokytį, kitas buvo sumažinti sutrikimų dažnius susijusius su mikroelementų ir vitaminų stoka bei su mitybą susijusių ligų sergamumo mažinimą, kaip pavyzdys būtų ūmios žarnų užkrečiamosios ligos (Petkevičienė ir kt., 2014, p. 80-81).

1997 metais Respublikinis mitybos centras atliko Lietuvos gyventojų faktiškos mitybos tyrimus, kurių metu paaiškėjo, kad Gyventojų maisto racione bendras riebalų kiekis viršija fiziologines riebalų normas. Nurodyta, kad paros energijos pasiskirstymas tarp medžiagų neatitiko nustatytų normų. Nustatyta, kad gyventojai vartoja per mažai maistinių skaidulų. Tad strategijos įgyvendinime buvo

akcentuotas siekimas, kad Lietuvos piliečių maisto sudėtis prilygtų PSO rekomendacijoms (Dėl valstybinės maisto ir mitybos strategijos ir jos įgyvendinimo priemonių 2003–2010 metų plano patvirtinimo, 2003). Valgiaraščių vertinimas atskleidė, kad dažniausiai ugdymo įstaigos nesivadovauja maistinių medžiagų normų ir paros energetinėmis rekomendacijomis, tad pastebėti per dideli arba per maži baltymų, riebalų ir angliavandenių kiekiai bei kaloringumas. Daugumą valgiaraščių buvo sudaryti neatsižvelgiant į atskiras amžiaus grupes, bei vaisių ir daržovių tiekimas buvo taip pat ne kasdienis (Maitinimo organizavimo pasikeitimai vaikų ugdymo įstaigose, 2012).

Nuo 1995 metų Lietuvoje vyko tarptautinė Jungtinių Tautų vaikų fondo (UNICEF) remiama skydliaukės ligų mažinimo programa, kuria buvo siekiama sumažinti jodo apykaitos sutrikimų paplitimą susijusi su skydliaukės ligomis. Atlikus šlapimo tyrimą tarp 2087 moksleivių, buvo nustatyta, kad 46 proc. respondentų turėjo jodo trūkumą. Atsižvelgus į skydliaukės palpacijos tyrimo rezultatus, 52,8 proc. 8-10 metų mokiniams nustatyti skydliaukės pakitimai. Remiantis visais duomenimis buvo padaryta išvada, kad Lietuva priskiriama prie regionų, kuriuose pripažintas jodo trūkumas. Buvo išsikeltas siekis užtikrinti pakankama jodo kiekį Lietuvos gyventojų maiste, ir užtikrinti, kad iki 2005 m. nebeliktų su jodo trūkumu maiste susijusių sveikatos sutrikimų. Buvo suplanuota vykdyti jodo stokos tikslinimo programą, kuri aprėptų įvairias žmonių grupes įtraukiant ir vaikus (Dėl valstybinės maisto ir mitybos strategijos ir jos įgyvendinimo priemonių 2003–2010 metų plano patvirtinimo, 2003). LR sveikatos apsaugos ministras 2003-07-01 įsakymu Nr. V-392 įvedė 16 punkto pakeitimus dėl valgomosios druskos prekybos. Kadangi nurodė, jog siekiant išsaugoti piliečių sveikatą nuo ligų, kurioms įtakos turi jodo trūkumas pagal savo geografinę teritorijos jodo trūkumo rodiklius, viešosiose vietose ir mažmenos parduotuvių maisto skyriuose bus parduodama tik 20-40 mg/kg. joduotos druskos turinti duona. Šis pakeitimas įsigaliojo nuo 2005-01-01 pagal HN 15:2003 „Maisto higiena“ (Mickevičius ir kt., 2005). Remiantis 2005 m. priimtų reikalavimų dėl joduotos druskos panaudojimo, tarp Lietuvos, Lenkijos ir Latvijos vaikų stebimi teigiami pokyčiai: didėja šlapime randamo jodo kiekio mediana, bei jodo trūkumą turinčių vaikų skaičius mažėja. Manoma, kad šie pokyčiai vyko dėl joduojamos druskos. Vilniaus mieste maždaug trečdalis (30,8 proc.) 6-12 metų vaikų vartoja per mažai jodo. Jodo stoka dažniau pasitaiko tarp vaikų vartojančių druską be jodo, bei valgantiems ne naminių maistą ir turintiems apribotą dietą (Zabulienė ir kt., 2021, 47-48). Jodo kiekio nustatymui, nacionalinio maisto ir veterinarijos rizikos vertinimo instituto laboratorijose vykdomi druskos tyrimai. Šiame institute per 2009 m. sausio- lapkričio laikotarpį buvo atlikti laboratoriniai tyrimai su 14 joduotos druskos mėginių. Atliktuose tyrimuose išaiškėjo, kad tiriami mėginiai atitiko Lietuvos higienos normos HN 15:2005 „Maisto higiena“ reglamentuotas normas (Joduotos druskos vartojimas gali kompensuoti jodo trūkumą, 2016).

1998 metais LR SAM įsakymų dėl Lietuvos higienos normos HN 21:1998 „bendrojo lavinimo mokyklos higienos normos ir taisyklės“, buvo nustatyti reikalavimai vaikams nemokamai suteikti

geriamąjį vandenį. Iškeltas reikalavimas visoms mokykloms prisijungti prie vandentiekio bei kanalizacijos tinklų. Pabrėžta, kad vanduo privalo atitikti numatytus standartus. Pagal reikalavimus šalto vandens čiaupai privalėjo būti kiekvienoje klasėje. O karštas ir šaltas vanduo turėjo būti informatikos, braižybos-tapybos kabinetuose, dirbtuvėse, techninio personalo patalpose, sveikatos priežiūros kabinetuose, valgyklose, virtuvėse ir higienos kambariuose (Dėl Lietuvos higienos normos HN 21:1998 „bendrojo lavinimo mokyklos higienos normos ir taisyklės“ tvirtinimo, 1998).

1999 m. mažas pajamas turinčių šeimų moksleivių nemokamo maitinimo organizavimo bendrojo lavinimo mokyklose įsakyme buvo reglamentuotas mažų pajamų šeimų vaikams, besimokantiems bet kokio tipo bendrojo lavinimo mokyklose nemokamas maitinimas. Šis maitinimas skirstomas iš valstybės biudžeto lėšų. Tokio pobūdžio maitinimas teikiamas mokiniams atsižvelgiant į šeimos pajamas. Pagal 2000 m. balandžio 17 d. LR vyriausybės patvirtintas pašalpų skyrimo ir mokėjimo nuostatas, pajamos lyginamos su valstybės remiamų pajamų dydžiais per mėnesį, kur vienas šeimos narys turėtų turėti mažesnę nei 1,5 tokių pajamų dydžio per mėnesį. Taip pat maitinimas gali būti skiriamas ir atsižvelgiant į šeimų materialines sąlygas, kurias nustato steigėjai remdamiesi skirtomis lėšomis. Mokamose bendrojo lavinimo įstaigose nuo mokesčių atleistų, mažas pajamas gaunančių šeimų vaikai, nustatytais atvejais, taip pat gali gauti nemokama maitinimą. Nemokamas maitinimas mokiniams paskirstomas šitaip: pietūs; pietūs ir pusryčiai, ypatingai sunkiai gyvenančių šeimų mokiniams (Dėl mažas pajamas turinčių šeimų moksleivių nemokamo maitinimo organizavimo bendrojo lavinimo mokyklose tvarkos patvirtinimo, 1999). Vėliau šis įsakymas buvo pakeistas kitų 2006 metų „Dėl mokinių nemokamo maitinimo Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos įsteigtose mokyklose tvarkos aprašo patvirtinimo“ įsakymu, jame reglamentuojami kriterijai kuriais remiantis mokiniai turi teisę į nemokamą maitinimą. Taip pat įsakymas nustato nemokamo maitinimo organizavimą, veiklos koordinavimą ir biudžeto naudojimą besimokantiems LR švietimo ir mokslo ministerijos įsteigtose bendrojo lavinimo ir profesinėse mokyklose besimokantiems mokiniams (Dėl mokinių nemokamo maitinimo Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos įsteigtose mokyklose tvarkos aprašo patvirtinimo, 2006).

2000 metais buvo priimtas ir Maisto įstatymas, kuris nustatė reikalavimus dėl maisto tvarkymo ir tiekimo į rinką reikalavimus, taip pat siekiant užtikrinti maisto saugą – valstybės institucijų ir visuomeninių vartotojų teisių gynimo organizacijų kompetenciją, kartu užtikrina ir paslaugų tiekėjų, maisto gamintojų, pardavėjų pareigų ir atsakomybių reglamentavimą. Pagrindiniai įstatymo tikslai apima: saugos reikalavimų pagal teisės aktus ir šį įstatymą maisto tiekimui į rinką atitikimą; maisto atitikimą tarptautiniam laisvam prekių judėjimo reikalavimams, Lietuvos gamintojo galimybes plėsti savo maisto prekių eksportą į užsienį ir Lietuvos maisto konkurencijos užtikrinimą tarptautinėje rinkoje; bei ekologiškų žemės ūkio produktų gamybos skatinimą užtikrinanti sveikesnę mitybą tarp Lietuvos gyventojų, kurios pasekoje gerės žmonių sveikata susijusi su maistų bei maitinimusi (Lietuvos

Respublikos Maisto įstatymas, 2000). Pažymėtina, kad minėtos priemonės turėjo įtakos ekologinių ūkių užsiimančių gamybą ir ekologiškų produktų perdirbimo įmonių plėtrai. 2000 m. buvo tik aštuonios ekologiškų produktų perdirbimo įmonės, o 2007 m. jų jau buvo 25. Tuo pat laikotarpiu ekologinių ūkių skaičius išaugo nuo 230 iki 2865. Siekiant skatinti ekologiškų produktų gamybą buvo patvirtinta 2007–2010 m. ekologinio žemės ūkio plėtros programa. Nuo 2006 m. sausio 1 d. ėmė galioti 5 proc. PVM tarifo ekologiškiems maisto gaminiams lengvata (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008).

Nagrinėjant vaikų ir paauglių mityba buvo atlikta Lietuvos mokyklinio amžiaus faktiškos vaikų mitybos anketinė apklausa, kurios metu išaiškėjo, kad mieste ir kaime gyvenančių 11–17 metų mokinių dienos maisto davinio energijos vertė atitiko reikalavimus pagal savo normą. Taip pat tyrimai parodė per mažą vaisių, daržovių ir pieno bei jo produktų vartojimą moksleivių tarpe. Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos duomenys 2001 m. atskleidė, kad vaikai dažnai gaudavo sumuštinis arba bandelę su arbata, kadangi ne visose pagrindinėse ir vidurinėse bendrojo lavinimo mokyklose buvo valgyklos ir bufetai. Nustatyta, kad 27 proc. mokinių gauna nemokamą maitinimą, tačiau iš jų ne visi gauna karštą maistą. 2002 m. liepos 19 d. LR Vyriausybės nutarimu Nr.1182 „Dėl prioritetinių Lietuvos mokslinių tyrimų ir eksperimentinės plėtros kryptių patvirtinimo“ buvo įteisinta nuostata, dėl geros kokybės, saugios ir ekologiškai švarios maisto technologijos, kuri laikoma Lietuvos mokslinių tyrimų ir eksperimentinės plėtros prioritetinę kryptimi 2002–2006 m. (Dėl valstybinės maisto ir mitybos strategijos ir jos įgyvendinimo priemonių 2003–2010 metų plano patvirtinimo, 2003). Įgyvendindama į ateitį orientuotą strateginį požiūrį į konkurencingą maisto ūkį, ministerija nuo 2003 m. finansuoja naujos kartos maisto produktų, vadinamų maisto produktais su padidinta biologine verte ir geresne vartojimo kokybe, kūrimo mokslinius tyrimus. Atlikus šį tyrimą gamintojams buvo pateiktos rekomendacijos, kaip ir kokiomis sudedamosiomis dalimis galima praturtinti kasdienio vartojimo maisto produktus, kad jie papildomai teiktų vartotojams teigiamą fiziologinę naudą, neapsiribojant tiesiogine maisto produktų maistine verte bei padidintų paties produkto konkurencingumą (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008).

Lietuvos Respublikos Vyriausybė sudarė Valstybinę maisto ir mitybos strategiją su 2003–2010 m. įgyvendinimo priemonių planu, remiantis tarptautiniais įsipareigojimais. Šis dokumentas 2003 m. spalio mėnesį buvo kuriamas dalyvaujant įvairių ministerijų ir institucijų deleguotiems atstovams bei patvirtintas Vyriausybės. Saugoti ir stiprinti žmonių sveikatą, kartu mažinti ligų plitimą susijusi su mityba, per aplinkos tausojimą, per ekonominę ir socialinę šalies plėtrą, toks buvo šios strategijos tikslas. Ši strategija turėjo keletą pagrindinių kryptių: 1) maisto produktų kokybės ir saugos gerinimą; 2) sveikos mitybos skatinimą tarp Lietuvos gyventojų; 3) visoms Lietuvos gyventojų grupėms, vienodų sąlygų prieinamumo sudarymą prie geros kokybės maisto produktų, pagamintu saugant aplinką; 4) periodiškai

vykdyti gyventojų mitybos ir su ją susijusių sveikatos problemų vertinimą. Iš viso buvo formuluota 17 tikslų, kurie išsiskirstė į keturias sritis: ekologiško žemės ūkio ir mokslo, maisto produktų saugos, gyventojų maitinimosi stebėsenos ir ugdymo. Kiekvienam apibrėžtam tikslui įvykdyti buvo parengtos 56 priemonės, jas apėmė: saugos užtikrinimas ir kokybės gerinimas maisto produktuose; mitybos gerinimas žindyvėms ir neščiosioms, motinų skatinimas maitinti kūdikius savu pienu; mitybos gerinimas tarp vaikų ir paauglių; susijusių su mitybą lėtinių neinfekcinių ligų paplitimo mažinimas; nutukimo paplitimo tarp gyventojų mažinimas; mitybos gerinimas tarp pagyvenusių žmonių; užtikrinimas vartotojų teisių, pasirenkant sveikos mitybos rekomendacijas atitinkančius, saugius maisto produktus; optimalaus specialistų skaičiaus rengimas ir tobulinimas; stebėjimo struktūros sukūrimas, siekiant fiksuoti gyventojų mitybą ir maisto saugą bei kt. Šių priemonių įgyvendinimui buvo skirtos atsakingos ministerijos kurias kuravo SAM. Strategijos įgyvendinimo įvertinimas vyko 2010 m. kurio metu buvo išanalizuota situacija ir įvestos korekcijos papildant priemones ir pratęsiant ją iki 2012 m. (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008).

LR sveikatos apsaugos ministro 2003 m. liepos 23 d. įsakymo Nr. V-455 "Dėl Lietuvos higienos normos HN 24:2003 "Geriamojo vandens saugos ir kokybės reikalavimai" patvirtinimo" pakeitimas nulėmė pokyčius, kuriais: užtikrinama apsauga nuo teršimo vandens ištekliuose ir tiekiamame geriamajame vandenyje, o geriamojo vandens tiekėjai turi vykdyti programinę vandens stebėseną geriamojo vandens vartojimo vietoje taip, kad galėtų įvertinti ir nustatyti, ar vanduo atitinka pateiktoje higienos normoje nurodytus mikrobiologinius ir toksinius (cheminius) rodiklius bei parametrų vertes; geriamojo vandens tiekėjai turi užtikrinti, kad geriamasis vanduo atitiktų higienos normoje nurodytus geriamojo vandens rodiklius ar parametrų vertes, o aptikus neatitikimus geriamojo vandens tiekėjas nedelsdamas imasi būtinų priemonių, kad šių rodiklių ar parametrų vertės būtų atkurtos. Susiklosčius tokioms aplinkybėms, tiekėjai turi užtikrinti savivaldybės mero, teritorinės valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos bei vartotojų informavimą (Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. liepos 23 d. įsakymo Nr. V-455 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 24:2003 „Geriamojo vandens saugos ir kokybės reikalavimai“ patvirtinimo“ pakeitimo, 2015).

Nuo 2004 metų Lietuvoje taikoma "Pienas vaikams" paramos programa, kurioje visose švietimo įstaigose skatinamas vaikų pieno produktų vartojimas. Šios programos siekis paskatinti pieno produktų vartojimą tarp vaikų ir moksleivių, skatinti pieno produktų balansą pieno produktų rinkoje, pratinti vaikus prie pieno produktų vartojimo ir mokyti įtraukti pieno produktus į savo kasdienį racioną. Šioje programoje dalyvavo vaikų ugdymo įstaigos, švietimo įstaigos bei remtinus pieno produktus teikiantis į švietimo ir ugdymo įstaigas - pieno tiekėjai ir gamintojai. Įstatymu apibrėžta, jog tokio pobūdžio parama teikiama tik asmenims vykdantiems bendrojo ugdymo mokyklų maitinimą. Remiantis 2015 m. duomenimis, šioje paramoje dalyvavo 930 Lietuvos mokyklų, 586 darželių, 16 vaikų globos namų,

pasitelkiant tiekėjus arba dalyvaujant savarankiškai. LR rinkos reguliavimo tarnyba buvo pateikusi sąrašą remiantis kuriuo vaikai dalyvaujantys programoje gaudavo įvairius pieno produktus. Pienas, kefyras, švieži varškės sūreliai, sūrio lazdelės, fermentiniai sūriai, natūralūs jogurtai buvo populiariais produktais, tačiau jų riebumas buvo taip pat įvairus. Šie produktai buvo teikiami kiekvieną darbo dieną. Mokyklose buvo teikiami įvairesnio asortimento 27 produktai iki 2014 m. sausio mėn. 1 d. Tačiau nuo šios datos ėmė galioti LR ŽŪM įsakymo „Dėl paramos už pieną vaikams administravimo taisyklių patvirtinimo“ pakeitimas. Jame nacionalinių lygių remiami produktai susiaurėjo į 24 pieno gaminius, dėl naujai gamybos procesams keliamų tiesės aktų ir ekologinio žemės ūkio reikalavimų. Dėl 2014 m. sausio mėn. 1 d. korekcijų produktų sąraše, pieno produktų teikimo kiekis ir reguliarumas ėmė mažėti (Leščinskytė, 2017, p. 26-27). Vykdamas „Pienas vaikams“ programą 2008 m. laikotarpyje užregistruoti 273 adresatai gavę paramą. Apskaičiuotas preliminarus, 50 tūkstančių nemokamai geriančiųjų pieną vaikų skaičius. Šios programos įgyvendinimui 2007 m. panaudota maždaug 1,6 mln. Lt., tarp kurių 1,12 mln. Lt sudarė nacionalinės lėšos bei 0,48 mln. Lt Europos sąjungos lėšos (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008).

Lietuvos HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ buvo patvirtinti LR SAM įsakymu 2005 m. birželio 9 d., šis įsakymas svarbus savo esminiais punktais, kuriuose visu pirmą buvo pakeistas mokyklų teikiamo maisto asortimentas, tai pakito nuo šio dokumento įteisinimo pradžios, kitas svarbus dalykas, mokyklose buvo pašalinti menkos vertės maistiniai produktai, neatitinkantis mitybos rekomendacijų, kurie prieš tai buvo teikiami privatizuotų mokymo įstaigų valgyklų automatuose. Mokyklose būdavo įrengti privačių tiekėjų prekybiniai automatai, kuriuose siūlomi produktai neatitinkantys sveikos mitybos rekomendacijų: traškučiai, vaisvandeniai, saldumynai. Dėl trumpo galiojimo laiko sveiki produktai juose nebuvo parduodami (Leščinskytė, 2017, p. 23).

2008 m. gegužės 15 dieną priimtas LR „Socialinės paramos mokiniams įstatymo“ pakeitimas, kuriame buvo apibrėžta nemokamo pietų maitinimo mokyklose įgijimo teisė pradinėms klasėms, tai 1-4 klasės mokiniams. Ši lengvata įsigaliojo nuo 2009 m. liepos 1 d. Produktų įsigijimas ir nemokamo maisto administravimas buvo organizuojamas iš valstybės biudžeto dotacijų, tuo tarpu patiekalų gaminimo išlaidas finansavo savivaldybės. Mokiniai turintys teisę į nemokamus pietus bendrojo lavinimo mokyklose, nemoka už maitinimą, pagal 2006 m. birželio 13 d. LR „Socialinės paramos mokiniams įstatymo“ reglamentą, o visi likę mokiniai moka už pietus patys. Pagal reglamentą šeimose kuriose vidutinės pajamos atskiram asmeniui arba vienam iš šeimos asmenų yra mažesnės 1,5 valstybės remiamų pajamų dydžio, tai būtų 153 eur, tuomet vaikui skiriamas nemokamas maitinimas (Leščinskytė, 2017, p. 28). Taip pat LR Seimui buvo pateiktas įstatymo pakeitimo projektas, pagal kurį nemokamas maitinimas mokyklose būtų skiriamas visiems pradinėms klasių mokiniams, nepriklausomai nuo jų tėvų

socialinio ir ekonominio statuso. LR Seimas pakeitimą atmetė dėl ekonominių priežasčių (Dovydaitis, 2020, psl. 7).

Projektas „Sveikatiada“ – tai socialinė iniciatyva, kuria siekiama formuoti sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo įgūdžiais grįstą kultūrą ugdymo įstaigų bendruomenėje, lengvai prisitaikant prie mokytojų, sukuriant moksleiviams patrauklią ir novatorišką sistemingą ugdymo priemonę bei organizuojant šių priemonių įgyvendinimą. Nuo 2008 m. per visą projekto gyvavimo laikotarpį įvairiose veiklose dalyvavo daugiau nei 100000 mokinių apytiksliai iš 500 mokyklų apimančių visą Lietuvą. Visą rudenį Vilniaus, Kauno, Marijampolės, Alytaus ir Utenos apskričių pradinė ir pagrindinė klasių mokiniai domėjosi, iš ko susideda mitybos piramidė, specialiose pamokose diskutavo apie sveiką mitybą, maistines medžiagas ir maisto priedus. Sveikatingumo projekto moksleiviams organizatoriai numatė susitikimą su 750 mokinių. Šiuose susitikimuose turėjo dalyvauti ir Lietuvos medicinos studentų asociacijos (LiMSA) nariai (Socialinė iniciatyva „Sveikatiada“ skatina semtis žinių iš specialistų, 2014). 2009-2010 m. pradėtas projektas pritraukė tik 78 švietimo įstaigas, o 2014-2015 m. projekte dalyvavo jau 550 švietimo įstaigų. 2021-2022 m. daugiau nei 90 000 vaikų, mokytojų, pedagogų ir tėvų iš visos Lietuvos dalyvavo projekto "Sveikatiada" organizuojamose įvairiose sveikos gyvensenos propagavimo veiklose. Toks švietimo įstaigų bendruomenės narių susidomėjimas ir dalyvavimas patvirtina, kad projektas sėkmingai pasiekia savo tikslus ir nuolat juos plečia (Nacionalinis projektas „Sveikatiada“. Institucijų ir socialiai atsakingo verslo bendradarbiavimas kuriant geresnę ateitį, 2022).

Nuo 2009 m. Lietuvoje pradėta vykdyti vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programa, jos paskirtis buvo skatinti vaikus vartoti vaisius ir daržoves ir sukurti tokia aplinka, kad vaisių ir daržovių vartojimas taptų jų kasdienybe ir ateityje. Nors pagal PSO rekomendacijas kiekvienam asmeniui vaisių ir daržovių reikia suvartoti apie 400 g. per dieną, tačiau nustatyta, kad daugumą vaikų juos vartoja mažesniais kiekiais. Šios programos pagrindas, buvo suformuoti vaikams suvokimą, kad vaisiai ir daržovės teigiamai veikia sveikatą. ES, ŽŪM teisės aktai, taip pat Rinkos reguliavimo agentūros generalinio direktoriaus įsakymai, reglamentavo vaisių vartojimo skatinimo programos vykdymą. Vertinant 2010 m. rugpjūčio 1 d. - 2011 m. liepos 31 d. vaisių vartojimo skatinimo Lietuvos mokyklose įgyvendinimą ir veiksmingumą, pastebėtas sėkmingas programos vystymas. Pabrėžtas daugelio mokinių savanoriškas vaisių ir daržovių vartojimas, kuriuos mokyklose teikiamos pagal programą (Leščinskytė, 2017, p. 27). 2009 m. Lietuvos vaikų mitybos tyrimo duomenys neparodė, kad vaisių ir pieno vartojimo skatinimo programose dalyvaujančių moksleivių pieno ir vaisių suvartojimas skiriasi nuo tokiose programose nedalyvaujančių moksleivių. Ne visose prevencinėse programose, kuriose yra mitybos komponentų, pasiekiami statistiškai patikimų vaikų mitybos įpročių pokyčių ir tik kai kurios iš šių programų yra veiksmingos siekiant sveikesnės mitybos ir geresnių 6-12 m. ir 13-18 m. amžiaus vaikų ir paauglių sveikatos rezultatų. Daugumos prevencinių mitybos programų trūkumai, pavyzdžiui,

nepakankama programos trukmė, per maža respondentų imtis ir programos struktūros trūkumai, yra labai svarbūs programos veiksmingumui ir rezultatams. Dėl šių priežasčių tokio tipo programos turėtų būti rengiamos ir įgyvendinamos tik įvertinus galimas silpnąsias puses, ypač daug dėmesio skiriant tinkamai prevencinės programos trukmei (Lagūnaitė ir Zaborskis, 2011, p. 26-28). Akivaizdu, kad iki 2009 m. buvo vykdoma daug naujovių siekiant gerinti sveika vaikų mitybą, įvedant naujas programas bei įstatymų priėmimus ir atliekant korekcijas.

2.4.Sveikos vaikų mitybos politikos formavimas ir įgyvendinimas Lietuvoje nuo 2010 m.

Pabrėžiama, kad remiantis ES Žemės ūkio ir kaimo plėtros generalinio direktorato apytikrio įvertinimo Pasaulio prekybos organizacijos duomenimis, teigiama, kad nebuvo atliekama vaisių ir daržovių vartojimo tyrimai Lietuvos mastu. Taip pat atskleista, kad Lietuvoje kaip ir Europos šalyse vaisių ir daržovių vartojimas mažėja. Tad remiantis šia analizę buvo sukurta nauja 2010–2013 mokslo metų programos strategija skatinanti vaisių vartojimą mokyklose. Pradinių klasių vaikams, vaisiai ir daržovės dalinami nemokamai (tai būtų 1-4 klasės mokiniai), šiuo atveju prioritetas teikiamas, būtent Lietuvoje išaugintiems vaisiams ir daržovėms. Vaisiai ir daržovės dalinami 3 kartus per savaitę, ir skiriama kiekvienam vaikui po vieną porciją dienoje. Šioje programoje taip pat išskiriamas dėmesys ir švietimui bei informavimui apie daržovių ir vaisių naudą sveikatai. Mokymo įstaigoms dalyvaujančioms programoje keliamas mažiausiai 4 kartų tokio pobūdžio užsiėmimų per mokslo metus reikalavimas. Kaip papildančios priemonės siūlomos: „nuo lauko iki stalo“ išvykos į sodininkystės arba daržininkystės ūkius; informatyvios medžiagos platinimas pasitelkiant lankstinukus, plakatus ir kt. (Vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programos 2010–2013 mokslo metų strategija, 2010).

Apskričių visuomenės sveikatos centrai 2010 m. patikrino 1081 (78 proc.) mokyklą ir jų padalinius ir nustatė, kad 17 (1,5 proc.) mokyklų vis dar ne buvo įrengtos taip, kad visi mokiniai gautų šiltą maistą. Tai dvigubai mažiau mokyklų nei ankstesniais 2009 metais kurių buvo - 37 (3 proc.). Per pastaruosius metus mokyklų, kuriose mokiniai gauna maitinimą mokyklose, skaičius pasikeitė nežymiai. Mokyklose turi būti tiekiamas šiltas maistas pagal mokyklos vadovaujančio asmens patvirtintą valgiaraštį, suderintą su apskrities visuomenės sveikatos centru. Tačiau 2009 m. 81 mokykla (7 proc.) tokio valgiaraščio neturėjo. 2010 m. pagerėjo valgiaraščio rengimo kokybė ir koordinavimas. 136 mokyklos (12 proc.) nederino teikiamo maisto su apskričių visuomenės sveikatos centrais, lyginant su 458 mokyklomis (32 proc.) - 2008 m. Vertinant apskritis, dauguma nesuderinamumą rasta Šiaulių 48 (37 proc.) ir Vilniaus 44 (30 proc.) apskrityse, bei po kelias Tauragės, Marijampolės, Klaipėdos ir Telšių apskrityse. 2010 m. ir 2009 m. tarp mokyklose įrengtų užkandžių ir gėrimų automatų ir bufetų produktų, aptikti moksleiviams nerekomenduotini gaminiai. Labiausiai nerekomenduojamų produktų turinčių didelius riebalų, cukraus bei druskos kiekius rasta Kauno 95 (48 proc.) ir Vilniaus 27 (19 proc.) apskričių

mokyklose. Marijampolės, Alytaus ir Tauragės apskrityse nedidelė dalis mokyklų turėjo nerekomenduotinių produktų. Mokyklų turinčių veikiančius užkandžių ir gėrimų automatus Lietuvoje buvo 102 (9 proc.). Veikiančių automatų skaičius vyrauja nuo 1 (1,4 proc.) Alytaus iki 27 (21 proc.) Klaipėdos apskrityse. Apibendrinant duomenis, teigiama, kad, palyginus su 2008 m., situacija pagerėjo, tačiau, siekdama toliau gerinti mokinių mitybos įpročius, Sveikatos apsaugos ministerija baiginėjo rengti Mokinių maitinimo organizavimo bendrojo ugdymo įstaigose tvarkos aprašą. Apraše nustatyti dar griežtesni maitinimo organizavimo mokyklose reikalavimai, taip pat nustatyti savireguliacinio ir pažeidimų ištaisymo mechanizmai (Mokinių maitinimas mokyklose gerėja, 2010).

Štai 2011 m. lapkričio 11 d. įsakyme „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ buvo pateikti bendri vaikų maitinimo reikalavimai, kuriuose reglamentuoti įvairūs maitinimo punktai: rekomenduojama kasdien pateikti šviežių vaisių ir daržovių, tačiau pačių vaisių ir daržovių patiekimas buvo privalomas; pirmenybė teikiama maisto produktams gamintiems tausojančiais būdais: verdant, troškinant; reikalaujama, kad maistas vaikams būtų tiekiamas įvairus ir atitinkantis sveikos mitybos rekomendacijas; sudarytas mokymo įstaigose vaikams draudžiamų tiekiamų produktų sąrašas; taip pat sudarytas rekomenduotinių produktų sąrašas; karšti patiekalai turi būti pateikti su daržovėmis, vaisiais arba salotomis; teikti maistą pagaminta tą pačią dieną; teikti rūkytus mėsos gaminius ne dažniau kaip kartą savaitėje; tiekiant arbatą turi būti sudarytos sąlygos arbatą geri be cukraus; turi būti sudarytos sąlygos gauti nemokamą geriamą vandenį; valgyklose arba patalpose kuriuose tiekiamas maitinimas, turi būti pateikti valgiaraščiai, sveikos mitybos piramidės plakatas, taip pat svarbus nemokamų Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos bei teritorinės visuomenės sveikatos priežiūros įstaigos telefono numeriai (Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo, 2011). Nuo 2018 metų įvesta korekcija, kurioje nurodoma, kad sriubas rekomenduojama duoti papildomo maitinimo metu; taip pat tokius pat patiekalus rekomenduojama duoti ne dažniau kaip kartą per savaitę; pabrėžta, kad maistas turi būti karštas ir būtinai pagamintas ir pateiktas tą pačią dieną; maistas keičiamas atsižvelgiant į sezoniskumą; bei rekomenduojama vaikams teikti ne žemesnės nei 15 °C pieną ir jo produktus (Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo, 2018). Taip pat 2010-2012 m. LR Seime buvo parengtas dėmesio vertas įstatymo projektas dėl vaikų sveikos mitybos politikos. Įstatymu buvo siekiama įpareigoti gamintojus ir prekybininkus prirėkus ant pakuočių naudoti teiginį "Šis produktas gali pakenkti jūsų vaiko sveikatai". Įstatymu buvo siekiama bent jau sustabdyti nežabotą kūdikių ir vaikų maisto produktų chemizavimo tendenciją ir užkirsti kelią tokiems reiškiniams kaip masiniams vaikų alerginių ligų protrūkiams. Tačiau maisto pramonės lobistai įtikino įstatymų leidėjus, kad šis įstatymas

yra nepraktiškas ir žalingas bei pakenks vietos įmonėms. Kadangi ekspertų nuomone, taip turėtų būti ženklinama iki 60-70 proc. Lietuvos gamintojų produktų (Dovydaitis, 2020, p. 6).

Sveikatos apsaugos ministerija, siekdama pagerinti vaikų supratimą apie sveikos mitybos ir sveikos gyvensenos reikšmę ir naudą, parėmė Švietimo ministeriją rengiant „Sveikatos ugdymo bendrąją programą“ bendrojo lavinimo mokyklose, kuri padėtų vaikams sėkmingai mokytis sveikatos ugdymo mokyklose. Didelė šios programos dalis skirta mitybai ir sveikai gyvensenai. Siekiant užtikrinti teigiamą vaikų mitybą bei jos įpročius, ugdymo įstaigose jaunesnio amžiaus moksleiviai pagal „Pienas vaikams“ ir „Vaisių vartojimo skatinimo mokyklose“ programas, kurios koordinuojamos Žemės ūkio ministerijos, aprūpinami pieno produktais, įskaitant pieną, šviežias daržoves, vaisius taip pat iš jų gaminamas sultis ir kokteilius. Taip pat draudžiama reklamuoti energinius gėrimus visose vietose, kuriose yra jaunesnių nei 18 metų asmenų (pavyzdžiui, švietimo įstaigose, koncertuose ir kituose renginiuose, teatro, filmų ir vaizdo įrašų peržiūrose ir jų reklamoje ir kt.) (Barisienė, 2020, p. 22). SAM įgyvendina įvairias priemones, skirtas mitybai Lietuvos mokyklose gerinti. Svarbiausiomis laikomos „Pienas vaikams“ bei „Vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programa“ programos. Šių programų vykdymo metu jaunesnio amžiaus vaikams teikiami išauginti/pagaminti ekologiški arba atitinkantis nacionalinę žemės ūkio ir maisto kokybės sistemą produktai, pavyzdžiui obuoliai, morkos, obuolių sultys, kriaušės ir pieno produktai, tokie kaip geriamasis pienas, jogurtas, šviežias bei brandintas sūris (Našlėnė ir kt., 2020, p. 19).

Lietuvoje naudojama daug privačių šulinių, iš kurių dalis užteršta nitratais ir nitritais, tad pasitaiko naujagimių apsinuodijimo atvejų šiomis medžiagomis. Dėl šios priežasties sveikatos apsaugos ministras 2011 m. liepos 7 d. patvirtino įsakymą Nr. V-669 "Dėl apsinuodijimų nitritais ir nitratais diagnostikos ir profilaktikos", kuriame nustatyta atskirų šulinių, kuriuose nėščiosios ir naujagimių motinos naudoja vandenį, stebėsenos ir apsinuodijimų nitritais bei nitratais profilaktikos tvarka. Remiantis nustatytais procedūromis pirminės sveikatos priežiūros įstaigos kaupia nėščiųjų geriamojo vandens šaltinių duomenis ir apie tai informuoja vietos sveikatos centrą, kurie savo ruožtu išanalizuoja atitinkamos vietovės vandenį ir suteikia rekomenduotina informaciją nėščiosioms. Kasmet dėl šios nuolat taikomos priemonės, išgyvena dideli skaičiai kūdikių (Barisienė, 2020, p. 20-21).

Skatinant palankių naujagimiams ligoninių tinklą Lietuvos mastu ir užtikrinant žindymo klausimų sprendimą LR sveikatos apsaugos ministras priėmė įsakymus: 2012 m. gruodžio 27 d. įsakymą Nr. V-1251 "Dėl Stacionarinių asmens sveikatos priežiūros įstaigų vertinimo pagal Naujagimiui palankių ligoninių reikalavimų tvarkos aprašo patvirtinimo" ir 2014 m. vasario 18 d. įsakymą Nr. V-249 "Dėl Žindymo skatinimo komiteto sudarymo ir šio komiteto nuostatų patvirtinimo". Po nesėkmingų bandymų atgaivinti žindymo kultūrą vienintelė išeitis buvo 1990 m. paskelbta naujagimiams palankios ligoninės iniciatyva, kuria pristatė PSO, bendradarbiaudama su UNICEF. Naujagimiams palankios ligoninės - tai

ligoninės, kurios atitinka tam tikrus reikalavimus ir yra įtrauktos į naujagimiams palankių ligoninių sąrašą, skelbiamą Sveikatos apsaugos ministerijos interneto svetainėje. Siekdama spręsti vaikų mitybos problemas ES lygmeniu, SAM dalyvavo Europos Komisijai rengiant 2014-2020 m. ES veiksmų planą dėl vaikų nutukimo bei užtikrino jo įgyvendinimą. Siekiant užtikrinti, kad vaikams visuomet būtų teikiamas subalansuotas maistas ugdymo įstaigose, internete pateikti fiziologinius kriterijus atitinkantys pavyzdiniai valgiaraščiai ir jų receptai. Šiuo atveju, Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba koordinuoja, kaip laikomasi vaikų maitinimo taisyklių, ir tikrina, ar individualiai parengti valgiaraščiai atitinka nustatytus reikalavimus (Barisienė, 2020, p. 20-21). Nuo 2018 m. sausio 1 d. įsigaliojo naujos paros maistinių medžiagų ir energetinės vertės normos rekomendacijos, kuriomis siekiama užtikrinti geresnę gyventojų mitybą ir sveikatą, taip pat užtikrinti tinkamą maistinių medžiagų ir energijos suvartojimą (UNICEF, 2021, p. 37).

Skelbiamais Statistikos departamento duomenimis, jaunesnių nei vienerių metų amžiaus žindomų vaikų, kuriems buvo atlikti profilaktiniai tyrimai, dalis per pastaruosius kelerius metus išliko stabili. 2020 m., palyginti su 2017 m., 49 proc. vaikų buvo žindoma iki šešių mėnesių (2017 m., buvo 46,7 proc.) ir 69 proc. iki trijų mėnesių. Panašius rezultatus pateikė ir Lietuvos higienos institutas, kurie praneša apie mažus moterų žندانčių kūdikius iki šešių mėnesių rodiklius. Štai 2019 m. apie 37,8 proc. motinų žindė vaikus iki šešių mėnesių, tuo tarpu 2015 m. ši dalis buvo mažesnė - 32 proc. Konsultavimai dėl žindymo yra būtina kūdikiui palankių ligoninių sąlyga Lietuvoje. Tačiau Lietuvos žindymo lygis yra ganėtinai aukštas tarp ES valstybių narių. Remiantis nacionaliniais duomenimis, 2020 m. apie 30 proc. vaikų, kuriems buvo atlikta profilaktinė patikra, iš viso nebuvo žindomi, o 51 proc. vaikų buvo žindomi iki šešių mėnesių. Didelė nemaitinamų krūtimi vaikų dalis Lietuvoje, atspindi tai, kad vaikų sveikos mitybos poreikiai nėra patenkinami nuo pat gimimo. Remiantis duomenimis, 2020 m. vaikų, kurių sveikos mitybos poreikiai nebuvo patenkinti žindant, buvo apie 10 000. 2018 m. aukštąjį išsilavinimą turinčios moterys (apie 69,6 proc. moterų) ir dirbančios geriau žinojo apie žindymą ir jo naudą, palyginti su žemesnį išsilavinimą turinčiomis ar nedirbančiomis motinomis, ir turėjo daugiau teigiamų nuostatų. Todėl mažiau išsilavinusios ar bedarbės motinos dažniau nemaitina krūtimi arba anksti nutraukia žindymą. Tyrimai rodo, kad žindymo pasirinkimui ir trukmei didžiausią įtaką daro moters amžius (vyresnės moterys linkusios žindyti ilgiau), išsilavinimas (aukštąjį išsilavinimą turinčios moterys linkusios žindyti ilgiau), gyvenamoji aplinka (didesnes pajamas gaunančios moterys linkusios žindyti ilgiau) ir gyvenamoji vieta (moteris miestuose linkusios žindyti ilgiau) (UNICEF, 2021, p. 37-40).

2014 m. Liepos 4 d. LR SAM priėmė įsakymą Nr. V-769 ir pakartotinai patvirtino „Dėl maitinimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo lavinimo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo“ pakeitimus, kuriu pagalba buvo pagerintas mokinių maitinimas. Tai sugriežtino maisto

tiekejams sąlygas bei pakeitė draudžiamų ir rekomenduojamų maisto produktų specifikaciją. Vaikų maitinime mokyklose draudžiama naudoti šias maisto produktų grupes: bulvių, kukurūzų ir kitus traškučius; įvairius riebaluose skrudintus, virtus, spragintus produktus, taip pat šokoladus ir jų produktus, konditerinius gaminius su įvairiais glajais, kremais, sūrius gaminius, kurių sudėtyje yra druskos santykis didesnis nei 1g/100g. Draudžiamos kramtomos gumos bei maistas su įvairiais maistiniais priedais. Išskiriant gėrimus, draudžiami gazuoti, energetiniai ir maistinių priedų turintys gėrimai bei kurie pagaminami arba savo sudėtyje turintys: kavamedžio pupelių ar jų ekstrakto, gilių arba kavos pakaitalų. Nepramoniniu būdu konservuoti ir perdirbti produktai, mėsos subproduktai, mechaniškai atskirta mėsa ir šios mėsos produktai, maisto papildai, maisto produktai, kurie pagaminti iš genetiškai modifikuotų organizmų arba turintys genetiškai modifikuotų organizmų bei maisto produktai, neatitinkantys šiame sąraše nustatytų kokybės reikalavimų (Leščinskytė, 2017, p. 24). Remiantis statistika varginguose namų ūkiuose gyvenančių Lietuvos vaikų, kurie kasdien negaudavo vaisių ir daržovių dalis, 2014 m. buvo viena didžiausių, palyginti su kitomis ES valstybėmis narėmis (UNICEF, 2021, p. 40).

Skatinant sveiką maitinimąsi parengtos sveikos mitybos programos tokios kaip: Lietuvos sveikatos 2014–2025 m. strategija ir Nacionalinė visuomenės sveikatos priežiūros plėtros 2016–2023 m. programa, išskiria ir pripažįsta, kad sveikos mitybos prieinamumas išlieka kertinių akmenų paveikiančių sveikatą. Šiose programose nustatyti konkretūs tikslai siekiant pagerinti sveikos mitybos prieinamumą, įpročių gerinimą bei skatinti visuomenės informavimą sveikos mitybos tematika. Siekiant didinti sveikos vaikų mitybos prieinamumą imamasi nemokamos mitybos organizavimo švietimo įstaigose ir organizuojamas maisto produktų skyrimas bei finansinė pagalba skurdžiai gyvenančioms šeimoms, kuri teikiama bendradarbiaujant su Europos pagalbos labiausiai skurstantiems asmenims fondu, tačiau šis fondas nuo 2021 metų pakeistas materialinės pagalbos programą. Pirmą programą skirta daugiausiai švietimo įstaigoms, tokių būdų greičiausiai pasiekiamas poveikis vaikams. Štai 2006 m. išleistame socialinės paramos mokiniams įstatyme, sudarytos sąlygos, vaikams gauti nemokama maitinimą valstybinėse švietimo įstaigose, maitinimo galimybės suteikiamos atsižvelgiant į tėvų pajamas, kiekvienais metais sudaromos konkrečios ribos pagal kurias kiekvienam vaikui skiriamas maitinimas, jei pajamos yra mažesnės už nurodytą 1,5 VRP ribą, kurią 2019 m. sudarė 122 eurai, 2020 m. – 125 eurus, o 2021 m. ši riba pakilo iki 128 eurų. Šitokia socialinė iniciatyva rengiant nemokamo maitinimo suteikimą yra įvardinta kaip pati sėkmingiausia ir veiksmingiausia gerinant sveiką mitybą ir jos prieinamumą (UNICEF, 2021, p. 106-107).

LR SAM įsakymo „Dėl maitinimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo lavinimo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimas“ 2014 m. pakoregavo 10 punktą, kurio papildymas sugriežtino maitinimo paslaugų tiekėjams reikalavimus: sutartyse užtikrinti

atsakomybe už patalpų higieną patalpose, kuriose organizuojamas maitinimas; draudimas sudaryti sutartis su maisto paslaugų ir produktų tiekėjais, įtrauktais į „Nesąžiningų maisto tvarkymo įmonių sąrašą“, kuris patalpintas Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos internetinėje svetainėje. Iki šio aprašo įsigaliojimo sudarytos sutartys, po šio aprašo įsigaliojimo peržiūrimos ir prireikus keičiamos. Bei 10.1 papunktyje numatyta, kad už pristatomus maisto produktus, kurie neatitinka tvarkos aprašo kriterijų, maisto produktų tiekimo sutartyje turi būti nustatyta atsakomybė. Rekomenduojama prieš sudarant maisto tiekimo sutartį sukurti maisto produktų sąrašą, kuriame būtų nurodytas konkretus tiekiamo maisto pavadinimas, maisto produktų sudėtis ir fasuotų maisto produktų grynasis kiekis (Gedvilienė ir Žalnieraitis, 2016).

Nuo 2017 m. rugsėjo 1 d. prasidėjo programa, skirta skatinti vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimą vaikų ugdymo įstaigose. Ji sujungė ir plėtojo ankstesnių programų: Vaisių vartojimo skatinimo ugdymo įstaigose programos ir Pieno vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos, veiklas. Žemės ūkio ministras Kęstutis Navickas patvirtino šios programos strategiją 2023–2029 mokslo metams. Programai kasmet skiriamas didelis finansavimas, siekiant užtikrinti jos veiksmingą įgyvendinimą bus skiriama apie puspenkto milijono eurų. Ikimokyklinės ugdymo įstaigas ir pradinės klases lankantys vaikai, pagal šią programą gauna ekologiškus arba pagal nacionalinę žemės ūkio ir maisto kokybės sistemą auginamus (gaminamus) produktus, įskaitant obuolius, morkas, kriaušes, obuolių sultis, pieną ir jo produktus, tokius kaip jogurtą, šviežią ir brandintą sūrį (Vaisių, daržovių, pieno ir jo produktų vartojimo skatinimo programa bus tęsiama: vaikai įvertino jos naudą, 2023). Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijoje pateikti produktų dalijimo reikalavimai. Skirstant produktus, yra nustatyti tam tikri reikalavimai: vaisiai ir daržovės turėtų būti dalijami iki trijų kartų per savaitę, morkos - du kartus per mėnesį, o vaisių ir (arba) daržovių sultys - vieną kartą per mėnesį. Produktų dalijimas turėtų būti paskirstytas lygiomis dalimis per mėnesį, taigi kiekvieną savaitę turėtų būti tiekiami vaisiai ir (arba) daržovės ir (arba) sultys. Pieno produktai turėtų būti dalijami iki trijų kartų per savaitę, iš jų bent du kartus turėtų būti geriamasis pienas, o vieną kartą per mėnesį galimas - brandintas sūris. Ugdymo įstaigose, kurios dalyvauja programoje, privalo būti iškabinti plakatai, informuojantys apie šios programos įgyvendinimą. Norint pasiekti numatytus tikslus, šios programos veiklos apima vaisių, daržovių ir sveikatai palankių pieno produktų dalijimą vaikams atitinkantiems šios programos kriterijus, švietimo priemonės, informavimą apie programą, bei jos stebėseną ir vertinimą (Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023).

Siekiant efektyviai gerinti vaikų maitinimą organizuotose grupėse, parengtas ir sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymu V-394 patvirtintas „Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos

aprašas“. Jame nustatyta, kad vaikai šiose įstaigose turi gauti tik šviežią, kokybišką ir sveiką maistą, kuris būtų pagamintas tą pačią dieną. Apibrėžtas didesnis šviežių daržovių ir vaisių, pilno grūdo duonos produktų bei kitokių aukščiausios kokybės maisto produktų suteikimas vaikams. Maisto tiekime vaikus ugdančioms įstaigoms, pirmiausia dėmesys skiriamas produktams iš ekologiškų ūkių, taip pat gamintojams teikiantiems aukščiausios kokybės produktus ir „Rakto skylutės“ ženklo standartus atitinkančių produktų tiekimui. Šių procedūrų įgyvendinimui prižiūrėti priskirti vietiniai stebėtojai: visuomenės sveikatos priežiūros specialistai ar kiti švietimo įstaigų įgalioti asmenys, taip pat Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba bei visuomenės sveikatos centrai vykdo išorinę stebėseną. Europos Komisija yra pripažinusi Lietuvos vaikų maitinimo sistemą, kaip vieną pažangiausių Europos Sąjungoje. Siekdama apsaugoti vaikų sveikatą nuo psichoaktyviųjų medžiagų, Sveikatos apsaugos ministerija dalyvavo su LR Seimo Sveikatos reikalų komitetu, rengiant LR Maisto įstatymo pataisas, kuriomis buvo įtvirtintas draudimas parduoti energinius gėrimus vaikams iki 18 metų (Barisienė, 2020, p. 20-21). Energinių gėrimų draudimas atsirado 2014 m. gegužės 15 d. papildant Maisto įstatymą Nr. VIII-1608 6¹ straipsniu, kuriame įvedamas pardavimo ribojimas (Lietuvos Respublikos maisto įstatymo Nr. VIII-1608 2 straipsnio pakeitimo ir įstatymo papildymo 61 straipsniu įstatymas, 2014). Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro specialistų atliktas tyrimas patvirtino, kad 2018-2019 m. 65,6 proc. respondentų daržoves valgo kasdien, trečdalis vaikų teigė, kad daržoves valgo tik kelis kartus per savaitę, o 6,4 proc. nurodė, kad daržoves vartoja retai (UNICEF, 2021, p. 39-40).

Lietuvoje skiriamas finansavimas vaikų maitinimui, kuris mokyklose yra nemokamas. Tačiau nustatyta problemų, susijusių su šios nemokamo maitinimo mokyklose politikos įgyvendinimu. Vaikai ir mokyklų darbuotojai atkreipė dėmesį į prastą maisto kokybę ir ribotą pasirinkimą. Nemokamą maitinimą gaunančių vaikų segregacija vyko ir 2016 m. Pasekoje to 2018 m. vyko naujų kokybės ir maistingumo vertės reikalavimų, dėl vaikų maitinimo mokyklose, akreditavimo valstybės mastu. Pirminių konsultacijų su suinteresuotosiomis šalimis, rengiamų šiam tyrimui, dalyviai išreiškė prieštaringas nuomones dėl šių pokyčių pasekmių. Kai kurie dalyviai pareiškė, kad dėl naujų reikalavimų pagerėjo nemokamo mokinių maitinimo kokybė, tačiau pagrįstų ir (arba) reprezentatyvių duomenų apie mokinių maitinimo kokybę vis dar trūksta. 2019 m. palyginti su didžiųjų miestų ir jų apskričių savivaldybėmis, daugiausiai socialiai pažeidžiamų vaikų (iš šeimų, kurių pajamos mažesnės nei 1,5 valstybės remiamų pajamų didžio) gavo nemokamo maitinimo mokyklose. Pavyzdžiui, 2019 m. Vilniuje buvo mažiausia nemokamą maitinimą mokyklose gaunančių vaikų dalis - tik 2,7 proc., štai Klaipėdoje - 3,4 proc., Palangoje -4,3 proc., o Kaune - 4,4 proc.. Kaimuose ir mažose apskrityse rezultatai mažesni, štai, Joniškio rajone, nemokamą maitinimą mokyklose gauna 29,5 proc., Pakruojo rajone - 29,8 proc. vaikų. Šiuos skirtumus daugiausia lemia geros socialinės ir ekonominės sąlygos didesnėse savivaldybėse, įskaitant mažą nedarbą, dideles pajamas ir mažą vaikų skaičių namų ūkiuose ir t.t. 2020 m. įteisinus nemokamą maitinimą visiems 1 klasės pradinukams, o 2021 m. pridėjus ir 2 klasės

pradinukus, neatsižvelgiant į tėvų finansinę padėtį, tikimasi sumažinti finansinę naštą tėvams, bei vaikų segregaciją, kuri taip pat turį poveikį sveikatai (UNICEF, 2021, p. 38). Nemokamas maitinimas mokykloje suteikiamas pateikus sutikimą, kuri gali duoti kartu su mokiniu gyvenantis tėvas, globėjas ar kitas pilnametis asmuo, bei pilnametis mokinys arba nepilnametis susituokęs ar emancipuotas mokinys, taip pat mokinys nuo 14 iki 18 metų tėvui ar globėjui sutikus (Dėl mokinių nemokamo maitinimo valstybinėse mokyklose tvarkos aprašo patvirtinimo, 2020)

Lietuvoje prasidėjus karantinui, mokiniams buvo skirtas sausas daavinys arba paruoštas maistas į namus, vietoj įprastinių pietų mokykloje. Vadovaujantis LR sveikatos apsaugos ministro nustatytais maitinimo įstaigų veiklos reikalavimais buvo sudarytos sąlygos maitinimui karantino laikotarpiu. Sveikatos apsaugos ministro patvirtintame „Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos apraše“ apibrėžiama maisto daavinio sąvoka, nustatomos sąlygos, kuriomis turi būti skirstomi maisto daaviniai, ir nurodomi rekomenduojami maisto daavinių komponentai. Nepaprastosios padėties ir karantino laikotarpiu nemokamas maitinimas buvo teikiamas mokiniams visose 60 savivaldybių. Remiantis nacionalinės statistikos duomenimis, 2019 m. nemokamą maitinimą mokyklose gavo 47 258 vaikai, 2020 m. - 92 575 vaikai, o 2021 m. - 95 347 vaikai (duomenys neišsamūs). Tad vaikų gaunančių nemokamą maitinimą ženkliai padaugėjo (UNICEF, 2021, p. 39).

Patvirtinus įsakymą, „Dėl stacionarinių asmens sveikatos priežiūros įstaigų vertinimo pagal naujagimiams palankios ligoninės reikalavimų tvarkos aprašo patvirtinimo“, stengiamasi plėsti vaikų ratą, kurie būtų žindomi mažiausiai šešis mėnesius. Pagal programą ligoninė teikia konsultacijas maitinančioms motinoms, darbuotojai apmokomi žindymo klausimais. Tačiau programa yra savanoriška, o informacija pateikiama ne kiekvienai žindyvei, bei nesiimama konkrečių veiksmų, kad nėščioms ir žindančioms moterims būtų užtikrinta sveika mityba, tad suteikiama tik žodinė informacija. Pasitelkiant Europos Sąjungos vaisių, daržovių ir pieno produktų vartojimo skatinimo programa ir „Dėl Mokinių nemokamo maitinimo valstybinėse mokyklose tvarkos aprašo patvirtinimo“, stengiamasi sudaryti sąlygas gauti pastovų, nemokamą maitinimą bei ugdyti vaikų sveikos mitybos įpročius. Konkrečių vaikų grupių išskyrimas, tokių kaip nepasiturinčioms šeimoms suteikiama parama, sudaro riziką nemokamo maisto atsisakymui tarp vaikų, bei sudaro galimybe plisti diskriminavimui ir stigmati. Sekanti 2014-2020 m. Europos pagalbos labiausiai skurstantiems asmenims fondo (EPLSAF) veiksmų programa, kurios pagalba norima sumažinti vaikų prastos mitybos riziką. EPLSAF 2014-2020 m. laikotarpiu šeimas aprūpino būtiniausia pagalba - maistu, tačiau nebuvo numatyti ilgalaikiai tikslai ar priemonės, kuriomis būtų galima iš esmės sumažinti šeimų, taigi ir vaikų, skurdą, materialinę stoką ir socialinį atskyrimą. EPLSAF įtraukimas į „Europos socialinio fondo +“ lėšomis remiamas programas nuo 2021 m. sudaro sąlygas derinti materialinę paramą ir papildomas priemones, kuriomis siekiama kompleksiščiau spręsti maisto ir materialinio nepritekliaus problemas bei

taikant visuomeninio įtraukimo politiką, prisidėti prie Europos socialinių teisių ramsčio. Tačiau pagal EPLSAF programą teikiama parama, taip pat kelia riziką stigmatizuoti paramos gavėjus, o tyrimas rodo, kad teikiamas maistas ne visada atitinka paramos gavėjų poreikius, ypač kai jie yra alergiški ar turi kitų sveikatos problemų (UNICEF, 2022, p. 17-18).

2021 m. įvedė naujovę, kuri nuo rugsėjo 1 d. suteikia ikimokyklinio amžiaus vaikams, pirmokams ir antrokams nemokamus pietus jų ugdymo įstaigose, kurie bus skiriami be prašymų pateikimų ar finansinės padėties vertinimų. Prašymo dėl nemokamų pietų atsisakyta nuo liepos 1 d. Tėvai turi teisę atsisakyti teisės į nemokamus pietus savo vaikui per mokyklos administraciją arba kreiptis dėl teisės į nemokamus pietus. Mokiniai iš socialiai remtinų šeimų iki 21 metų, besimokančių pagal suaugusiųjų švietimo programą, turi teisę gauti nemokamą maitinimą mokykloje. Nemokamas maitinimas mokykloje teikiamas iki mokslo metų pabaigos, o IV besimokantys gimnazijose, turi teisę į nemokamą maitinimą iki brandos egzaminų sesijos baigimo (Nemokamas maitinimas ir socialinė parama mokiniams 2021–2022 mokslo metais, 2021). Vertinant sveikos vaikų mitybos politikos aspektus Lietuvoje, išskiriamos pagrindinės priemonės siekiant geresnių vaikų mitybos rezultatų. Pirmoji priemonė išskiriama, kaip atitinkamų įsakymų priėmimas bei patvirtinimas. Štai Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministras priėmė du įsakymus, kurių vienas apibrėžė vaikų žindymo skatinimą, o kitas reikalavimų asmens sveikatos priežiūros įstaigoms dėl ligoninių tinkamumo naujagimiams. Kitą priemonę išskiriama, kaip tyrimų atlikimas siekiant išsiaiškinti vaikų mitybos įpročius (Vaikų mityba, 2022).

Įstaigoms pateikti draudimai atitinkamai riebaus, saldaus, bei didelį druskos kiekį turinčių produktų tiekimui ir kiti pakeitimai. Taip pat paskelbiami valgiaraščiai ir patiekalų receptūros, kurie atitinka sveikos mitybos reikalavimus įtraukiant maistingumo ir energijos normas, padedantis užtikrinti sveikos mitybos rekomendacijų taikymą ugdymo įstaigose. Visi šie dokumentai paskelbiami sveikatos apsaugos ministerijos internetiniame puslapyje (Vaikų mityba, 2022). Siekiant spręsti sveikos mitybos trūkumo problemą, Lietuvoje įgyvendinamos įvairios politikos priemonės. Tačiau šioje srityje įgyvendinamos priemonės yra fragmentiškos, joms trūksta bendros strategijos ir integracijos visose srityse, o bendri tikslai nenustatyti arba nereikalaujamas jų paisymas (UNICEF, 2022, p. 17). Taigi, nuo 2010 m. vyko daug pakeitimų siekiant patobulinti įvairius teisės aktus ir programas, siekiant užtikrinti sveikos vaikų mitybos politikos vystymą. Dauguma korekcijų vykdomos remiantis atliktų veiksmingumo tyrimų rezultatais ir statistiniais duomenimis, kas padeda užtikrinti tinkamų strategijų parinkimus.

2.5. Apibendrinimas

Maistas yra svarbiausias organizmo maistinių medžiagų tiekėjas ir energijos šaltinis. Vaikams skatinant sveiką mitybą nuo mažens, galima užtikrinti jų ilgalaikę sveikatą ir gerovę. Sveika mityba apima subalansuotą maisto pasirinkimą, į kurį įeina gausybė daržovių, vaisių bei mažai cukraus ir kitų produktų. Mokyklos ir tėvai, turi svarbų vaidmenį šioje srityje. Sveika mityba yra esminis būdas gerinti

visuomenės sveikatą ir efektyvi priemonė prevencijai nuo lėtinių ligų. NL, taip pat vadinamos lėtinėmis, dažnai yra ilgos trukmės ir progresuojančios. Jos yra pirmaujanti mirties priežastis visame pasaulyje. Sveikas mitybos racionas gali sumažinti NL riziką ir padėti sumažinti sveikatos priežiūros finansinę naštą. Dėl augančio nutukimo ir neinfekcinių ligų, didelės maisto politikos iniciatyvos tampa būtinos. Vyriausybės turi kurti palankią maisto aplinką, reguliuoti maisto prekybą ir skatinti sveikus mitybos įpročius, ypač mokyklose. Sveiko maisto politika gali padėti mažinti nutukimo ir neinfekcinių ligų atvejus, taip pat gerinti vaikų ir paauglių sveikatą. Ši politika, apimanti visą nuo viešųjų maisto pirkimų iki paslaugų teikimo spektrą, gali didinti sveikų maisto produktų prieinamumą ir riboti neigiamai veikiančių produktų platinimą. Užsienio šalys įgyvendina politiką, kuri skatina sveiką vaikų mitybą ir kovoja su nutukimu. Tai apima reguliavimo priemones maisto rinkodarai, mokesčių įvedimą už nesveikus produktus ir skatinimą teikti sveikus maisto pasirinkimus mokyklose. Daugelyje šalių įgyvendinami standartai maisto reklamai, taip pat skatinama maisto ženklavimo sistema ir sveikos mitybos mokymai. Šios iniciatyvos yra svarbios siekiant formuoti sveikus mitybos įpročius ir užtikrinti vaikų gerovę. Remiantis statistika, vaikų virškinimo ir medžiagų apykaitos ligų atvejai auga, o nutukimas bei antsvoris tampa vis rimtesne problema. Pastaruoju metu Lietuvoje pastebimas nepakankamas tam tikrų maisto produktų ir skysčių vartojimas, ypač būdingas mažąsias pajamas gaunančioms šeimoms, taip pat pastebimas mitybos įpročių neatitikimas rekomendacijoms. Atliktuose Lietuvos gyventojų mitybos vertinimuose akcentuojami sveikos mitybos rekomendacijų neatitikimai. Per vaikų sveikos mitybos politikos formavimo ir įgyvendinimo laikotarpį iki 2009 m. pastebėta įvairių naujovių ir pokyčių. Buvo įvesti skirtingi reglamentavimai, apimantys jodo prevencinę programą ir geriamojo vandens užtikrinimo reikalavimus. Pradėtos nemokamo maitinimo programos, atsižvelgiant į šeimos materialinę padėtį, bei priimti įstatymai, sudarytos strategijos, priimtos pieno ir vėliau vaisių vartojimo skatinimo programos, taip pat įgyvendinti tvarkos aprašai ir pradėtos sveikatingumo iniciatyvos. Stebint jų poveikį, taip pat atlikta nemažai korekcijų, siekiant užtikrinti geresnę kokybę ir saugumą. Bei įgyvendintos pataisos papildomai padidino maitinimo prieinamumą. Nuo 2010 metų įvyko svarbūs pokyčiai siekiant tobulinti vaikų sveikos mitybos politiką. Tyrimai parodė nedidelius pagerėjimus ir pabrėžė poreikį įgyvendinti korekcijas bei didesnes intervencijas. Toliau tvarkos aprašuose buvo įvedamos papildomos korekcijos. Taip pat buvo pateiktas projektas, kuris nepriimtas dėl lobistų įsikišimo. Be to, buvo įvestos programos, skatinančios sveiko maitinimosi ugdymą. Priimami ir papildomi teisės aktai, skirti užtikrinti naujagimių ir motinų sveikatą bei įvedant draudimus. Be to, kuriamos strategijos ir programos, skirtos padidinti sveikos mitybos prieinamumą ir skatinti sveikus įpročius. Vykdomas programų sujungimas siekiant efektyvesnio veikimo, kokybės užtikrinimo bei naujų galimybių kūrimo.

3. TYRIMO METODOLOGIJA

3.1. Tyrimo teorinis pagrindimas

Analizuojant Lietuvos sveikatos statistikos duomenis ir sveikos mitybos politikos įgyvendinimo aspektus, buvo išaiškintos priežastys, lemiančios vaikų sveikatos blogėjimą (Dovydaitis, 2020). 2022 m. LSMU medicinos studijų magistrantė atliko tyrimą, kurio tikslas buvo įvertinti ryšį tarp šeimų, turinčių ikimokyklinio amžiaus vaikų, mitybos įpročių ir vaikų sveikatos, bei tėvų požiūrio į sveikos mitybos įgyvendinimą ugdymo įstaigose (Skučienė, 2022, p. 2). Be to, buvo atlikta išsami vaikams skirtų intervencijų veiksmingumo analizė. Kurioje pateikti įrodymai, kad kai kurios iš šių intervencijų buvo veiksmingos mokyklų aplinkose (Di Cesare et al., 2019, p. 17). Vertinant sveikos vaikų mitybos politikos aspektus Lietuvoje, nustatomos pagrindinės priemonės, skirtos gerinti vaikų mitybos rezultatus. Tyrimų atlikimas yra viena iš šių priemonių (Vaikų mityba, 2022). Lietuvoje yra įgyvendinamos įvairios politikos priemonės, kurios, kaip teigiama, yra fragmentiškos, o bendri tikslai nėra nustatyti arba nereikalaujama jų laikytis (UNICEF, 2022, p. 17). Nagrinėtoje literatūroje dauguma panašios krypties tyrimų buvo atliekama didžiausiuose miestuose. Siekiant platesnės analizės, buvo bandoma sužinoti situaciją Vilniaus rajone. Kadangi pasirinkta tema nebuvo iki tol tyrinėta, pasirinktas tyrimas, apimantis didesnę imtį.

3.2. Tyrimo tikslas ir uždaviniai

Tyrimo tikslas. Iširti sveikos vaikų mitybos politikos formavimą ir įgyvendinimą Vilniaus rajone.

Uždaviniai:

- 1) Identifikuoti pagrindinius veiksnius, įtakančius sveikos mitybos politikos formavimą.
- 2) Nustatyti, kaip įgyvendinama sveikos vaikų mitybos politika Vilniaus rajone.

Tyrimo metodai. Tyrimui pasirinktas kiekybinis tyrimo metodas. Siekiant surinkti statistinius duomenis, buvo naudojamas anketavimas internetu. Anketa pateikta (žr. 1 priedas). Taikant šį duomenų rinkimo būdą, buvo tikėtasi surinkti objektyvius ir tikslius duomenis. Internetinė apklausa buvo pasirinkta siekiant užtikrinti respondentams laiko ir vietos pasirinkimo patogumą, tai suteikia dalyviams laisvę atsakyti į klausimus bet kuriuo jiems patogiu metu. Kiekybinis tyrimas patrauklus savo aiškia struktūra, kuri parengiama remiantis moksline literatūra, jos nagrinėjama tyrimais, kurie padeda suformuluoti pagrindinę problemą, o šis tyrimas padeda ją atskleisti. Tyrimas tampa taip pat patogus dėl matematinės analizės metodo taikymo, kuris konkrečiai išskiria esminius rezultatus. Kiekybinis tyrimas padeda surinkti aiškius rezultatus siekiant aprėpti tam tikrą populiaciją, nustatyti tam tikrus ryšius, kadangi gavus išsamius atsakymus visą informaciją galima apibendrinti. Taip pat šis tyrimas pasižymi reprezentatyvumu, validumu ir objektyviais argumentais, kadangi vertinama didesnė populiacijos dalis. Kiekybinio tyrimo metodas pasitelkiant anketavimą leidžia atskleisti vykdomos politikos reikšmę,

formavimą ir įgyvendinimą, atskleisti politikos taikymo galimybes bei pokyčius. Matematinė statistinė duomenų analizė atlikta naudojant „IBM SPSS statistics“ programa, po to, kai duomenys buvo užkoduoti. Šios programos pagalba, atlikta gilesnė duomenų analizė. Atsižvelgiant į duomenis ir norimus nagrinėti rezultatus, pasirinkti koreliacijos ir Chi kvadrato metodai.

3.3. Tyrimo instrumentas

Tyrimui naudojama originali anketa, parengta remiantis moksliniais šaltiniais ir kitų autorių darbais. Ši anketa sudaryta iš uždarojo (54) ir atvirojo (2) tipo klausimų. Klausimuose buvo pateikti keli atsakymų variantai, iš kurių galima buvo rinktis vieną arba kelis. Kiti klausimai buvo atvirojo tipo, kur buvo prašoma įrašyti savo atsakymą. Klausimai buvo sudaryti naudojant nominaline skalę, rangų skalę, santykinę skalę, likerto skalę. Anketoje buvo pateikti klausimai apie sveikos vaikų mitybos politikos formavimo ir įgyvendinimo aspektus, įvairių reglamentų vykdymą, jų pritaikomumą ir patrauklumą respondentams bei reglamentavimo tinkamumą. Anketos pabaigoje buvo prašoma nurodyti demografinius duomenis. Tyrimas buvo vykdomas trimis etapais. Respondentų buvo prašoma anketą pildyti sąžiningai.

3.4. Tyrimo organizavimas

I etapas. Šiame etape buvo ruošiamas originalus klausimynas. Anketa buvo kuriama gruodžio–vasario mėnesiais „Google forms“ programa. Išanalizavus mokslinę literatūrą, kuria yra remiamasi baigiamajame magistro darbe, buvo sudaryta 56 klausimų anketa. Siekiant užtikrinti anonimiškumą anketos klausimai buvo suformuluoti taip, kad nė vienas iš pateiktų anketoje klausimų neprašytų pateikti informacijos, kuri galėtų identifikuoti respondentą.

II etapas. Šiuo etapu buvo renkami statistiniai duomenys. 2024 metų kovo 4 – balandžio 11 dienomis anketa buvo platinama socialiniame tinkle „Facebook“. Taip pat ji buvo įkelta į šias grupes: „VILNIAUS RAJONAS“, „Vilniaus rajonas visiems“, „Grigiškės“, „Vilniaus Mamytės ir ne tik“, „Vilniaus rajono skelbimai ir naujienos“, „Vilniaus rajono skelbimai“, „Priėmimas į Vilniaus ir rajono mokyklas“, Tėvų ir paauglių santykiai“, „Mamyciu, teveliu turgelis, skelbimai, reklama visoje LIETUVOJE“ ir „Vaidotai :))))“). Taip pat anketa buvo išsiųsta el. paštu devynioms ugdymo įstaigoms. Tačiau atsakymų iš ugdymo įstaigų negauta. Apklausoje sutiko iš viso dalyvauti 205 respondentai. Tačiau dvi apklausos buvo pašalintos, nes buvo sugadintos. Apie savo sutikimą dalyvauti apklausoje respondentai patvirtino, perskaitę tyrimo anketos įžangą ir pradėję atsakinėti į pateiktus klausimus. Kiekvienam tiriamajam anketos pradžioje buvo pateiktas paaiškinimas, kaip ją pildyti, taip pat nurodyta, kad kylant neaiškumams galima pasitikslinti.

III etapas. Paskutiniame etape buvo apdorojami ir analizuojami anketavimo būdu surinkti duomenys. Gauti duomenys apdoroti ir analizuoti bei apskaičiuoti absoliučiais skaičiais ir išreikšti

procentais. Anketose pateiktiems atsakymams užrašyti ir susisteminti, taip pat skaičiavimams, paveikslų darymui pasitelkta „Microsoft Excel 2021“ ir „IBM SPSS statistics“ programomis.

„IBM SPSS statistics“ programos veiksmi:

“Tiesinės koreliacijos koeficientas yra kintamųjų tiesinės priklausomybės matas” (Čekanavičius ir Murauskas, 2014, p. 21). Šis metodas naudojamas, kai norima iširti, ar kintamieji yra tarpusavyje susiję, ir kokia yra ši sąsaja. Koreliacinė analizė naudojama įvairiose srityse, įskaitant statistiką, ekonomiką, biologiją, psichologiją, sociologiją ir kt. Taip pat koeficientas gali kisti tik nuo -1 iki 1, taigi kuo koreliacijos koeficientas didesnis, tuo stipresnė yra koreliacija (Čekanavičius ir Murauskas, 2014, p. 21-22).

Koreliacijos koeficientas parodo, kaip koreliuoja priklausomas kintamasis ir nepriklausomas kintamasis. Nustatyti koreliacijos stiprumą galima pasinaudojus koreliacijos koeficiento stiprumo interpretacine lentele (1 lentelė). Būtent atsižvelgus į šią lentelę galime teigti, kad priklausomas kintamasis atitinkamu stiprumu koreliuoja su kitu kintamuoju (Čekanavičius ir Murauskas, 2014, p. 21-22).

Toliau skaičiuojama Sig reikšmė - nurodo ar nepriklausomo kintamojo koreliacijos reikšmė yra statistiškai reikšminga. Norint tai sužinoti Sig reikšmė turi atitikti šią sąlygą $Sig < 0,05$.

Koeficientą skaičiuojant SPSS, veiksmus reikia atlikti tokia tvarka: *Analyze* → *Correlate* → *Bivariate*, o vieną priklausomą kintamąjį ir nepriklausomą kintamąjį iš kurių bus skaičiuojama koreliacija reikia kelti į *Variables* → *Continue* → *OK*.

Kai tikriname ar mūsų koreliacija yra reikšminga, turime skaičiuoti Stjudento kriterijų, kiekvienam kintamajam. Suskaičiavę Stjudento kriterijų mes gauname *Sig* reikšmę. Kad kintamųjų koreliacija būtų reikšminga, *Sig* visada turi būti $< 0,05$ (Čekanavičius ir Murauskas, 2014, p. 21-22).

Stjudento kriterijų SPSS programoje skaičiuojame taip:

Spaudžiame laukelį *Analyze* → tuomet pasirenkamas *Regression* → *Linear* ir į *Dependent* sukeliame priklausomąjį kintamąjį, *Variables* laukelyje sukeliame norimą nepriklausomą kintamąjį → atlikę veiksmus spaudžiame *OK*

1 lentelė. Koreliacijos koeficiento interpretavimas

Reikšmė	0 – 0,29	0,3 – 0,49	0,5 – 0,69	0,7 – 0,89	0,9 – 1
Aprašymas	Labai silpnas	Silpnas	Vidutinis	Stiprus	Labai stiprus

Šaltinis: Sudaryta darbo autoriaus pagal: Čekanavičius ir Murauskas, 2014, p. 22.

Teigiamas koeficientas rodo teigiamą ryšį. Tai reiškia, kad vienam kintamajam didėjant, kitas kintamasis taip pat didėja.

Neigiamas koeficientas rodo neigiamą ryšį. Tai reiškia, kad vienam kintamajam didėjant, kitas kintamasis mažėja.

Koeficientas, artimas 0, rodo silpną arba jokio ryšio.

Koreliacijos stiprumas: Kuo arčiau koreliacijos koeficientas yra +1 arba -1, tuo stipresnis ryšys tarp kintamųjų (Čekanavičius ir Murauskas, 2014, p. 21-22).

Norėdami išsiaiškinti ar atitinkami klausimai turi statistinį ryšį kėlėme hipotezes H₀- Nėra ryšio tarp dviejų kintamųjų ir H₁ Egzistuoja ryšys tarp dviejų kintamųjų. Tam, kad patikrinti hipotezes, buvo pasirinktas Chi kvadrato metodas, kuris atliktas per „IBM SPSS statistics“ programą. Šis metodas pasirinktas, kadangi turimi duomenys yra kategoriniai (nominalūs). Kad galėtume atlikti chi kvadrato testą SPSS programoje turime spausti *Analyze* → *Descriptive Statistics* → *Crosstabs*, į *Rows* įkeliame vieną kintamąjį ir į *Columns* kitą. Spaudžiame *Statistics*, pasirenkame viršuje *Chi-square*, spaudžiame *Continue*. Tada spaudžiame *Cell* ir pasirenkame prie *Counts* → *Observed*, spaudžiame *Continue* ir *OK*.

Rezultatų interpretavimas: Jei apskaičiuota Chi kvadrato statistika yra didesnė už kritinį Chi kvadrato pasiskirstymo tašką (df), atmetama nulinė hipotezė ir daroma išvada, kad egzistuoja statistinis ryšys tarp dviejų kintamųjų. Taip pat *p*-reikšmė gali būti naudojama rezultatams interpretuoti. Jei *p*-reikšmė yra mažesnė už 0,05, taip pat atmetama nulinė hipotezė.

df- Kritinis Chi kvadrato pasiskirstymo taškas.

Chi kvadrato (χ^2) *p*-reikšmė yra tikimybė gauti Chi kvadrato statistikos reikšmę (Pukėnas, 2009, p. 8-14).

Galutiniam tyrimo aprašymui ir rezultatų pateikimui naudota teksto redagavimo programa „Microsoft Word 2021“. Taigi, toks tyrimas leidžia išsiaiškinti pasirinktos temos esminius požymius, rūpimų reiškinių priežastinius ryšius bei funkcionavimo veiksnus.

Tyrimo etika. Atliekant tyrimą buvo laikomasi mokslinės etikos principų. Anketoje dauguma klausimų buvo uždarojo tipo, tačiau įtraukta ir mažesnė dalis atvirojo tipo klausimų, kuriuose respondentų buvo prašoma pateikti bendrus komentarus arba įrašyti amžių, neatskleidžiant jų tapatybės. Tyrimo metu buvo išsaugotas respondentų konfidencialumas. Taigi jų nebuvo prašoma nurodyti nei vardo, pavardės ar kitos asmeninės informacijos. Prieš pradėdant anketos pildymą, dalyviams buvo pateikta išsami informacija apie tyrimą, įskaitant prisistatymą ir tyrimo tikslo pristatymą, taip pat buvo aiškiai nurodyta, kam bus naudojami tyrimo rezultatai, pabrėžiant, kad šie atsakymai bus viešinami tik magistro baigiamajame darbe. Taip pat buvo aiškiai pažymėta, kad respondentas, sutikdamas dalyvauti

tyrime, turėtų pradėti pildyti anketą. Be to, buvo pabrėžta, jog bet kuriuo metu kilus klausimams, tiriamasis gali kreiptis asmeniškai.

Tyrimo ribotumai. Literatūros analizės metu iškilo iššūkių ieškant naujos informacijos apie sveikos vaikų mitybos politiką, ši tema aktualiausia buvo 2010-2015 metais. Daugelis plačių tyrimų ir šaltinių yra senesni nei penkeri metai. Taip pat aptariant sveikos vaikų mitybos aktualumą, paieškos sunkumus didina neapibrėžtas sąvokos "sveika vaikų mityba" pobūdis, kuris savaime nenurodo konkrečios problemos. Tyrimo metu iškilo sunkumų dėl mažo respondentų aktyvumo: dauguma tėvelių buvo pasyvūs ir atsisakė užpildyti anketas. Dėl šios priežasties surinktas respondentų skaičius buvo ribotas. Be to, bandant įtraukti į tyrimą ugdymo įstaigas, atsakymų nebuvo sulaukta.

Tyrimo objektas. Vaikų sveikos mitybos politikos formavimas ir įgyvendinimas.

Tyrimo imties apskaičiavimas. Išnagrinėjus Vilniaus rajono Bendrojo ugdymo mokinių duomenis už 2022-2023 m. nustatyta, kad Vilniaus rajono ugdymo įstaigose mokėsi 11834 mokiniai (Bendrasis ugdymas, 2024). Buvo sudaryta netikimybinė atsitiktinė patogioji imtis. Anketinio tyrimo imtis yra parinkta taip, kad ji atitiktų bendrąją visumą ir būtų reprezentatyvi. Socialiniams tyrimams rekomenduojama nustatyti imties dydį taip, kad būtų atsižvelgta į 5 proc. paklaidą. Nustatant tyrimo imtį buvo pasitelkta Panijot'o formulę:

$$n = \frac{1}{\Delta^2 + \frac{1}{N}}$$

n - reikalinga imtis

N – populiacijos dydis

Δ – leistina paklaida (Anketinis tyrimo metodas, 2018).

Taigi turime populiacijos dydį $N = 11834$, ir leistiną paklaidą $\Delta = 0,05$

Įstatome į formulę:

$$n = \frac{1}{0,05^2 + \frac{1}{11834}}$$

Išsprendžiame:

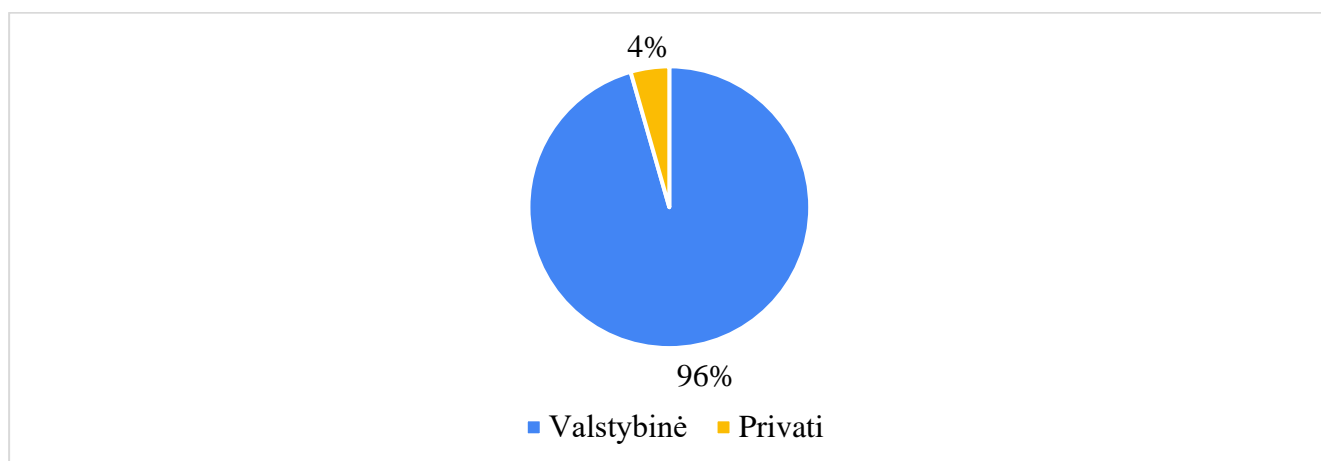
$$\begin{aligned} n &= \frac{1}{0,0025 + \frac{1}{11834}} \\ n &= \frac{1}{0,0025 + 0,0000845} \\ n &= \frac{1}{0,0025845} \\ n &\approx 386,92 \end{aligned}$$

Taigi respondentų imtis turėtų būti 387.

Tiriamieji. Tyrime dalyvavo 203 asmenys, kurių vaikai mokosi bendrojo ugdymo mokyklose. *Respondentų amžiaus vidurkis 40,12±10,16 metai. Jauniausiam respondentui – 28 metai, vyriausiam – 60 metų. Amžiaus moda (Mo – dažniausiai pasitaikantis skaičius) – 42 metai.* Respondentų įtraukimo kriterijai, reikalingi dalyvaujant šiame tyrime:

- 1) vaikų turėjimas, kurie mokosi nuo 1 iki 12 klasės;
- 2) savanoriškas sutikimas dalyvauti tyrime ir užpildyta anketa.

Siekiant išsiaiškinti vaiko ugdymo įstaigos teisinę struktūrą ir finansavimo šaltinius buvo klausiamą kokioje įstaigoje mokosi respondento vaikas, taip pat buvo prašoma nurodyti respondentų ir jų vaikų amžių, lytį, bei respondentų išsilavinimą. Šie klausimai buvo įtraukti į apklausą, siekiant sugrupuoti respondentus į tam tikras grupes su tikslu išanalizuoti atitinkamus klausimus plačiau bei paskirstant klausimus pagal atitinkamas kategorijas. Taigi rezultatai pateikti žemiau esančiose diagramose.

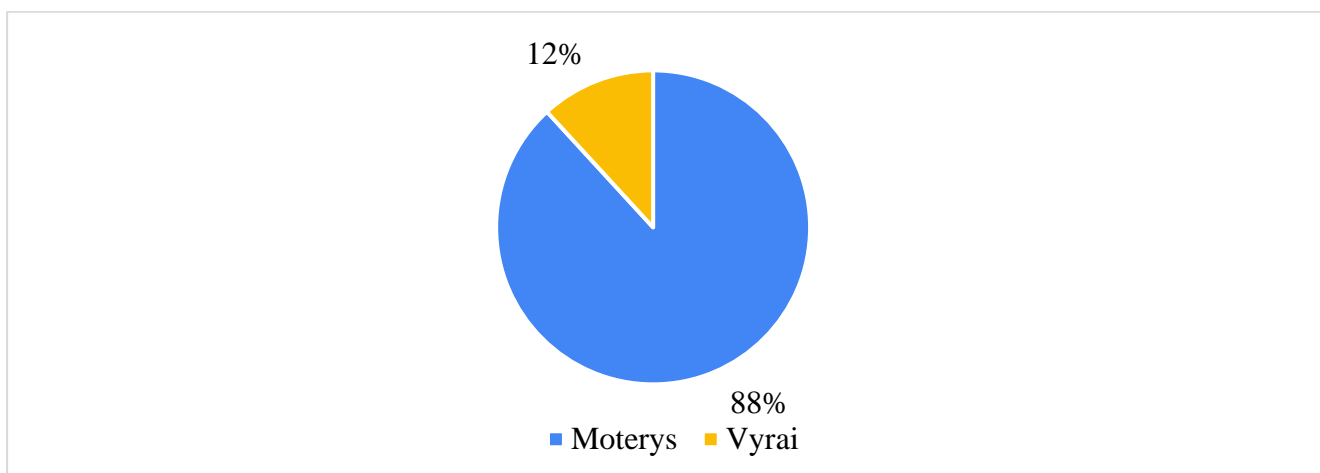


1 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigų teisinę struktūrą

Prie sveikos mitybos politikos formavimo ir įgyvendinimo prisideda ir tai, kad vyriausybė skirtingai reglamentuoja ir kontroliuoja vaikų priežiūrą (Zaltz et al., 2020, p. 3). Apklaustųjų atsakymai apie ugdymo įstaigas pasiskirstė nevienodai. Didžioji apklaustųjų dalis (96 proc., n=194) teigė, kad jų vaikai mokosi valstybinėse ugdymo įstaigose, likusieji (4 proc., n=9) teigė, kad jų vaikai mokosi privačiose ugdymo įstaigose (1 pav.).

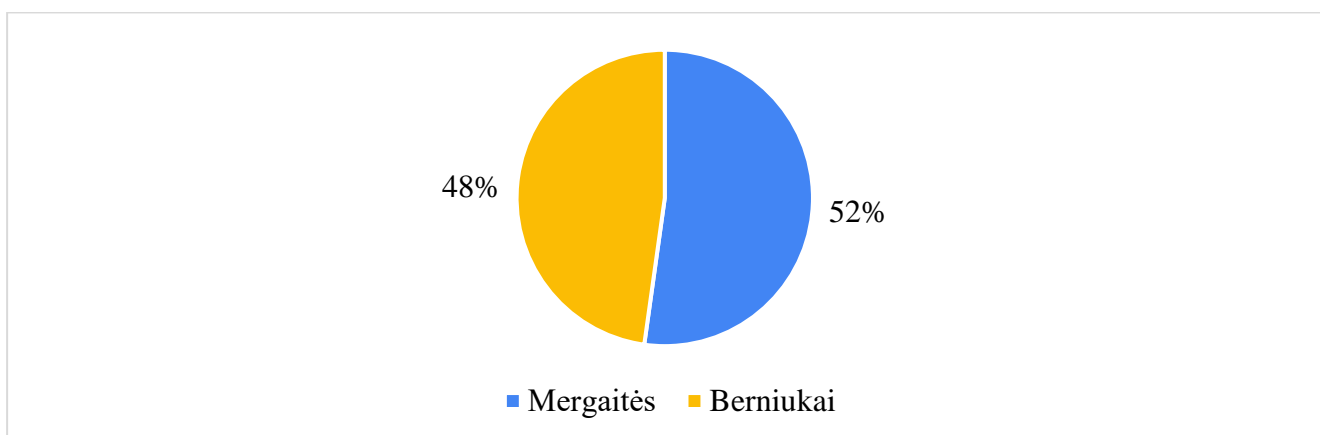
Per gyvenimą maisto pasirinkimai kinta dėl biologinių, socialinių ir aplinkos veiksnių bei individualių savybių, įskaitant lytį ir amžių (Scaglioni et al., 2018, p. 2). Respondentams buvo pateiktas klausimas dėl lyties nustatymo (2 pav.), kurį sekė klausimų paskirstymas, atitinkantis lytims skirtus klausimus apie žindymą. Šie klausimai buvo skirti tik moterims, o vyrams klausimai apie žindymą nebuvo įtraukti. Atsakymai apie respondentų amžių pasiskirstė nevienodai, daugiau nei trys

ketvirtadaliai (88 proc., n=179) respondentų buvo moterys, o daugiau nei dešimtadalis (12 proc., n=24) vyrų.



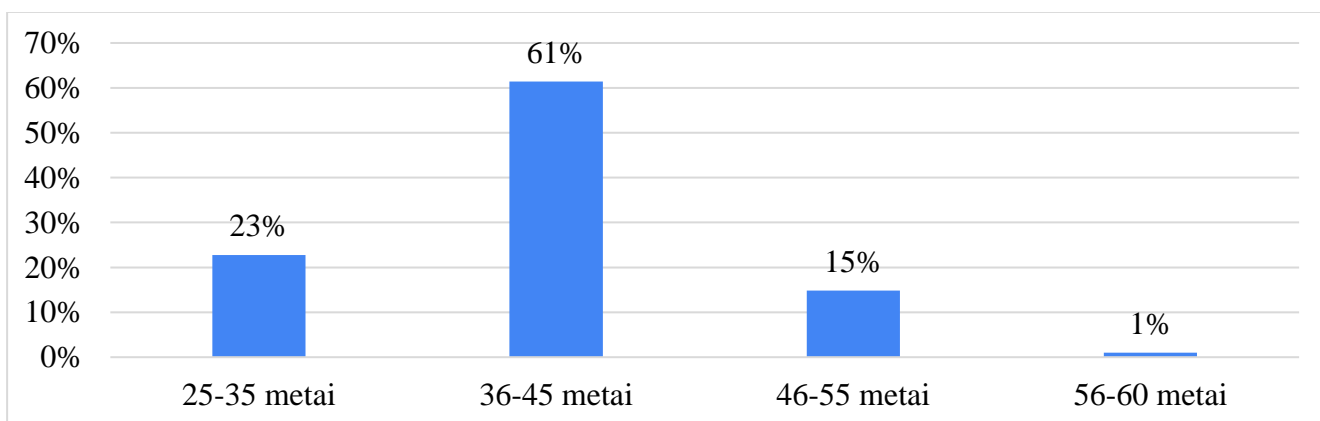
2 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lytį

Taip pat buvo prašoma nurodyti ir vaiko lytį (3 pav.). Šie rodikliai pasiskirstė panašiomis dalimis. Šiek tiek daugiau nei pusė (52 proc., n=106) sudarė mergaitės, o daugiau nei trečdalis (48 proc., n=97) berniukai.



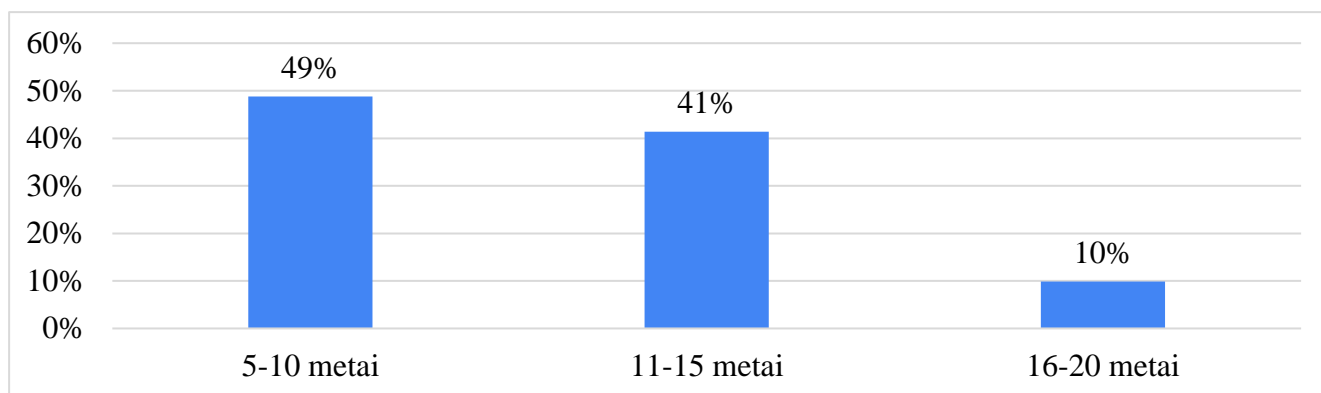
3 pav. Respondentų vaikų pasiskirstymas pagal lytį

Toliau apklausoje tyrimo dalyvių taip pat buvo prašoma įrašyti savo amžių (4 pav.). Amžiaus nustatymo pagalba galima įvertinti, kaip amžius susijęs su tėvų pasirinkimais.



4 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal amžių

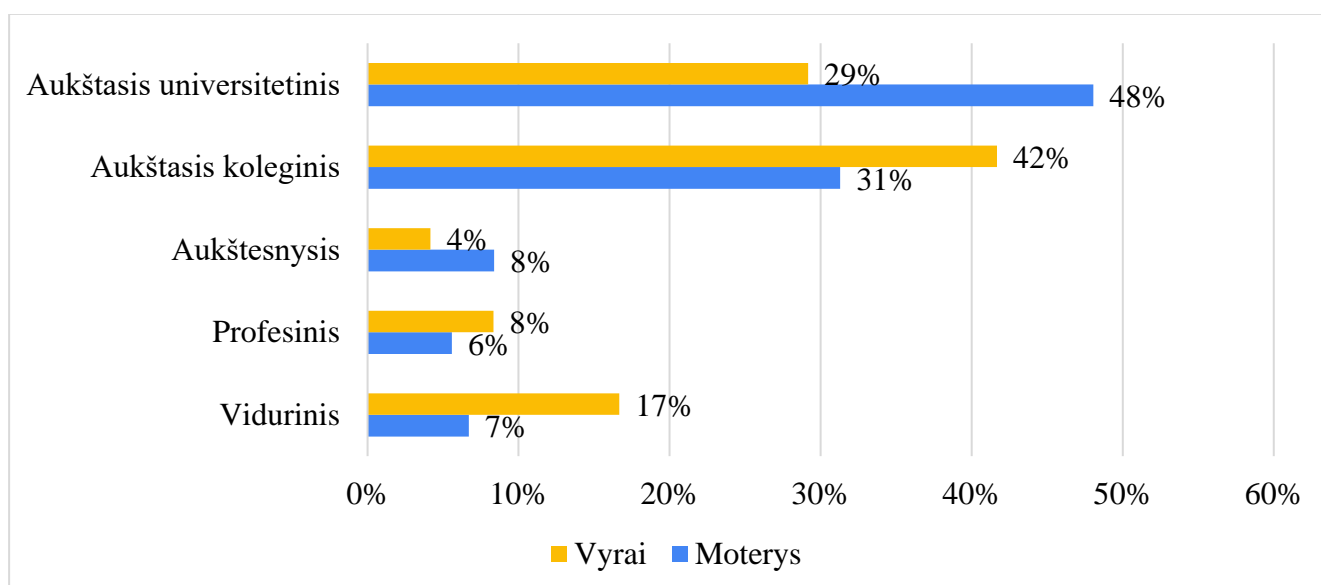
Šis klausimas buvo atvirojo tipo, norint kuo tiksliau išsiaiškinti tiriamųjų amžių. Atsakymai buvo suskirstyti į keturias amžiaus grupes: 25-35 metai, 36-45 metai, 46-55 metai, 56-60 metai. Daugiausia tiriamųjų priklauso 36-45 metų grupei, šiai grupei priklauso daugiau nei pusė (61 proc., n= 124) respondentų. Mažiausia dalis (1 proc., n=2) priklauso 56-60 metų grupei.



5 pav. Respondentų vaikų pasiskirstymas pagal amžių

Siekiant nustatyti, ar tėvai, dalyvaujantys apklausoje, atitinka tyrimo imtį, buvo paprašyta pateikti vaiko amžių (5 pav.). Šis klausimas buvo taip pat atvirojo tipo. Atsakymai buvo suskirstyti į tris amžiaus grupes: 5-10 metai, 11-15 metai, 16-20 metai. Daugiausia tiriamųjų priklauso 5-10 metų grupei, šiai grupei priklauso apie pusė (49 proc., n= 99) vaikų. Mažiausia dalis (10 proc., n=20) priklauso 16-20 metų grupei.

Taip pat atliekant tyrimą buvo svarbu išsiaiškinti tyrimo dalyvių išsilavinimą, norint palyginti išsilavinimą su sveiko maisto vartojimu ir žindymo laikotarpiu. Apklausoje buvo pateikti penki galimi atsakymų variantai: vidurinis, profesinis, aukštesnysis, aukštasis koleginis, aukštasis universitetinis.



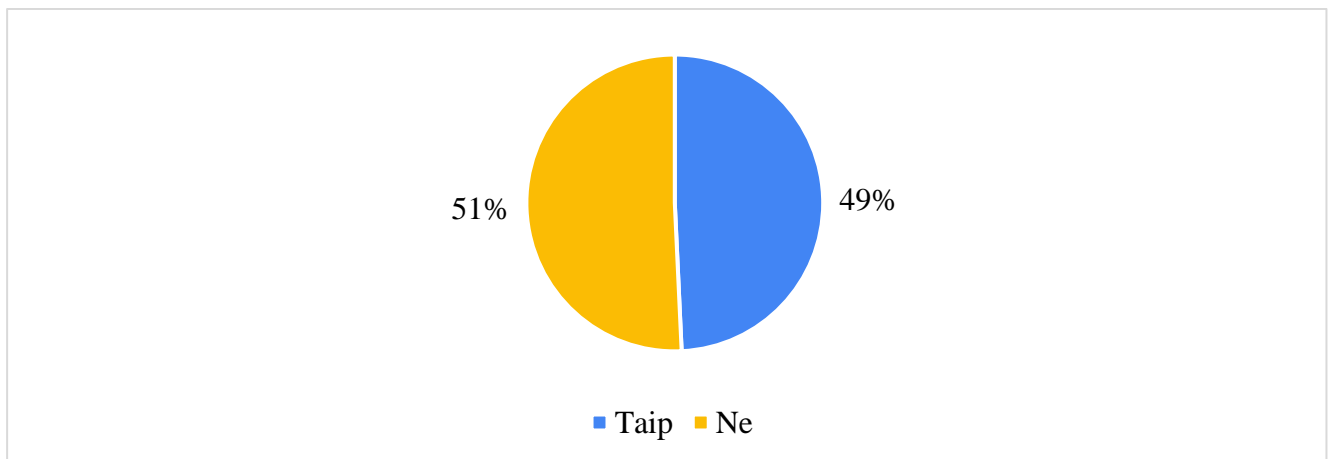
6 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal išsilavinimą

Didesnė dalis, t. y. apie trečdalis (46 proc., n=93) respondentų įgiję aukštąjį universitetinį išsilavinimą. Mažiau tyrime dalyvavo įgijusių profesinį išsilavinimą (6 proc., n=12) (6 pav.).

4. TYRIMO REZULTATŲ APTARIMAS

Renkant tyrimui skirtus duomenis buvo norima išsiaiškinti kaip formuojama ir įgyvendinama sveikos vaikų mitybos politika Vilniaus rajone. Kadangi žinoma, jog Lietuvoje vykdoma daug įvairių politikos priemonių, siekiant įveikti sveikos mitybos trūkumo problemą. Tačiau jos dažnai veikia fragmentiškai, jose stokojama bendros strategijos ir integracijos visose srityse, o bendri tikslai nėra aiškiai apibrėžti arba jų įgyvendinimas nereikalaujamas (UNICEF, 2022, p. 17). Norint skatinti sveiką maisto aplinką, įskaitant maisto sistemas, kurios skatina įvairią, subalansuotą ir sveiką mitybą, būtina įtraukti įvairius sektorius ir suinteresuotąsias šalis, tokias kaip vyriausybė, viešasis ir privatus sektorius. (Healthy diet, 2020). Tad respondentams buvo užduodami klausimai, kuriuose buvo siekiama paliesti daugelį aspektų.

Norint suvokti, kiek tėvai dalyvauja savo vaikų mitybos procese ugdymo įstaigoje, buvo klausama, ar jie įsitraukę į savo vaikų maitinimą ugdymo įstaigoje (7 pav.).

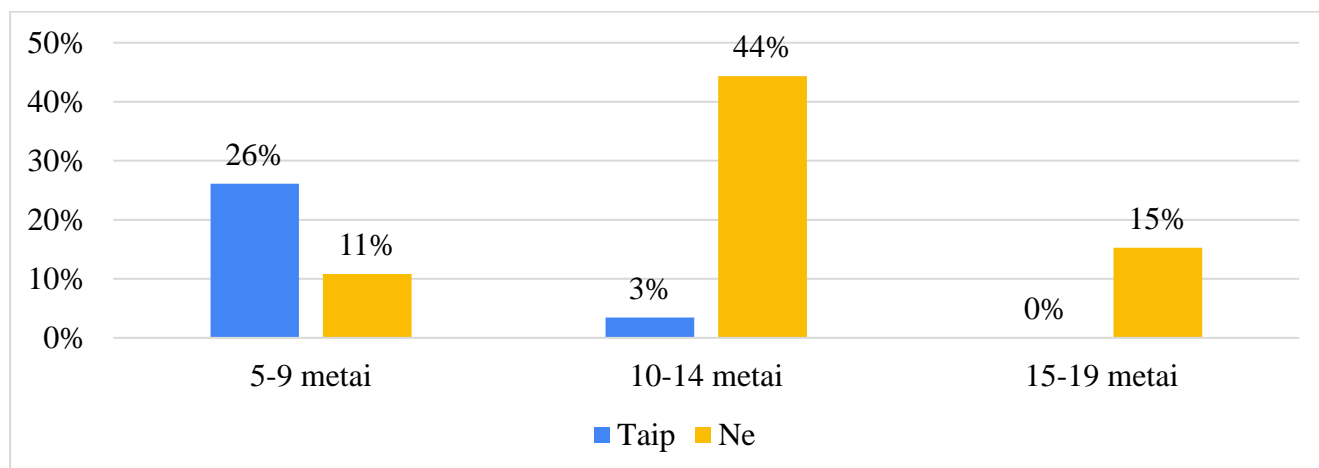


7 pav. Respondentų įsitraukimas į vaiko maitinimą ugdymo įstaigoje

Atsakymai respondentų tarpe pasiskirstė palyginti lygiai. Tad dalis (49 proc., n=100) respondentų yra aktyviai įsitraukę į savo vaikų maitinimo procesą ugdymo įstaigoje, o kita pusė (51 proc., n=103) nurodo, jog nėra įsitraukusi. Būtina įtraukti tėvus į ugdymo įstaigoje vykdomą veiklą ir priimamus sprendimus. Kadangi literatūroje teigiama, kad vaikai visame pasaulyje mokosi savo valgymo įpročių ir socialinio elgesio iš savo tėvų, senelių, globėjų, brolių ir seserų bei bendraamžių. Todėl šeimos, bendruomenės ir mokyklos dėka formuojasi, ką, kiek, kada ir kaip vaikai valgo visą gyvenimą (Haines et al., 2019).

Pagal Eurostat duomenis iš 2019 metų, Lietuvoje mažas pajamas turintys namų ūkiai, kas antrą dieną negalėjo sau leisti mėsos, vištienos, žuvies ar vegetariškų patiekalų. Tai plačiai apėmė daugiavaikes šeimas, kurių skaičius siekė 38,7 proc. (United Nations Children's Fund, 2020, p. 40-41). Siekiant skatinti sveikos mitybos prieinamumą, Lietuvos sveikatos strategijoje 2014-2025 m. ir Nacionalinėje

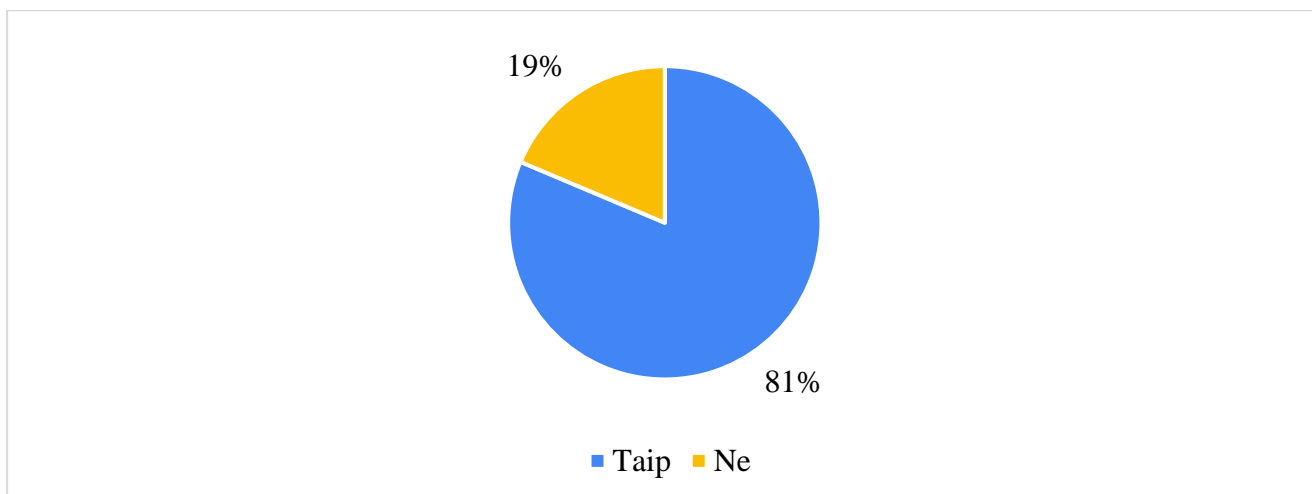
visuomenės sveikatos priežiūros plėtros programoje 2016-2023 m. numatyta užtikrinti nemokamą maitinimą ugdymo įstaigose (UNICEF, 2021, p. 106). 2021 m. įvesta naujovė, suteikė visiems pirmokams ir antrokams nemokamą maitinimą neatsižvelgiant į tėvų pajamas. Šitokių būdų siekiama sumažinti finansinę naštą tėvams (Nemokamas maitinimas ir socialinė parama mokiniams 2021–2022 mokslo metais, 2021). Tad tiriamųjų buvo klausiama ar jų vaikai gauna nemokamą maitinimą (8 pav.).



8 pav. Respondentų atsakymai apie vaikų, gaunančių nemokamą maitinimą, dalis

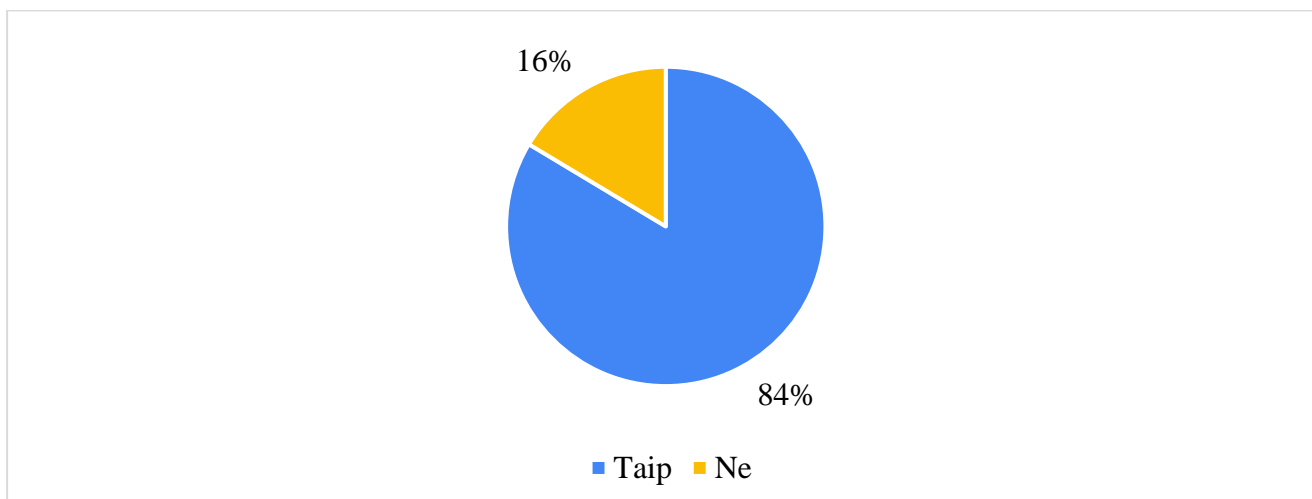
Iš gautų rezultatų matyti, kad didžioji dalis (44 proc., n=90) 10-14 metų vaikų negauna nemokamo maitinimo. Bei didesnė dalis (26 proc., n=53) gaunančių maitinimą yra 5-9 metų vaikų tarpe. Taip pat šiek tiek daugiau nei dešimtadalis (11 proc., n=22) šios grupės vaikų negauna nemokamo maitinimo. Šie rezultatai rodo, kad didesnė dalis gaunančiųjų nemokamą maitinimą yra 5-9 metų grupėje, tačiau taip pat nemaža dalis šio amžiaus vaikų negauna tokio maitinimo. Galimai, ne visos mokyklos laikosi reglamentavimo arba dalis tėvų neturi informacijos apie savo vaikų maitinimą ugdymo įstaigose.

Norint kurti sveiką maisto aplinką, būtina įtraukti keletą sektorių ir suinteresuotų šalių bendradarbiavimą (Healthy diet, 2020). Dėl šios priežasties tiriamųjų, kurių vaikai gauna nemokamą maitinimą buvo teirujamasi, ar juos tenkina nemokamo maitinimo reglamentavimas (9 pav). Diagramos duomenys atskleidžia, kad šiek tiek daugiau nei keturi penktadaliai (81 proc., n=48) atsakiusiųjų patenkinti reglamentavimu, o apie penktadalį (19 proc., n=11) nepatenkinti. Taip pat teigiančių, kad reglamentavimas netenkina, buvo prašoma pakomentuoti netenkinančias sąlygas. Respondentai teigė, kad juos netenkina produktų ir patiekalų kokybės užtikrinimas, pajamų vertinimo kriterijai, kuriuose nustatomi maži gaunamų pajamų dydžiai, mažas vaikų įtraukimo diapazonas, respondentai nori, kad būtų įtrauktos visos pradinės klasės. Šie duomenys atskleidžia, kad didesnė dalis tėvų patenkinti nemokamo maitinimo reglamentavimu. Tačiau remiantis pateiktais komentarais, galimai reikėtų įvesti atitinkamas korekcijas siekiant pagerinti maitinimo kokybę ir didinti pajamų ribas.



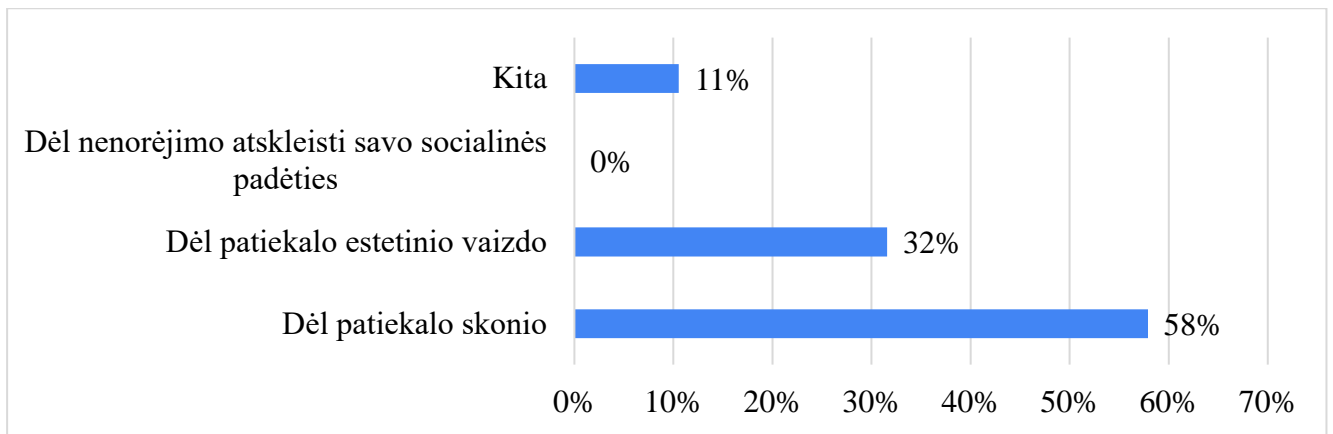
9 pav. Respondentų nuomonė apie nemokamo maitinimo reglamentavimą

Toliau tiriant nemokamo maitinimo aspektus, tyrimo dalyvių buvo klausama ar jų vaikai vartoja jiems skirtą nemokamą maistą (10 pav.). Atlikus apklausą, išaiškėjo, kad daugiau nei keturi penktadaliai (84 proc., n=51) vaikų valgo jiems priklausanti nemokama maistą, o daugiau nei dešimtadalis (16 proc., n=10) vaikų šio maisto nevalgo. Akivaizdu, kad didesnė dalis vaikų vartoja nemokamą maistą.



10 pav. Vaikų nemokamo maisto vartojimas

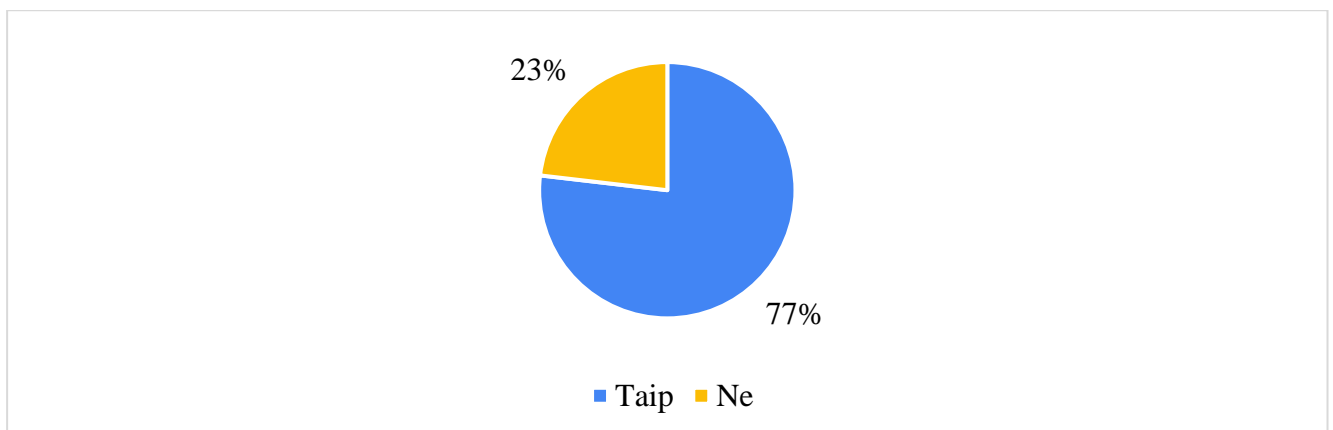
Pastebėta problemų su nemokamo maitinimo mokyklose politikos įgyvendinimu. Gaunantieji nemokamą maistą, pranešė apie prastos kokybės maistą ir ribotą pasirinkimą, o taip pat buvo atkreiptas dėmesys į vaikų segregaciją. Be to, nors teigiama, kad įgyvendinant patobulinta politiką kokybė pagerėjo, tačiau pabrėžiamas reprezentatyvių duomenų trūkumas, patvirtinantis šį teigiamą pokytį (UNICEF, 2021, p. 38). Todėl remiantis ankstesniu klausimu tiriamieji teigiantis, kad jų vaikai nevartoja nemokamo maisto, buvo klausiami apie priežastis, dėl kurių vaikai atsisako valgyti nemokamą maistą (11 pav.). Daugiau ne pusė (58 proc., n=11) respondentų vaikų nevartoja nemokamo maisto dėl patiekalo skonio, bei nei vienas (0 proc., n=0) nenurodė socialinės atskirties priežastį, kadangi literatūroje ši priežastis įvardinama kaip kebliausia problema.



11 pav. Respondentų atsakymai apie vaikų nemokamo maisto nevalgymo priežastys

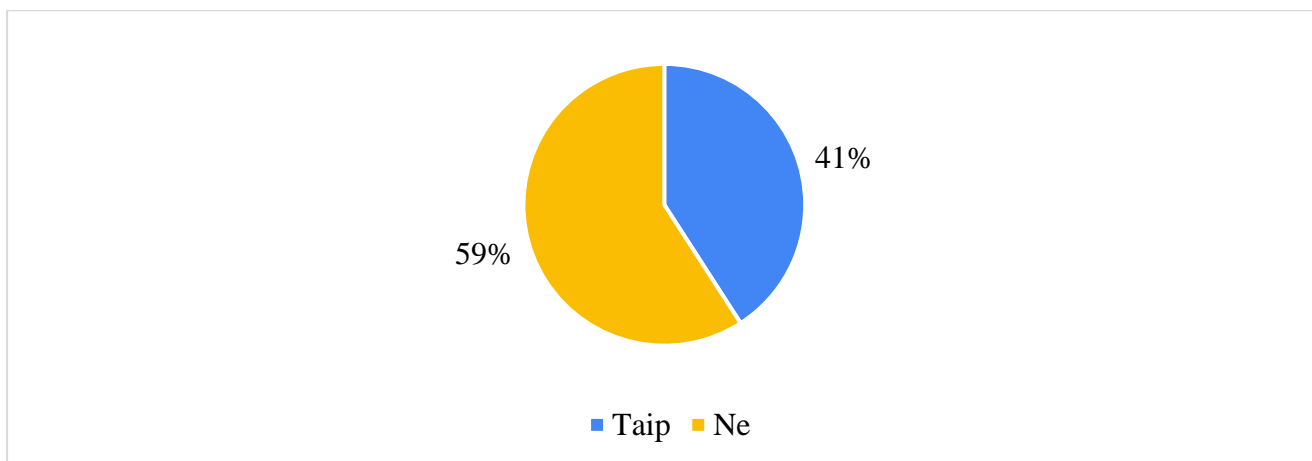
Tarp atsakymų „kita“ buvo pateiktos vaiko išrankumo ir sekimo kitų vaikų pavyzdžių priežastys. Tyrimo rezultatai rodo, kad didžioji dalis vaikų nevalgo nemokamo maisto dėl patiekalo skonio. Atsižvelgiant į tai, galbūt būtų pravartu svarstyti maisto skonio patobulinimo reglamentavimą, kadangi galimai tai turėtų teigiamą įtaką vaikų maitinimuisi.

Vyriausybės politika gali skatinti sveiką mitybą sumažindama vaisių ir daržovių kainas (Djojosoeparto et al., 2021. p. 11). 2007-2010 m. buvo įgyvendinta programa, skirta skatinti ekologiškų produktų gamybą, kurioje numatyta 5 proc. PVM lengvata ekologiškiems maisto produktams (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008). Literatūroje teigiama, kad įvairios ekonominės paskatos, padeda padidinti prieinamumą ir pasiekiamumą sveikiems ir ekologiškiems produktams (Healthy diet, 2020). Respondentai buvo apklausti dėl jų nuomonės apie PVM lengvatų įtaką ekologiškų produktų prieinamumui ugdymo įstaigoms (12 pav.).



12 pav. Respondentų nuomonė apie PVM lengvatų įtaką ekologiškų produktų prieinamumui

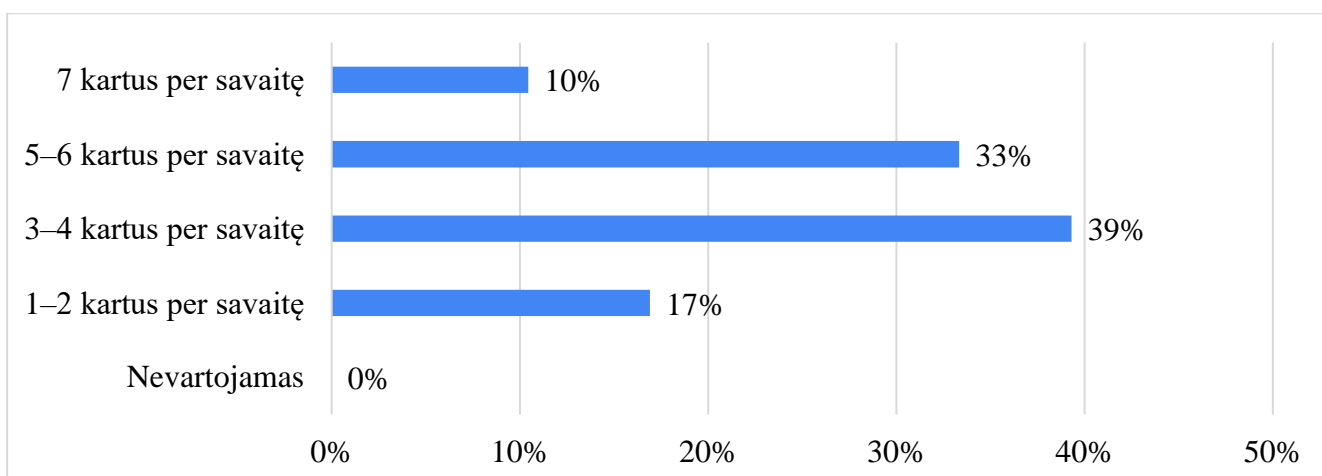
Daugiau nei trys ketvirtadaliai (77 proc., n=156) anketos dalyvių teigė, jog PVM lengvatos didina ekologiškų produktų prieinamumą ugdymo įstaigoms, o tuo tarpu mažiau nei ketvirtadalis (23 proc., n=47) mano, kad šios lengvatos neturi tokio poveikio. Akivaizdu, kad dauguma respondentų pritaria šio sprendimo pasirinkimui.



13 pav. Ekologiškų produktų vartojimo pokyčiai vaikų mityboje

Toliau respondentams buvo pateiktas klausimas vertinantis ekologiškų produktų vartojimo pokyčius (13 pav.). Dauguma (59 proc., n=120) tėvų teigia, kad nepastebėjo didesnio ekologiškų produktų vartojimo, o daugiau nei du penktadaliai (41 proc., n=83) nurodo, jog pastebėjo šį pokytį. Taigi, gauti atsakymai rodo, kad tarp daugiau nei pusės respondentų vaikų didesnio ekologiškų produktų vartojimo nepastebėta.

Danone Institute International, kuris vykdo bendradarbiavimą „Sveikos vaikų mitybos puoselėjimas“ nustatė, kad vaikų auklėjimo praktikos ir stiliai, tokiuose kaip maisto ribojimo vengimas, leidimas vaikams patiems pasirinkti maistą ir skatinimas vaikus savarankiškai valdyti porcijų dydį, gali turėti įtakos vaikų mitybai (Haines et al., 2019, p. 125). Analizės pradžioje buvo užduotas klausimas, kuriuo vertinamas sveiko maisto vartojimo dažnumas namuose. Šis klausimas padės išryškinti gilesnes sąsajas (14 pav.).



14 pav. Sveiko maisto vartojimo dažnis namuose

Dauguma (39 proc., n=79) respondentų nurodė, kad jų namuose sveikas maistas vartojamas 3-4 kartus per savaitę, apie penktadalį (17 proc., n=34) - 1-2 kartus per savaitę bei tarp tiriamųjų nebuvo nevartojančių šių produktų. Taigi, dauguma rinkosi vartoti sveika maistą apie 3-4 kartus per savaitę.

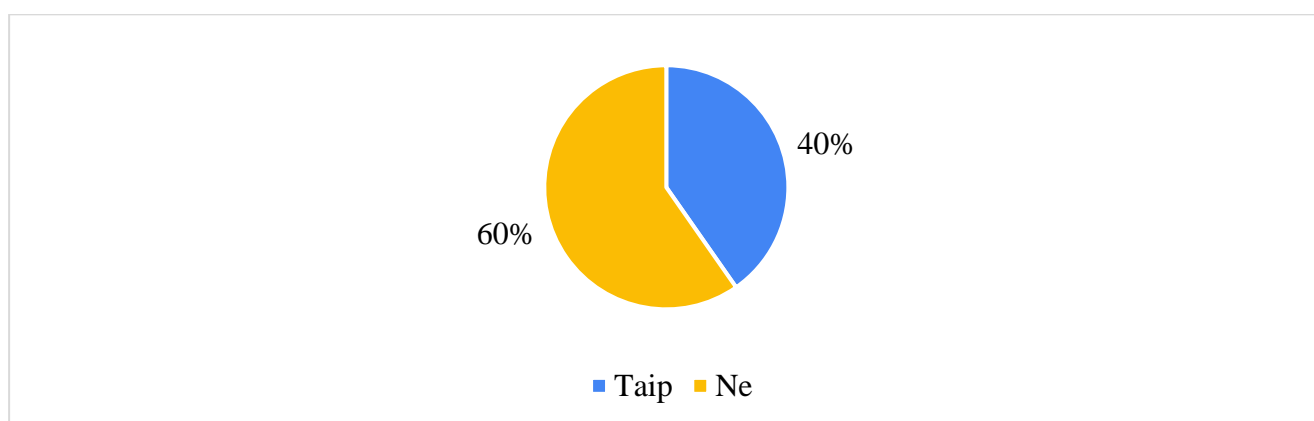
Teigiama, kad aukštesnį išsilavinimą turintys tėvai, siekdami užtikrinti gerą savo vaiko sveikatą, linkę rinktis sveikesnį maistą, todėl jų išsilavinimas taip pat turi įtakos vaiko sveikai mitybai (Genevičiūtė, 2021, p. 50). Siekiant įvertinti ar tarp tėvų išsilavinimo ir sveiko maisto vartojimo dažnumo yra ryšys atlikta koreliacinė analizė naudojant „IBM SPSS Statistics“ programą. Ši analizė padeda įvertinti, ar tarp pasirinktų kintamųjų yra statistinis ryšys ir nustčius šį ryšį įvertinti stiprumą.

2 lentelė. Tiriamųjų išsilavinimo ir sveiko maisto vartojimo dažnio koreliacijos rezultatai

Koreliacijos koeficientas	Sig reikšmė
0,276	<0,001

Atliekant tyrimą ir tikrinant tėvų išsilavinimo ir sveiko maisto vartojimo dažnio ryšį. Gavome Stjudento kriterijų/ p reikšmę <0,001, kuri yra mažesnė už 0,05, taip pat koreliacijos koeficientas lygus 0,276. Interpretuojant koreliacijos koeficientą, pastebimas labai silpnas ryšys, tačiau pagal gautus rezultatus koreliacija yra statistiškai reikšminga (2 lentelė). Tad galimai siekiant skatinti sveika mitybą reikėtų skatinti visuomenės švietimą apie jos svarbą.

Nuo 2017 m. rugsėjo 1 d. pradėta programa, skirta skatinti vaisių, daržovių, pieno ir pieno produktų vartojimą vaikų ugdymo įstaigose. Ji apjungė ir plėtojo ankstesnių programų veiklą: Vaisių vartojimo skatinimo ugdymo įstaigose programą ir Pieno vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programą. Į šią programą įtraukti pradinių klasių vaikai gauna ekologiškus arba nacionalinės žemės ūkio ir maisto kokybės sistemos principais auginamus ar gaminamus produktus (Vaisių, daržovių, pieno ir jo produktų vartojimo skatinimo programa bus tęsiama: vaikai įvertino jos naudą, 2023). Todėl tėvai buvo klausiami, ar jų vaikai gauna pieno produktus pagal programą (15 pav.).



15 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų pieno produktų gavimą pagal programą ugdymo įstaigoje

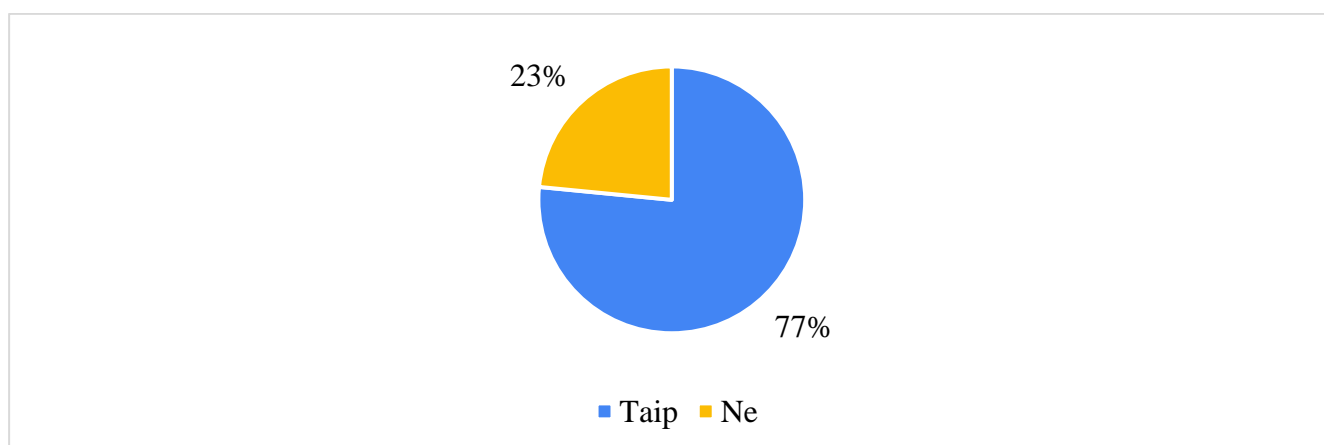
Anketos rezultatai atskleidžia, kad trys penktadaliai (60 proc., n=120) respondentų teigia, jog jų vaikai negauna pieno produktų pagal programą, o daugiau nei trečdalis (40 proc., n=81) šių produktų gauna. Taigi, dauguma apklaustųjų vaikų negauna nemokamų pieno produktų.

3 lentelė. Pieno produktų gavimo pagal programą ir ekologiškų produktų vartojimo dažnių rezultatai

Pieno produktų gavimas pagal programą	Didesnis ekologiškų produktų vartojimas			
			Ne	Taip
	Ne	0	79	41
	Taip	0	39	42

Vaisių ir pieno produktų vartojimo skatinimo programos metu tiekiami ekologiškai išauginti bei pagaminti produktai (Našlėnė ir kt., 2020, p. 19). Vertinant sveikos mitybos politikos apsektus Pietų Karolinos vaiku centruose, pastebėtas pagerėjimas vaisių ir baltymų suvartojime, taikant mitybos pokyčių politika, lyginant su vaikų centrais, kuriuose šių pokyčių nėra (Zaltz et al., 2020, p. 1-3). Norint išsiaiškinti pieno produktų gavimo ir ekologiškų produktų vartojimo ryšį naudota „IBM SPSS Statistics“ programa. Buvo iškeltos dvi hipotezės: Nulinė hipotezė (H0): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų nėra statistiškai reikšmingo ryšio. Alternatyvioji hipotezė (H1): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų yra statistiškai reikšmingas ryšys. Atlikus Chi kvadrato testą, gauta p reikšmė <0,001, kuri yra mažesnė už 0,05. Taip pat Chi kvadratas (χ^2) lygus 344,426 ir yra didesnis už Chi kvadrato pasiskirstymo tašką (df=4), dėl šių rodiklių nulinę hipotezę galime atmesti ir pastebėti, kad tarp kintamųjų egzistuoja ryšys (3 lentelė). Tad galime teigti, kad pieno produktų gavimas pagal programą, daro įtaką vaiko ekologiškų produktų vartojimui. Iš rezultatų matyti, kad vaikai, kuriems neskiriama pieno produktų, mažiau linkę rinktis ekologiškus produktus, tuo tarpu tie, kurie gauna pieno produktus pagal programą, daugiau linkę vartoti ekologiškus produktus. Taigi, šie duomenys patvirtina šios programos svarbą ir parodo, kad dėl jos didinamas sveikų produktų vartojimas.

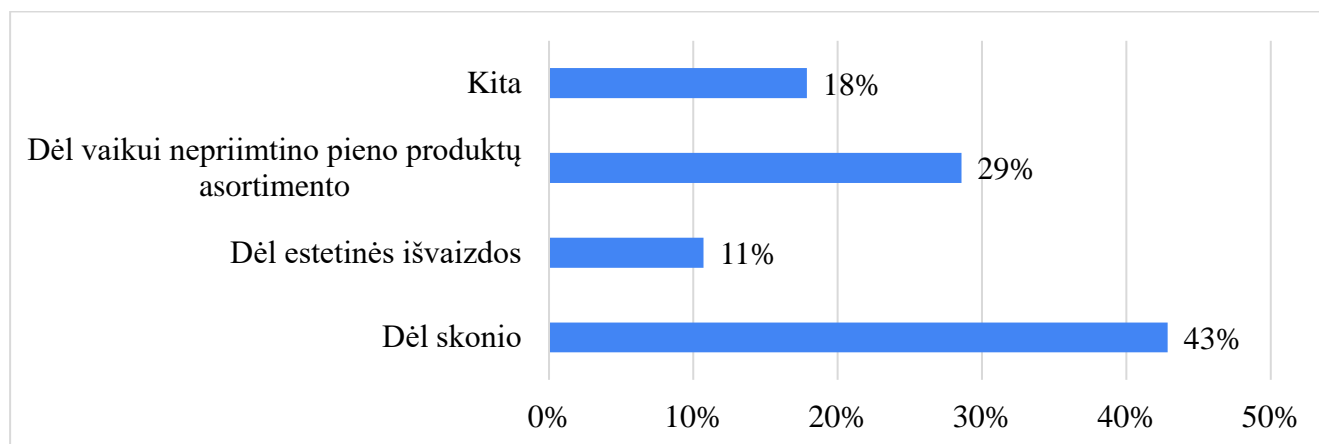
Politikos atstovams rekomenduojama skatinti sveikų maisto produktų paklausą mokyklų programų kūrimu, kurios skatintu vaikus priimti ir laikytis sveikos mitybos (Healthy diet, 2020). Kaip žinia paramos programos tikslas - skatinti moksleivių pieno produktų vartojimą ir įtraukimą į jų kasdienį mitybos racioną (Leščinskytė, 2017, p. 26-27).



16 pav. Pagal programa nemokamai skiriamu pieno produktu vartojimas tarp vaikų

Tad, tiriamųjų buvo klausima ar jų vaikai vartoja nemokamai teikiamus pieno produktus (16 pav.). Taigi tyrimo duomenys atskleidžia, kad didžioji dalis (77 proc., n=62) vaikų vartoja jiems suteikiamus pieno produktus, o daugiau nei penktadalis (23 proc., n=19) nevartoja.

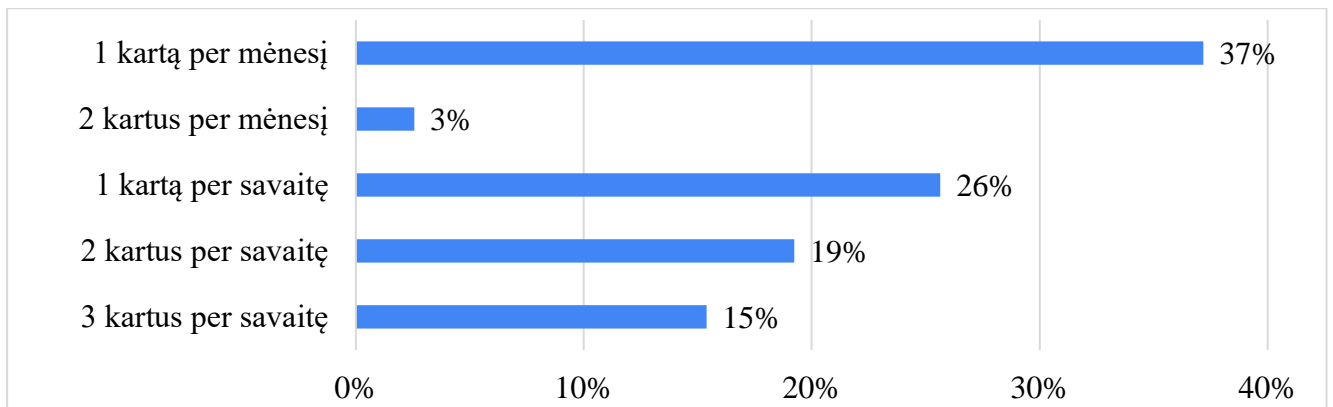
Tyrimai atskleidė nepakankamą pieno ir jo produktų vartojimą moksleivių tarpe (Dėl valstybinės maisto ir mitybos strategijos ir jos įgyvendinimo priemonių 2003–2010 metų plano patvirtinimo, 2003). Todėl tiriamųjų, kurie teigė, jog jų vaikai nevartoja jiems skirtų pieno produktų, buvo klausama kokios priežastys paskatino šį pasirinkimą (17 pav.).



17 pav. Vaikams nemokamai teikiamų pieno produktų nevartojimo priežastys

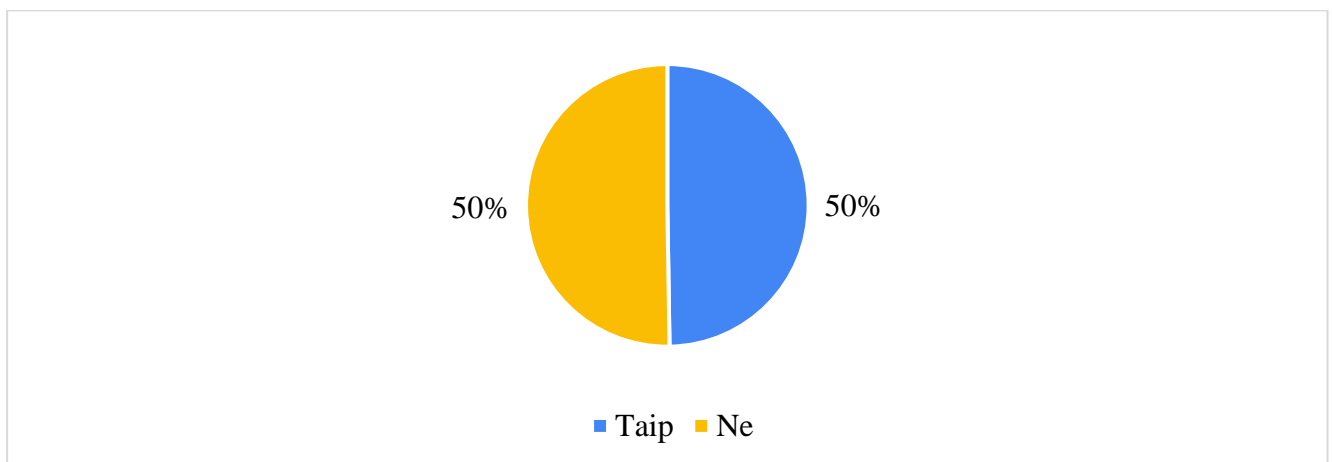
Atlikus apklausą, išaiškėjo, kad dėl produkto skonio pieno produktus nevartoja daugiau nei du penktadaliai (43 proc., n=12) vaikų, o dėl estetiškos išvaizdos - daugiau nei dešimtadalis (11 proc., n=3). Tarp kitų priežasčių buvo įvardyta tėvų nuomonė, kad šie produktai nėra sveiki ir tinkami žmonėms, taip pat pieno produktų nemėgimas, vaiko išrankumas, atskirų produktų nemėgimas bei alergijos atvejai. Remiantis rezultatais, reikėtų įvesti pieno produktų asortimento pakeitimus reikalavimuose.

Anksčiau, pagal nustatytą programą, pieno produktai buvo teikiami kasdien. Tačiau nuo 2014 m. sausio 1 d. pakeitimų, susijusių su produktų sąrašu, pieno produktų tiekimo kiekis ir reguliarumas pradėjo mažėti (Leščinskytė, 2017, p. 26-27). Skirstant produktus, yra numatyti konkretūs reikalavimai, kuriuose nurodoma, kad pieno produktai turėtų būti dalinami iki trijų kartų per savaitę, o bent du kartus iš jų turėtų būti teikiamas pienas. (Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023). Atsižvelgiant į reikalavimus, respondentai, kurių vaikai dalyvauja programoje buvo klausiami apie pieno produktų tiekimo dažnumą (18 pav.). Didžioji dalis (37 proc., n=29) respondentų teigė, kad pieno produktai jiems teikiami kartą per mėnesį, o mažiau nei dešimtadalis (3 proc., n=2) pažymėjo, kad produktai jiems teikiami du kartus per mėnesį. Remiantis rekomendacijomis, akivaizdu, kad produktai yra teikiami ganėtinai retai, galimai ne visose įstaigose laikomasi reikalavimų arba produktai yra teikiami įstaigoms nereguliariai.



18 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų pieno produktų gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje

Pradinių klasių mokiniams, pagal "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programą", suteikiami vaisiai ir daržovės (Vaisių, daržovių, pieno ir jo produktų vartojimo skatinimo programa bus tęsiama: vaikai įvertino jos naudą, 2023). Tad tiriamieji buvo paklausti apie nemokamų vaisių ir daržovių tiekimą jų vaikams pagal programą (19 pav.).



19 pav. Respondentų atsakymai apie vaisių ir daržovių gavimą pagal programą ugdymo įstaigoje

Gauti duomenys iš tėvų atsakymų atskleidžia, kad gaunančių ir negaunančių vaisius ir daržoves vaikų skaičius pasiskirsto po lygiai per pusę (50 proc., n=100) (50 proc., n=101).

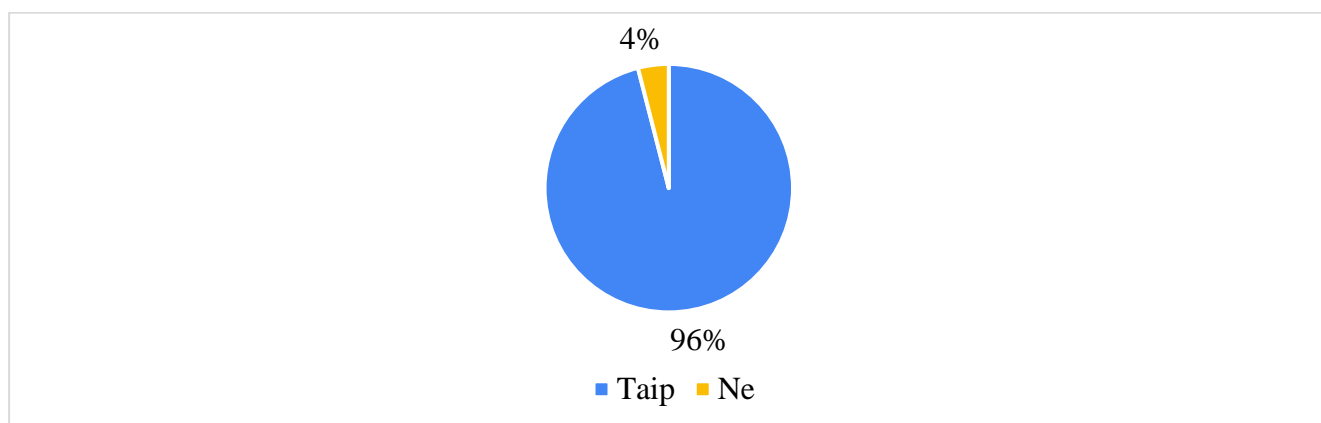
4 lentelė. Vaisių bei daržovių gavimo pagal programą ir ekologiškų produktų vartojimo dažnių rezultatai

Vaisių ir daržovių gavimas pagal programą	Didesnis ekologiškų produktų vartojimas			
			Ne	Taip
	Ne	0	65	36
	Taip	0	53	47

Sveikos mitybos politikos įgyvendinimas padeda didinti vaisių suvartojimą, lyginant su vietomis, kuriose tokia politika netaikoma (Zaltz et al., 2020, p. 1-3). Remiantis šiuo teiginiu, buvo atlikta gilesnė

analizė, siekiant nustatyti, ar nemokamas vaisių ir daržovių gavimas pagal programą turi sąsajų su ekologiškų produktų vartojimu (4 lentelė). Tad buvo išsikeltos dvi hipotezės: Nulinė hipotezė (H0): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų nėra statistiškai reikšmingo ryšio; Alternatyvioji hipotezė (H1): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų yra statistiškai reikšmingas ryšys. Atlikus Chi kvadrato testą, gauta p reikšmė $<0,001$, kuri yra mažesnė už $0,05$. Taip pat Chi kvadratas (χ^2) lygus $338,401$ ir yra didesnis už Chi kvadrato pasiskirstymo tašką ($df=4$), dėl šių rodiklių nulinę hipotezę galime atmesti ir tvirtinti, kad tarp kintamųjų egzistuoja ryšys. Tačiau, nors kintamieji turi ryšį, pagal pateiktą statistiką, vaikai, gaunantys ar negaunantys vaisių ir daržovių pagal programą, nėra linkę rinktis ekologiškus produktus. Tad, vaisių vartojimo skatinimas neparodo reikšmingo poveikio vaikų maisto pasirinkimams.

Per 2017-2023 mokslo metų laikotarpį, įgyvendinant programą, skirtą skatinti vaisių vartojimą ugdymo įstaigose, buvo nustatytas tikslas, jog 70 proc. įstaigų lankančių vaikų reguliariai vartotų vaisius kelis kartus per dieną. Iš 2019 metų tyrimo matyti, kad du trečdaliai vaikų kasdien, bent vieną kartą per dieną reguliariai vartojo vaisius (Bartkevičiūtė ir kt. 2020, p. 45). Siekiant įvertinti šių rodiklių pokyčius, respondentams buvo pateiktas klausimas apie vaisių vartojimą (20 pav.).



20 pav. Vaisių vartojimas tarp respondentų vaikų, kurie gali gauti nemokamus vaisius

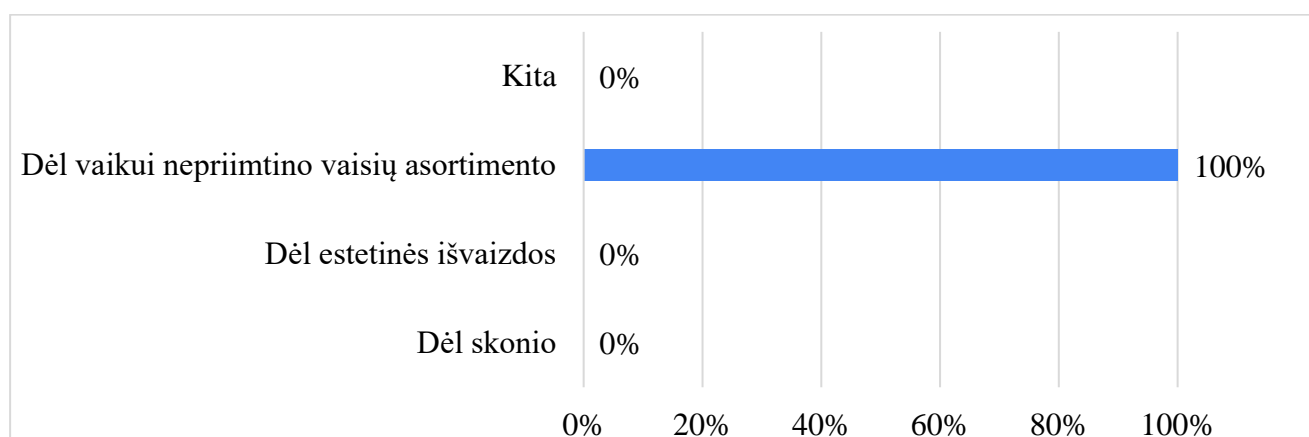
Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad dauguma (96 proc., $n=96$) tiriamųjų vaikų vartoja jiems skirtus vaisius ir apie pusę dešimtadalio (4 proc., $n=4$) nevartoja. Tokie rezultatai rodo, kad šios programos tikslas pasiekiamas ir vaisių vartojimo skatinimas vyksta sėkmingai.

5 lentelė. Sveiko maisto vartojimo ir nemokamai suteikiamų vaisių vartojimo dažnių rezultatai

Sveiko maisto vartojimo dažnis namuose	Nemokamai suteiktų vaisių vartojimas		
		Ne	Taip
1-2 kartus per savaitę	19	0	15
3-4 kartus per savaitę	43	2	34
5-6 kartus per savaitę	34	2	31
7 kartus per savaitę	6	0	15

Dabartinės analizės rodo, kad tėvų valgymo įpročiai ir maitinimo strategijos yra svarbiausi veiksniai, lemiantys vaikų valgymo įpročius ir maisto pasirinkimą (Scaglioni et al., 2018). Siekiant išanalizuoti šią ryšį atlikta gilesnė analizė (5 lentelė). Tad, buvo išsikeltos dvi hipotezės: Nulinė hipotezė (H0): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų nėra statistiškai reikšmingo ryšio; Alternatyvioji hipotezė (H1): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų yra statistiškai reikšmingas ryšys. Atlikus Chi kvadrato testą, gauta p reikšmė $<0,001$, kuri yra mažesnė už $0,05$. Taip pat Chi kvadratas (x^2) lygus $103,767$ ir yra didesnis už Chi kvadrato pasiskirstymo tašką ($df=8$), dėl šių rodiklių galime atmesti nulinę hipotezę ir pastebėti, kad tarp kintamųjų egzistuoja ryšys. Tad galime teigti, kad nuo to kaip dažnai namie yra vartojamas sveikas maistas priklauso ar vaikai, kuriems yra skiriami vaisiai pagal programą, bus labiau linkę vartoti nemokamai dalinamus vaisius. Remiantis šiais duomenimis, vertėtų skatinti vaisių vartojimą ir šeimose.

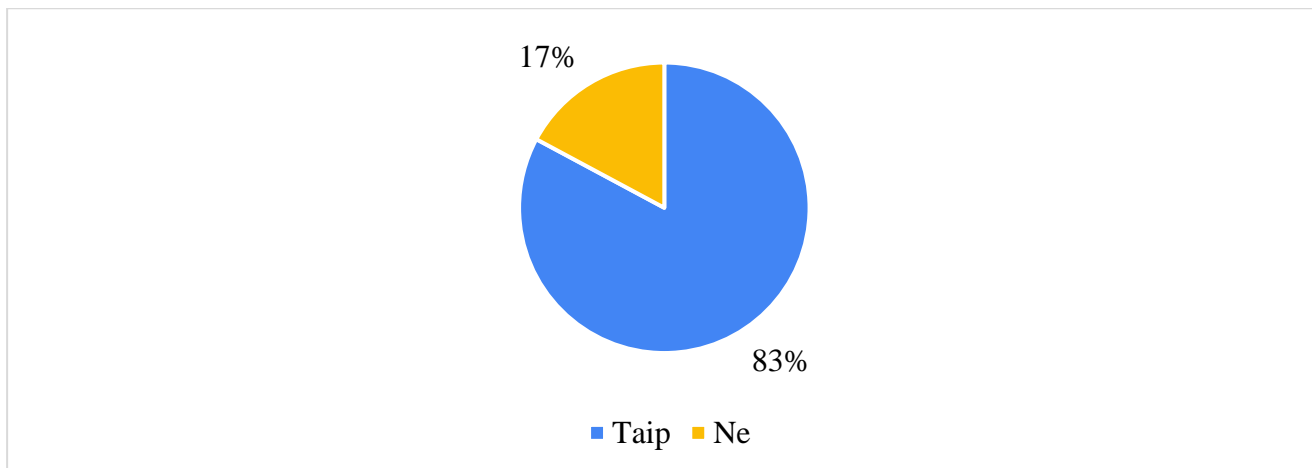
Reguliarus vaisių ir daržovių vartojimas yra svarbus mitybos rodiklis. Tyrimai atskleidė, jog dauguma vaikų Lietuvoje nepakankamai vartoja vaisių (UNICEF, 2021, p. 102-105). Taigi, norint išsiaiškinti, šio pasirinkimo priežastis, tėvams buvo užduotas klausimas apie priežastis, dėl kurių vaikai atsisako vaisių (21 pav.).



21 pav. Vaikams nemokamai teikiamų vaisių nevartojimo priežastys

Nagrinėjant rezultatus, pastebėta, kad visi (100 proc., $n=4$) vaikai nesirinko daržoves, dėl jiems netinkančio asortimento, tačiau nei vienas iš tiriamųjų nenurodė nepatrauklios išvaizdos ar skonio priežasčių. Šiuo atveju, reikia įvertinti galimų korekcijų poreikį vaisių asortimento reikalavimuose.

Vaisių ir daržovių skatinimo programos įgyvendinimo tikslas buvo pasiekti, kad 70 proc. ugdomo įstaigų lankančių vaikų reguliariai vartotų daržoves kelis kartus per dieną. Tyrimo rezultatai parodė, kad du trečdaliai vaikų kasdien reguliariai vartojo daržoves (Bartkevičiūtė ir kt. 2020, p. 45). Siekiant įvertinti šių rodiklių pokyčius, respondentams buvo pateiktas klausimas apie daržovių vartojimą (22 pav.). Daugiau nei keturi penktadaliai (83 proc., $n=82$) vaikų vartoja jiems skiriamas daržoves. Bei apie šeštadalį (17 proc., $n=17$) vaikų daržovių nevartoja. Vertinant duomenis, pastebima, kad daržovių vartojimas šiek tiek mažesnis nei vaisių, tai rodo poreikį įdiegti pokyčius, siekiant skatinti didesnę šių produktų vartojimą.



22 pav. Daržovių vartojimas tarp respondentų vaikų, kurie gali gauti nemokamas daržoves
6 lentelė. Sveikos maisto ir nemokamai suteikiamų daržovių vartojimo dažnių rezultatai

Sveiko maisto vartojimo dažnis namuose	Nemokamai suteiktų daržovių vartojimas			
			Ne	Taip
1-2 kartus per savaitę	19	1	14	
3-4 kartus per savaitę	44	6	29	
5-6 kartus per savaitę	34	7	26	
7 kartus per savaitę	6	3	12	

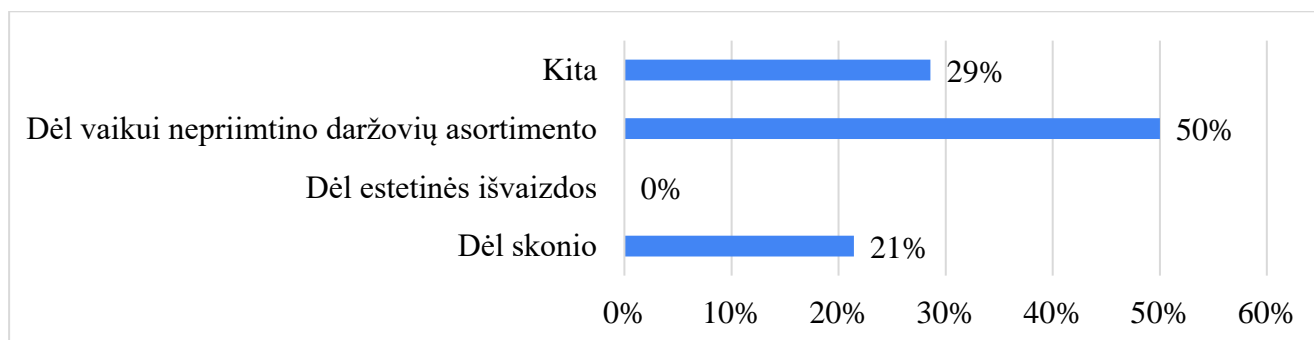
Mokslinėje literatūroje yra teigiama apie tėvų maitinimo įpročių ir strategijų poveikį vaikų pasirinkimams (Scaglioni et al., 2018). Siekiant įvertinti ryšį tarp sveiko maisto vartojimo dažnumo namuose ir vaikų pasirinkimo vartoti jiems suteikiamas nemokamai daržoves, buvo atliktas testas, kuriame buvo iškeltos dvi hipotezės: Nulinė hipotezė (H0): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų nėra statistiškai reikšmingo ryšio; Alternatyvioji hipotezė (H1): Tarp dviejų kategorinių kintamųjų yra statistiškai reikšmingas ryšys (6 lentelė). Atlikus Chi kvadrato testą, gauta p reikšmė <0,001, kuri yra mažesnė už 0,05. Taip pat Chi kvadratas (x^2) lygus 102,016 ir yra didesnis už Chi kvadrato pasiskirstymo tašką ($df=8$), dėl šių rodiklių nulinę hipotezę galime atmesti ir tvirtinti, kad tarp kintamųjų egzistuoja ryšys. Taigi, galime teigti, kad dažnas sveiko maisto vartojimas namuose paveikia vaikų polinkį vartoti nemokamai dalinamas daržoves pagal programą. Tai dar kartą patvirtina svarbą skatinti sveiką maitinimą šeimose. Taip pat teigiama, kad jaunesni vaikai labiau linkę vartoti daržoves (Našlėnė ir kt., 2020, p. 19). Siekiant įvertinti ar tarp vaikų amžiaus ir daržovių vartojimo yra statistinis ryšys buvo atlikta koreliacinė analizė (7 lentelė).

7 lentelė. Respondentų vaikų amžiaus ir daržovių vartojimo koreliacijos rezultatai

Koreliacijos koeficientas	Sig reikšmė
-0,303	0,002

Atliekant tyrimą ir tikrinant tiriamųjų vaikų amžiaus ir nemokamų daržovių vartojimo sąsają. Gavome Stjudento kriterijų/ p reikšmę 0,002, kuri yra mažesnė už 0,05, taip pat koreliacijos koeficientas lygus -0,303. Interpretuojant koreliacijos koeficientą, gauname, kad ryšys yra silpnas ir atvirkštinis. Pagal gautus rezultatus koreliacija yra reikšminga. Interpretuojant rezultatus, pastebima, kad didėjant vienam kintamajam, kitas mažėja. Taigi, galima teigti, kad vyresni vaikai mažiau linkę vartoti daržoves, o jaunesni dažniau renkasi šį maisto produktą. Tad šioje programoje galima įvesti amžiaus ribų korekcijas, siekiant įtraukti platesnę vaikų amžiaus grupę.

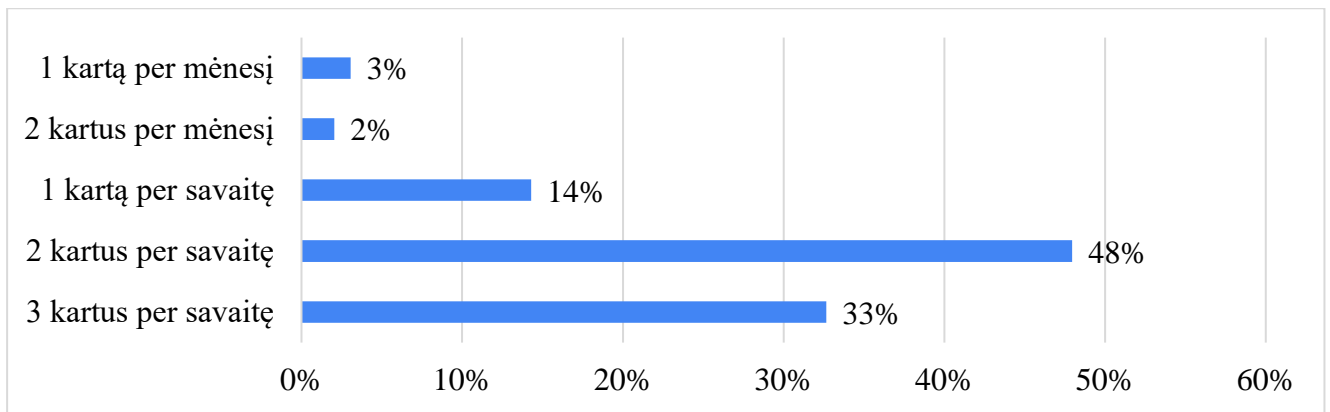
PSO pabrėžia, kad vyriausybėms svarbu įgyvendinti politikos veiksmus, kurie skatintų kurti maisto aplinką, suteikiančią galimybę visiems pasirinkti sveiką mitybą (World Health Organization, 2021, p. 1). Remiantis šiuo teiginiu, apklausos dalyvių tvirtinančių, kad jų vaikai nevalo pagal programą dalinamų daržovių, buvo klausiamos priežastys, dėl kurių vaikai atsisako jas valgyti (23 pav.).



23 pav. Vaikams nemokamai teikiamų daržovių nevalgo priežastys

Pusė (50 proc., n=7) respondentų nurodė, kad vaikai nevalo daržovių dėl jiems netinkančio asortimento, tačiau nei vienas (0 proc., n=0) nenurodė, jog nevalgo daržovių dėl jų estetiškos išvaizdos. Tad šios programos daržovių asortimento įvairovės praplėtimas galėtų potencialiai skatinti šių produktų vartojimą. Tėvai tarp „Kita“ nurodė, kad jų vaikų švietimo įstaigoje nebuvo teikiamos daržovės ir daržovių nemėgimo priežastys.

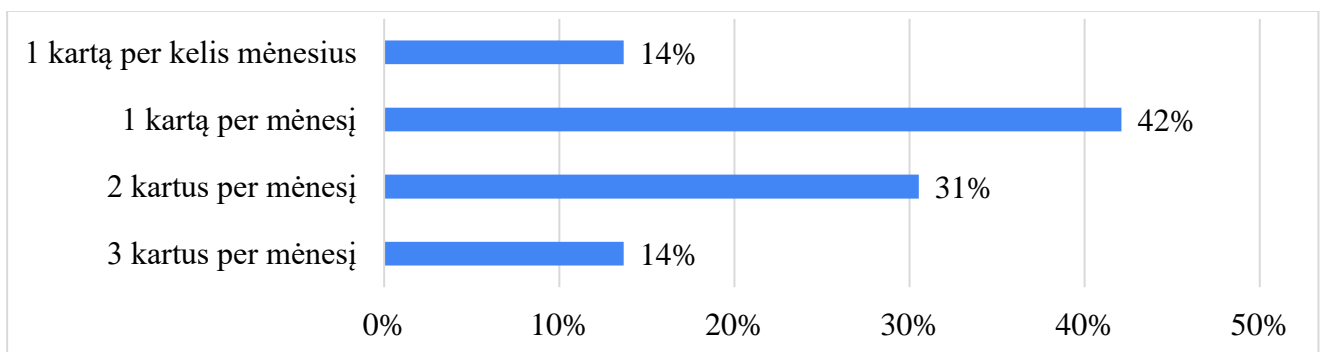
Vaisių skirstymui nustatyti bendri reikalavimai, kuriuose nurodoma - vaisiai turėtų būti dalijami iki trijų kartų per savaitę bei šių produktų paskirstymas turėtų būti vienodas kiekvieną savaitę reguliariai vykdant nurodymą kiekvieną mėnesį (Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023). Anketoje buvo pateiktas klausimas apie vaisių tiekimo dažnumą, siekiant palyginti reikalavimų apibrėžtus laikotarpius su tiriamųjų atsakymais (24 pav.).



24 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų vaisių gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje

Atsižvelgiant į nustatytus reikalavimus, galima teigti, kad pasiekti ganėtinai geri rezultatai, nes apie pusė (48 proc., n=47) vaikų gauna vaisius du kartus per savaitę, o mažiau nei dešimtadalis (2 proc., n=2) vaikų gauna šiuos produktus du kartus per mėnesį. Tyrimo rezultatai rodo, kad dauguma ugdymo įstaigų laikosi reikalavimų. Tačiau norint padidinti šį skaičių, galimai reiktų įvesti labiau apibrėžtus ir konkretesnius reikalavimus.

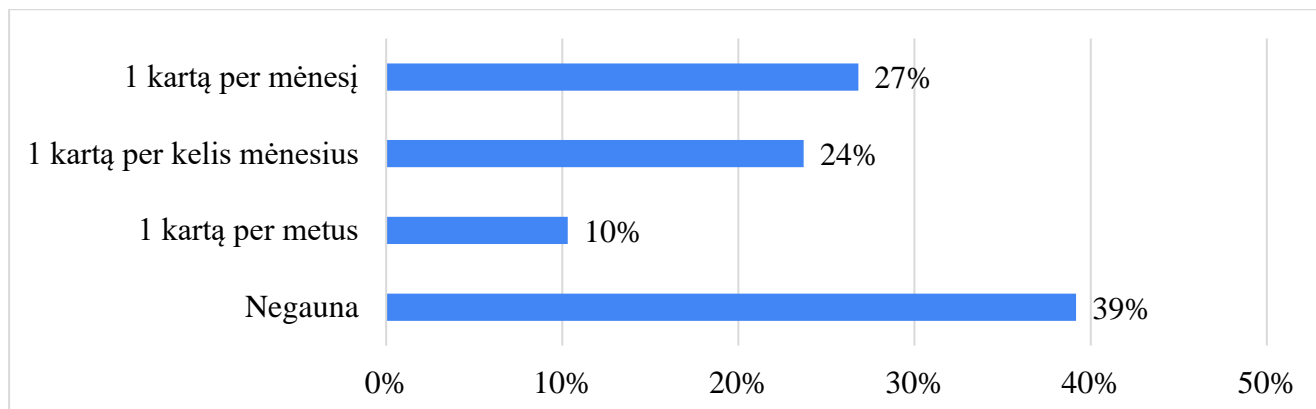
Morkos turėtų būti dalijamos du kartus per mėnesį, atsižvelgiant į produktų tiekimo reikalavimus pateiktus programoje (Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023). Atsižvelgiant į reikalavimus respondentams buvo pateiktas klausimas apie tai, kiek dažnai vaikai ugdymo įstaigoje gauna nemokamų morkų (25 pav.). Tyrimo duomenys atskleidė, kad beveik pusė (42 proc., n=40) vaikų morkas gauna kartą per mėnesį, tuo tarpu po lygiai (14 proc., n=13) pasiskirsto gaunančiųjų kartą per kelis mėnesius ir tris kartus per mėnesį skaičius. Atsižvelgiant į tai, kad morkos nėra dalinamos visose įstaigose pagal nustatytus laikotarpius, būtų galima įgyvendinti kontrolės priemonės šioje srityje.



25 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų morkų gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje

Norint skatinti teigiamus vaikų mitybos įpročius ir sveiką mitybą, jaunesnio amžiaus moksleiviai ugdymo įstaigose yra aprūpinami šviežių daržovių bei vaisių sultimis ir kokteiliais (Barisienė, 2020, p. 22). Remiantis gairėmis, vaisių ir/arba daržovių sultys gali būti skiriamos kartą per mėnesį (Dėl vaisių

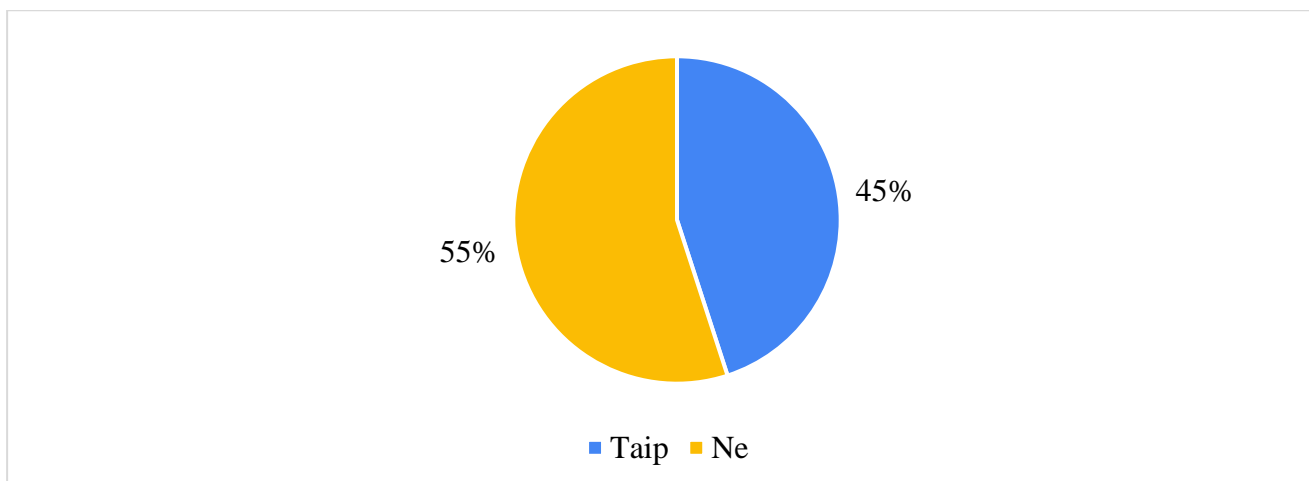
ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023). Tad tiriamieji buvo klausiami, kiek dažnai jų vaikai gauna vaisių sulčių ir vaisių kokteilių (26 pav.).



26 pav. Respondentų atsakymai apie nemokamų vaisių sulčių ar vaisių kokteilių gavimo dažnumą ugdymo įstaigoje

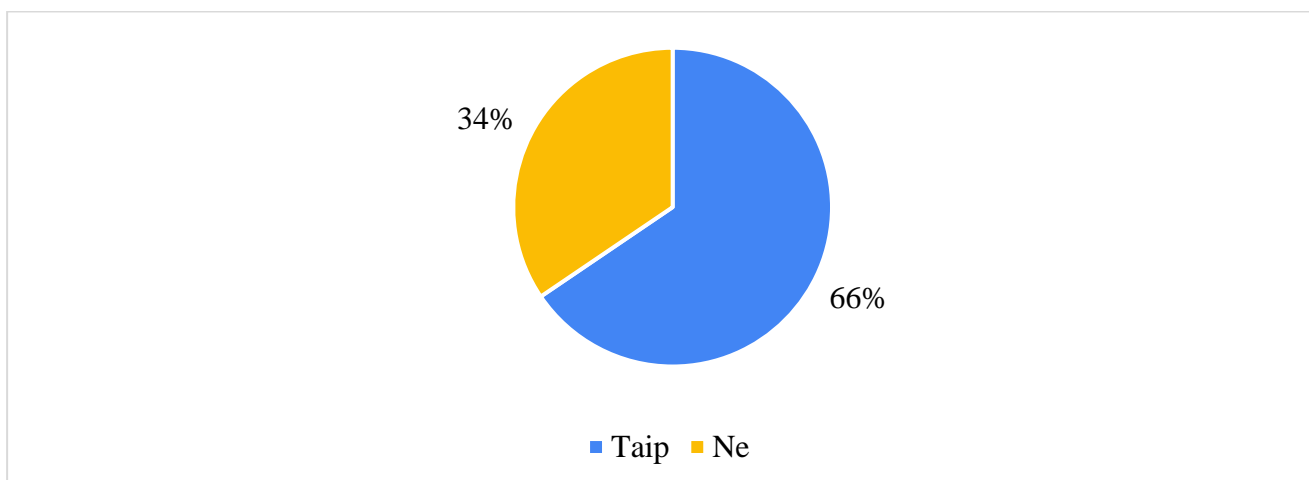
Nagrinėjant atsakymus, pastebima, jog daugiau nei trečdalis (39 proc., $n=38$) vaikų negauna šių produktų, o dešimtadalis (10 proc., $n=10$) vaikų gauna vaisių sulčių ar vaisių kokteilių kartą per metus. Nagrinėjamas klausimas parodė, kad ugdymo įstaigose šie produktai dažniau nėra teikiami. Todėl, siekiant skatinti didesnę jų tiekimą, galimai būtų tinkama įvesti korekcijas reikalavimuose.

Mokslo metų 2023–2029 strategijoje, skirtai skatinti vaisių, daržovių, pieno ir pieno produktų vartojimą vaikų ugdymo įstaigose, numatyti reikalavimai, įpareigojantys ugdymo įstaigas, dalyvaujančias programoje, viešai informuoti apie jos vykdymą pakabinant atitinkamus plakatus (Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023). Tyrimo dalyviams buvo užduotas klausimas, ar jie pastebėjo, kad jų vaikų ugdymo įstaigoje pakabintas plakatas, informuojantis apie dalyvavimą šioje programoje, siekiant įvertinti, kiek mokyklų laikosi šios sąlygos (27 pav.). Tyrimo rezultatai rodo, kad dauguma (55 proc., $n=110$) ugdymo įstaigų neįgyvendina plakatų iškabavimo sąlygos, tuo tarpu daugiau nei du penktadaliai (45 proc., $n=90$) įstaigų juos iškabina. Tad panašu, kad svarbu intensyviau skatinti ugdymo įstaigas didinti informuotumą apie programas, kuriose jos dalyvauja, siekiant įtraukti daugiau dalyvių ir skatinti sveiką mitybą.



27 pav. Respondentų atsakymai apie "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose" programos plakatų iškabinimą ugdymo įstaigose

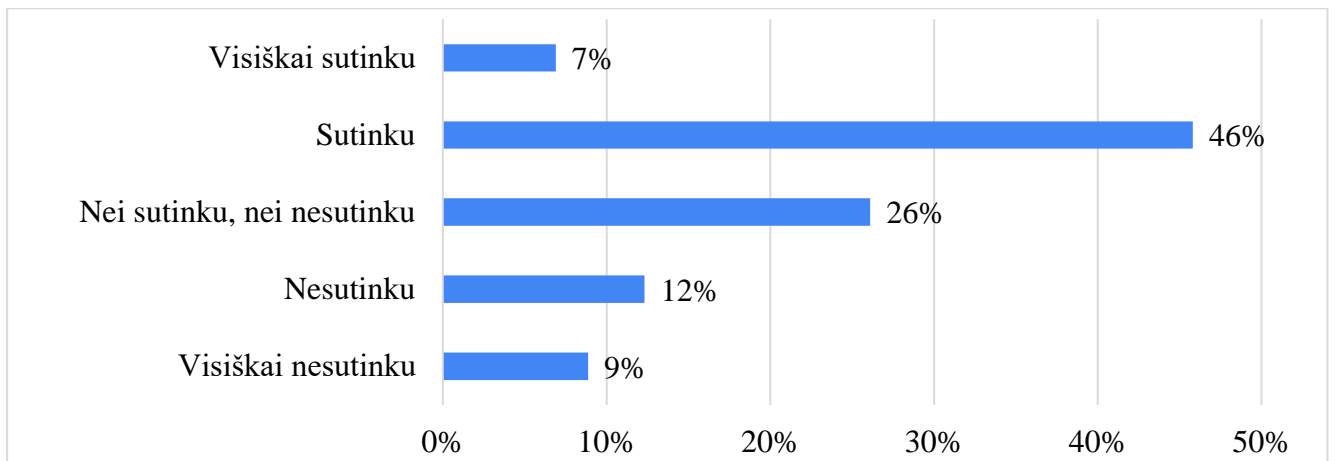
Vaisių ir daržovių vartojimo skatinimo programoje, taip pat akcentuojamas švietimas ir informavimas apie daržovių bei vaisių naudą sveikatai (Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas, 2023). Respondentams buvo pateiktas klausimas apie sveikos mitybos švietimo užsiėmimų organizavimą, jų vaikų ugdymo įstaigoje (28 pav.).



28 pav. Respondentų atsakymai apie sveikos mitybos švietimą vaikų ugdymo įstaigose

Atlikus apklausą, išaiškėjo, kad daugiau nei trys penktadaliai (66 proc., n=133) tėvų teigė, jog jų vaikų ugdymo įstaigose vykdomi sveikos mitybos užsiėmimai, o daugiau nei trečdalis (34 proc., n=70) nurodė, kad tokių užsiėmimų neorganizuojama. Remiantis šiuo atveju, galimai reikėtų įvesti paskatas ugdymo įstaigoms, siekiant skatinti sveikos mitybos svarbos švietimą.

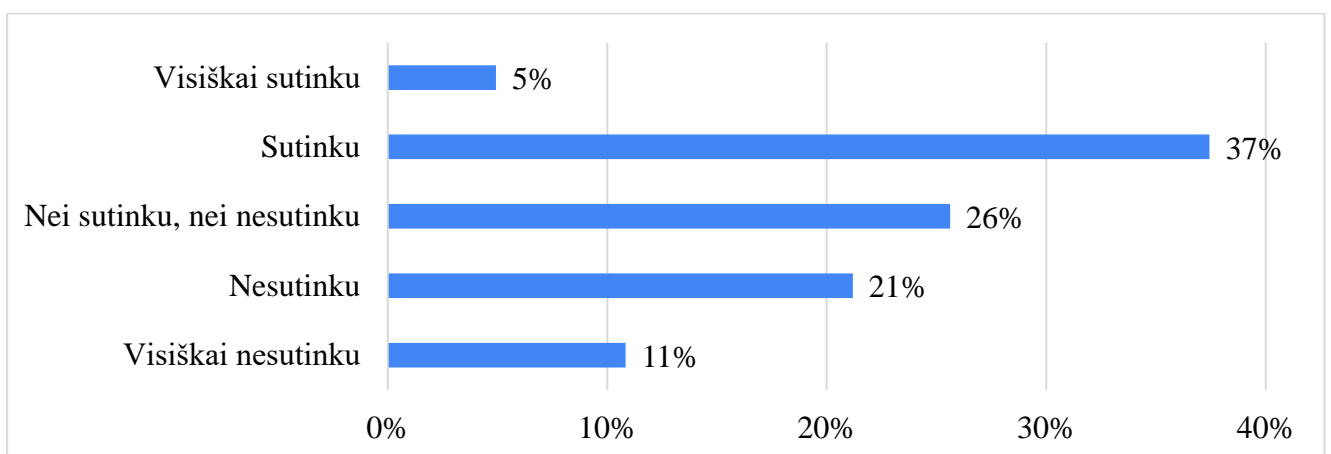
Mokyklose svarbu skatinti sveiką mitybą ir gerus mitybos įpročius, kuriems jos gali sukurti palankią aplinką. Nepaisant to, mokyklų maisto pasirinkimas ir aplinka dažnai neatitinka sveikos mitybos rekomendacijų (Implementing school food and nutrition policies: a review of contextual factors, 2021).



29 pav. Respondentų nuomonė apie ugdymo įstaigose teikiamo maisto atitikimą sveikos mitybos rekomendacijoms

Dėl šios priežasties buvo užduotas klausimas apie ugdymo įstaigose tiekiamų patiekalų, atitikimą sveikos mitybos rekomendacijoms (29 pav.). Dauguma (46 proc., n=93) tiriamųjų sutinka, kad švietimo įstaigose teikiamas maistas atitinka sveikos mitybos rekomendacijas. Apie aštuntadalį (12 proc., n=25) nesutinka, o mažiau nei dešimtadalis (7 proc., n=14) visiškai sutinka. Iš pateiktų duomenų matyti, kad respondentų nuomonės labai skirtingos, ir dauguma tėvų mano, jog ugdymo įstaigose teikiamas maistas atitinka sveikos mitybos rekomendacijas. Taip pat yra dalis tėvų, kurie linkę susilaikyti nuo konkrečios nuomonės pasisakymo. Šiuo atveju būtų svarbu skatinti platesnį tėvų informavimą ir konkretizuoti reikalavimus mokykloms, siekiant užtikrinti, kad jos vykdytų sveikos mitybos rekomendacijas.

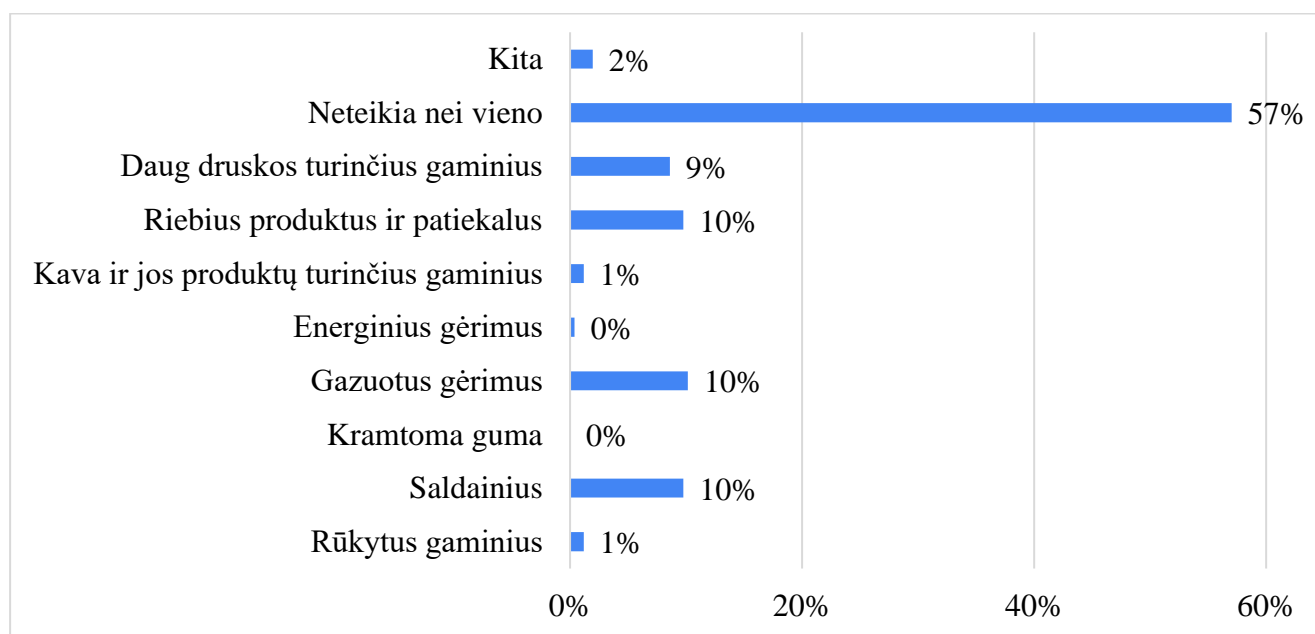
Vaikų pasirinkimai gali būti apriboti galimybėmis, kurias suteikia siūlomi variantai. Teikiant sveikesnius pasirinkimus, galima pakeisti ugdymo įstaigų maistą ir maisto produktų pasirinkimą, kurie skatina sveiką mitybą (World health organization, 2022, p. 1-2). Anketos dalyviams buvo užduotas klausimas, ar jie mano, kad ugdymo įstaigos deda visas pastangas, kad užtikrintų vaikų sveiką mitybą (30 pav.).



30 pav. Respondentų nuomonė apie ugdymo įstaigų pastangas užtikrinti vaikų sveiką mitybą

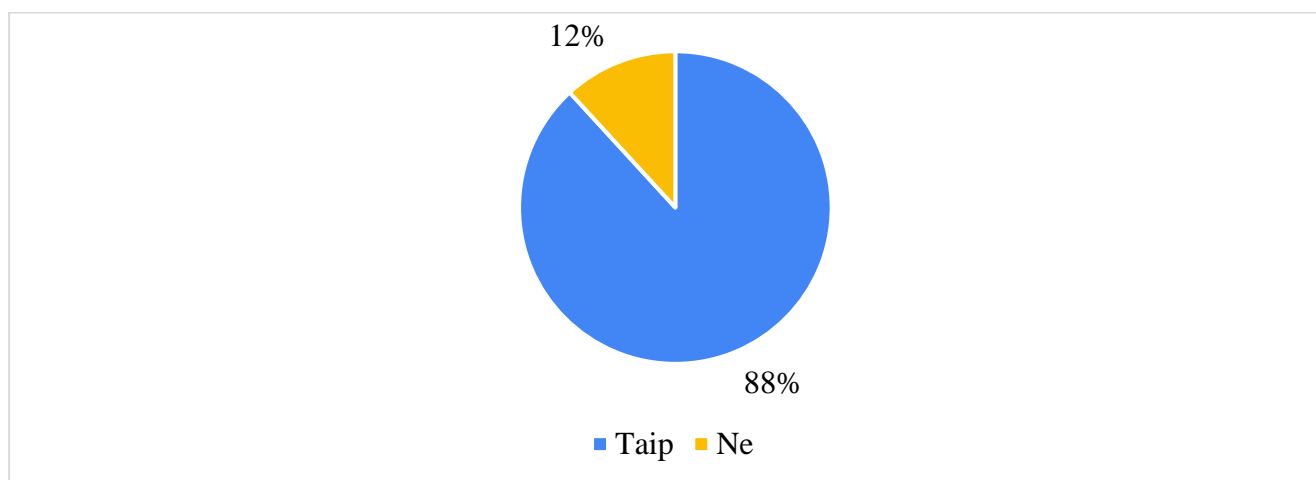
Analizuojant atsakymus, pastebėta, kad dauguma (37 proc., n=76) respondentų sutinka, jog ugdymo įstaigos deda visas būtinas pastangas siekdamos užtikrinti vaikų sveiką mitybą. Tačiau daugiau nei ketvirtadalis (26 proc., n=52) renkasi atsakymo variantą „Nei sutinku, nei nesutinku“, ir pusė dešimtadalio (5 proc., n=10) tyrimo dalyvių visiškai sutinka su šiuo teiginiu. Šiuo atveju atsakymai pasiskirsto labai įvairiai, o stebint rezultatus matomi nemenki nuomonių skirtumai. Tad, galimai reikėtų įvesti reguliarius mokyklų tikrinimus ir teikti ataskaitas tėvams, siekiant juos supažindinti su ugdymo įstaigų vykdoma veikla.

Mokyklose vaikų maitinimui draudžiama naudoti tam tikrus maisto produktus, tokius kaip šokoladas, konditeriniai gaminiai, sūrūs produktai, kramtomos gumos, gazuoti ir energetiniai gėrimai, kava ir jos pakaitalai (Leščinskytė, 2017, p. 24). Taip pat ugdymo įstaigoms nurodyti draudimai teikti riebius, saldžius arba dideli druskos kiekį turinčius produktus (Vaikų mityba, 2022). Respondentams buvo pateiktas klausimas apie tai, kokie produktai teikiami jų vaikų ugdymo įstaigoje, siekiant įvertinti, ar ugdymo įstaigos laikosi reglamentų (31 pav.). Tyrimo duomenys atskleidė, kad daugiau nei pusė (57 proc., n=146) ugdymo įstaigų neteikia nei vieno iš draudžiamų produktų. Dažniausiai tarp draudžiamų produktų buvo parduodami riebiūs produktai, gazuoti gėrimai ir saldainiai. Dešimtadalis (10 proc., n=25) respondentų teigia, kad šie produktai teikiami jų vaikų ugdymo įstaigoje. Taip pat tarp atsakymų „Kita“ buvo nurodyta, kad kai kuriose įstaigose teikiami tokie produktai, kaip pica, bandelės ir ledai, kurie neatitinka nei sveikos mitybos rekomendacijų, nei vaikų maitinimo tvarkos aprašo reikalavimų. Svarbu pabrėžti, kad įstaigose neteikiami energiniai gėrimai ir kramtomos gumos. Taigi, dauguma ugdymo įstaigų laikosi nustatytų reikalavimų. Remiantis gautais rezultatais, galima būtų įvesti kontrolės priemones, kurios padėtų sumažinti draudžiamų produktų tiekimą į ugdymo įstaigas.



31 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigoje teikiamus maisto produktus

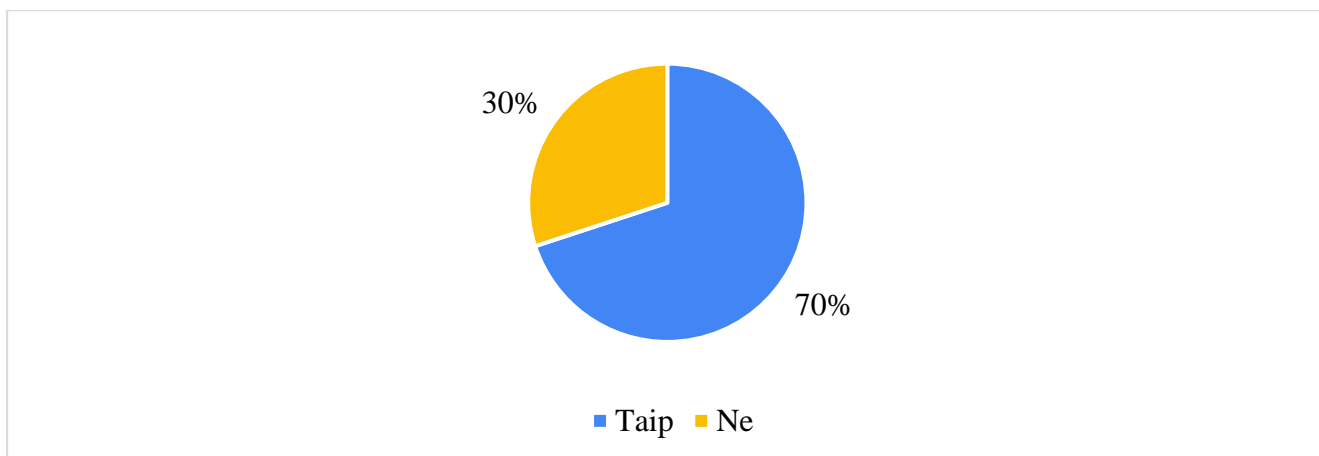
PSO Mitybos departamentas ir Maisto saugos skyrius pradėjo kurti gaires dėl maisto aplinkos politikos. 2018 m. pradinės politikos prioritetų gairės apėmė sritį, skirtą užtikrinti maisto saugumą ir apsaugoti vaikus nuo žalingo maisto poveikio per maisto apsaugos politiką (World Health Organization, 2021, p. 1). LR Vyriausybė parengė Valstybinę maisto ir mitybos strategiją, kurioje viena iš kryptų buvo skirta maisto produktų saugos tobulinimui (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008). Todėl tėvų buvo klausiami apie ugdymo įstaigoje tiekiamo maisto atitikimą saugumo reikalavimams (32 pav.). Didžioji dalis (88 proc., n=179) apklaustųjų teigė, jog jų vaikų vartojamas maistas ugdymo įstaigoje atitinka saugumo reikalavimus, tačiau daugiau nei dešimtadalis (12 proc., n=24) mano, kad maistas neatitinka reikalavimų.



32 pav. Respondentų požiūris į maisto saugumą ugdymo įstaigose

Iš rezultatų matyti, kad didžiojoje dalyje maisto saugumas yra užtikrintas, tačiau siekiant šio procento padidinti, galima vykdyti tobulinimus. Galimai šioje vietoje trūksta tėvų informavimo apie tai, kaip yra tikrinamas maistas arba neužtikrinami tiekiamo maisto reguliarūs tikrinimai ugdymo įstaigose. Todėl siekiant didinti maisto saugumo suvokimą, būtina stiprinti visuomenės švietimą šiuo klausimu bei intensyviai švietimo įstaigų tikrinimus.

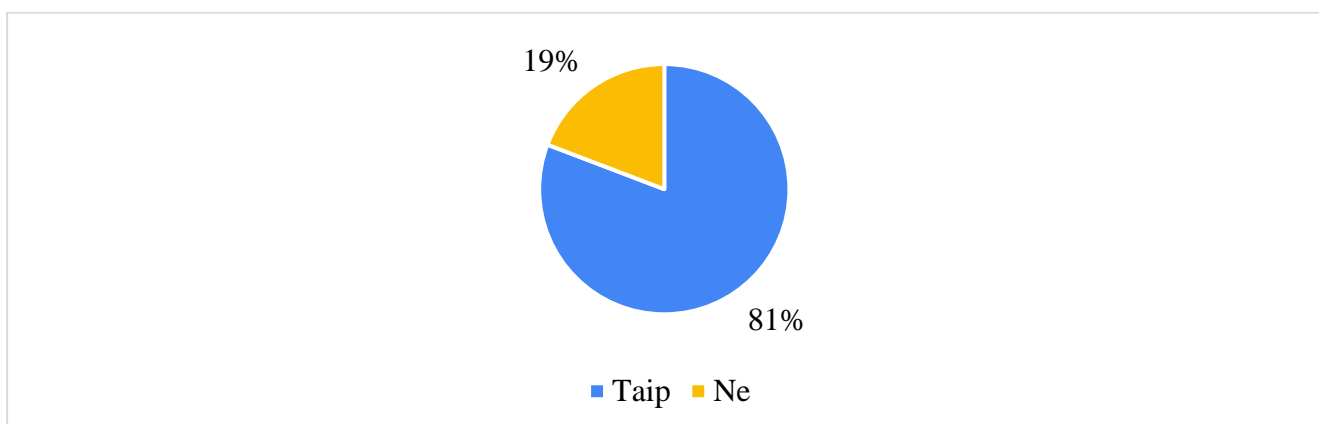
Lietuvos mokinių kasdieninio maistinių medžiagų ir energijos kiekių analizėje, nustatyta, kad tam tikri patiekalai neatitinka rekomendacijų, taigi kai kurie rodikliai viršija arba nepasiekia nustatytų normų (Bartkevičiūtė ir kt., 2020, p. 84). Valgiaraščių vertinimas parodė, jog dažniausiai ugdymo įstaigos nesilaiko maistinių medžiagų normų ir paros energijos poreikio rekomendacijų (Maitinimo organizavimo pasikeitimai vaikų ugdymo įstaigose, 2012). SAM internetiniame puslapyje yra prieinami valgiaraščiai, kurie atitinka sveikos mitybos reikalavimus, įskaitant maistingumo ir energijos normas. Tai padeda užtikrinti, kad ugdymo įstaigos laikytųsi sveikos mitybos rekomendacijų (Vaikų mityba, 2022). Siekiant sužinoti, ar laikomasi energijos poreikių reikalavimų, respondentai buvo paklausti, ar jie mano, kad jų vaikų ugdymo įstaigos teikia maistą, atitinkantį energijos poreikių reikalavimus (33 pav.).



33 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigos maisto energijos poreikių atitikimą

Mažiau nei trys ketvirtadaliai (70 proc., n=142) tiriamųjų teigia, kad jų vaikų mokyklose teikiamas maistas atitinka energijos poreikių reikalavimus, tuo tarpu apie trečdalį (30 proc., n=61) mano, kad teikiamas maistas neatitinka energijos poreikių. Iš gautų duomenų panašu, kad vis dėlto yra aptinkami neatitikimai, kaip ir teigiama ankstesniuose tyrimuose. Norint pagerinti energijos poreikių atitikimą ugdymo įstaigose, būtų prasminga sugriežtinti maisto tiekimo reikalavimus, užtikrinti reguliarių patiekalų stebėjimą ir didinti tėvų informuotumą apie jų vaikams teikiamą maitinimą.

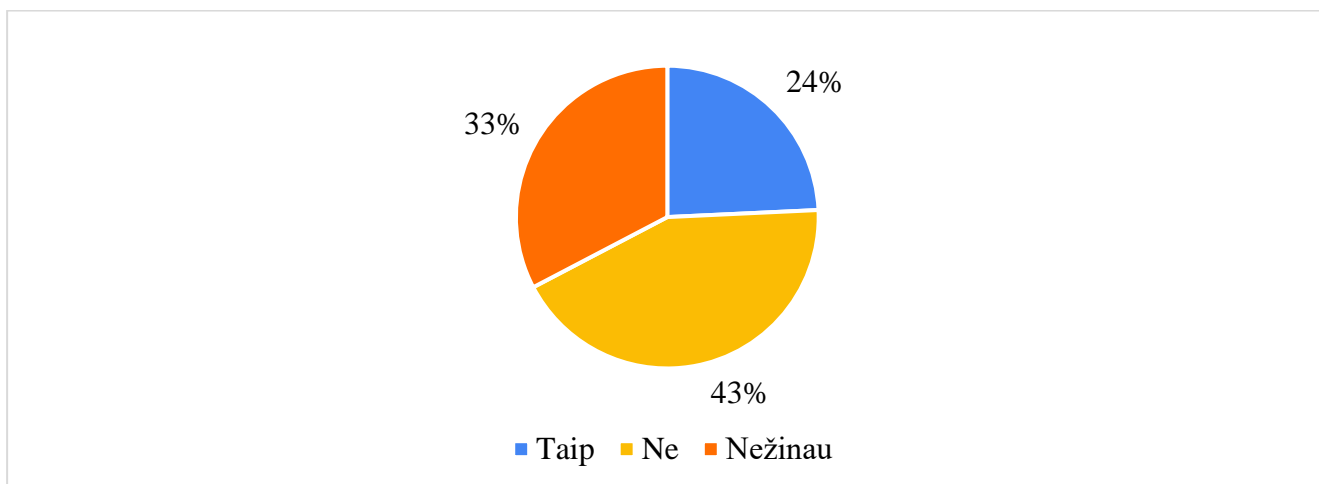
LR Vyriausybė parengė Valstybinę maisto ir mitybos strategiją, remdamasi tarptautiniais įsipareigojimais. Šioje strategijoje buvo nustatytos keletas pagrindinių sričių, įskaitant maisto produktų kokybės gerinimą (Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas, 2008). Bei siekiant efektyviai gerinti vaikų maitinimą 2018 m. balandžio 10 d. sveikatos apsaugos ministro įsakymu V-394 buvo patvirtintas „Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašas“, kuriame nustatyta, jog vaikai ugdymo įstaigose turėtų gauti tik aukštos kokybės maistą (Barisienė, 2020, p. 20-21). Norint sužinoti apie kokybės užtikrinimą, buvo klausiama, ar respondentai mano, kad jų vaikų ugdymo įstaigose teikiamas maistas yra kokybiškas (34 pav.).



34 pav. Respondentų nuomonė apie maisto kokybę ugdymo įstaigose

Pastebėta, kad dauguma (81 proc., n=164) respondentų tvirtina, jog ugdymo įstaigoje teikiamas maistas yra kokybiškas, tačiau apie penktadalį (19 proc., n=39) respondentų mano, jog maistas yra nekokybiškas. Tad respondentai, kurie tvirtino apie maisto nekokybiškumą, buvo paprašyti pakomentuoti, kokie aspektai jų nuomone nesuteikia maistui geros kokybės vardo. Tyrimo dalyviai pabrėžia, kad ugdymo įstaigose tiekiami patiekalai turi prastą skonį, išvaizdą, kvapą, naudojami pigiausi produktai, o kartais netgi prastos maistingumo vertės maistas ir suteikiamas ribotas maisto pasirinkimas. Norint užtikrinti visapusišką maisto kokybę, būtų svarbu atsižvelgti į tėvų ir vaikų pageidavimus bei susirūpinimus ir konkretizuoti kokybės standartus.

Vyriausybė, skatina žmones laikytis sveikos mitybos praktikos formuodama sveiką maisto aplinką. Šiam tikslui būtina užtikrinti vaikų ir paauglių mokymus apie mitybos ir sveikos mitybos principus (Healthy diet, 2020). Taigi anketos dalyviai buvo klausiami apie sveikos mitybos tematikos organizuojamas išvykas ugdymo įstaigoje (35 pav.).

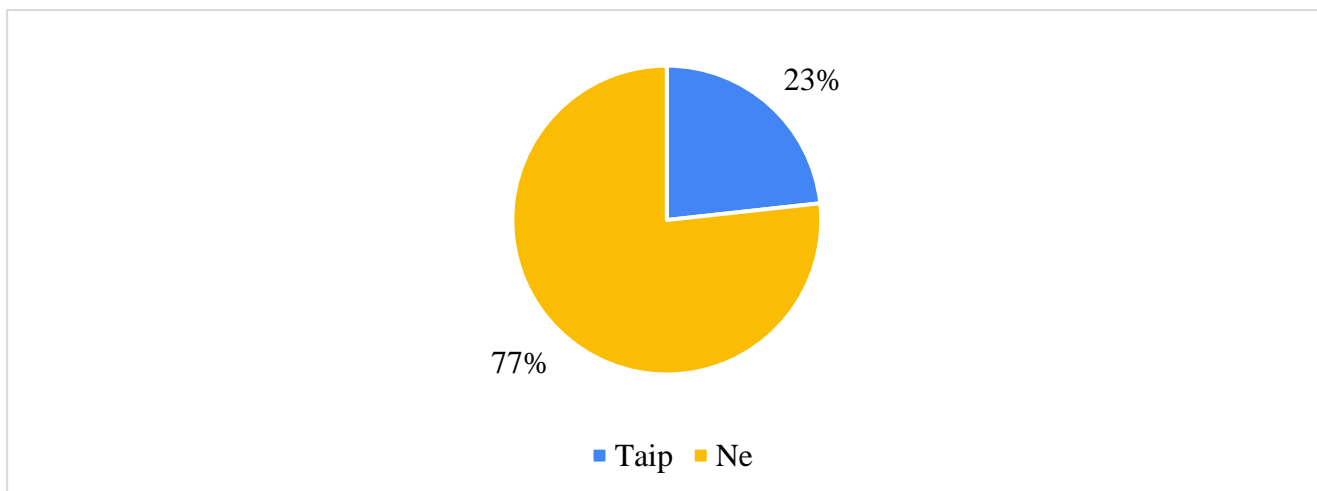


35 pav. Išvykų organizavimas ugdymo įstaigose sveikos mitybos tema

Tyrimo rezultatai rodo, kad daugiau nei du penktadaliai (43 proc., n=87) tėvų teigia, jog mokyklose nėra organizuojamos sveikos mitybos tematikos išvykos. Apie ketvirtadalis (24 proc., n=49) tėvų teigia, kad tokios išvykos organizuojamos. Akivaizdu, jog švietimo skatinimas yra silpnoji vieta daugelyje bendrojo lavinimo įstaigų, kurią būtų verta stiprinti ir plėtoti platesnes edukacijos galimybes ugdymo įstaigoms.

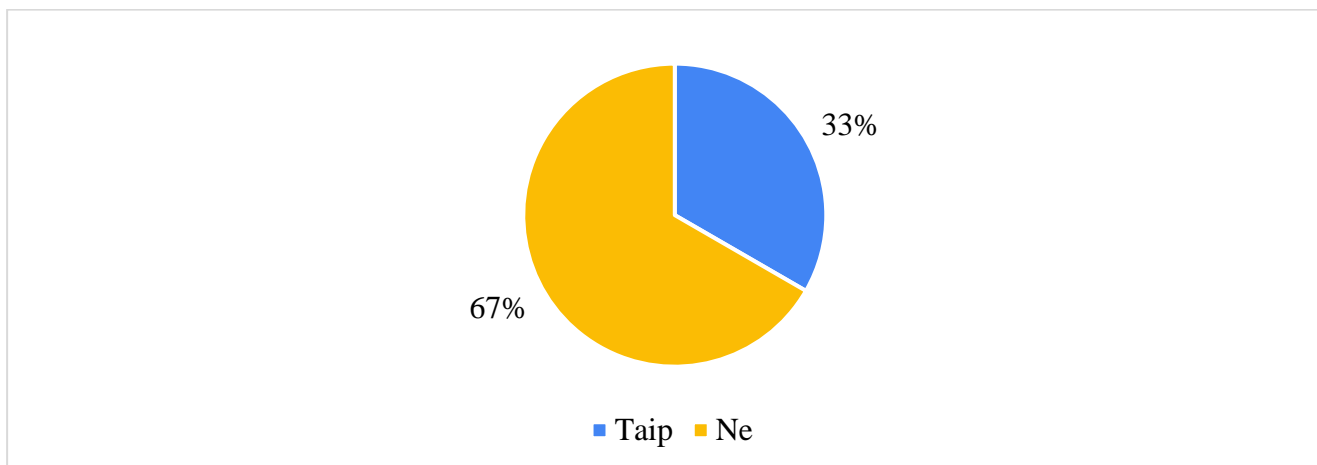
Nuo 2008 m. per visą "Sveikatiada" projekto veiklos laikotarpį dalyvavo daugiau nei 100 000 mokinių, iš 500 mokyklų visoje Lietuvoje (Socialinė iniciatyva „Sveikatiada“ skatina semtis žinių iš specialistų, 2014). Respondentai buvo klausiami apie „Sveikatiada“ projekto žinojimą (36 pav.). Tyrimo duomenys parodo, kad dauguma (77 proc., n=155) tiriamųjų nežino apie šią programą, o apie ketvirtadalį (23 proc., n=47) yra girdėję apie ją. Tokie rezultatai galimai rodo mažą tėvų informuotumą arba didelę

dalį ugdymo įstaigų, kurios nedalyvauja šioje programoje. Remiantis šiuo klausimu, atsakiusiems „Taip“, buvo užduotas sekantis klausimas apie vaikų dalyvavimą šioje programoje.



36 pav. „Sveikatiados“ projekto žinojimas tarp respondentų

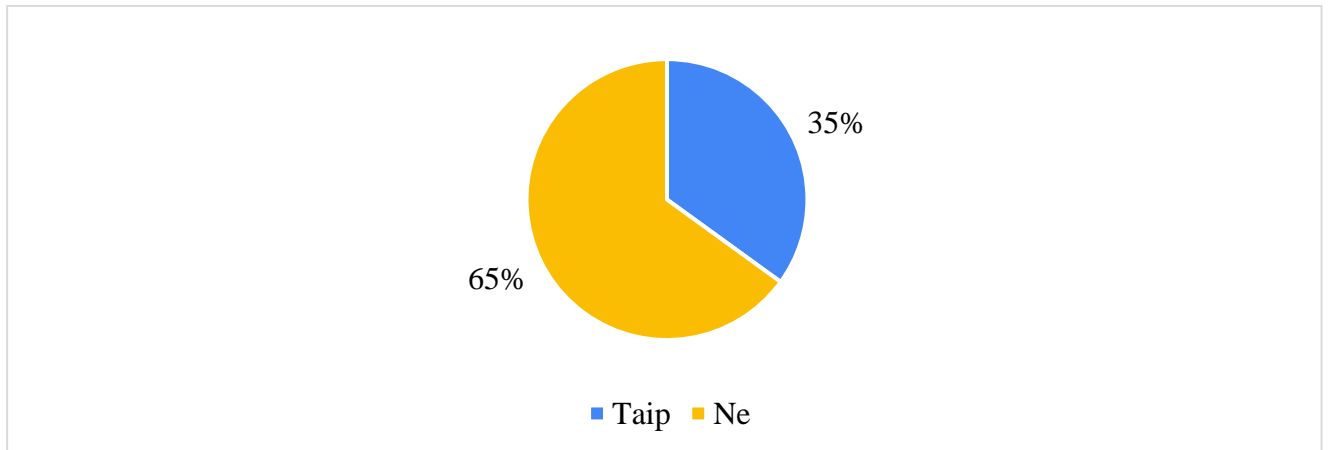
2021-2022 m. daugiau nei 90 000 vaikų, mokytojų, pedagogų ir tėvų iš visos Lietuvos dalyvavo įvairiose sveikos gyvensenos propagavimo veiklose, organizuojamose projekto „Sveikatiada“ metu. Toks dalyvavimas iš švietimo įstaigų bendruomenės narių rodo, kad projektas yra sėkmingas ir pasiekia savo tikslus bei nuolat juos plėtoja (Nacionalinis projektas „Sveikatiada“. Institucijų ir socialiai atsakingo verslo bendradarbiavimas kuriant geresnę ateitį, 2022). Dalyviai buvo klausiami apie savo vaikų dalyvavimą „Sveikatiados“ projekte (37 pav.).



37 pav. Vaikų dalyvavimas „Sveikatiados“ projekto veiklose ugdymo įstaigoje

Nors teigiama, kad programa plečiama, rezultatai rodo, jog daugiau nei pusė (67 proc., n=30) respondentų tvirtina, kad jų vaikai nedalyvauja šioje programoje. Trečdalis (33 proc., n=15) teigia apie jų vaikų dalyvavimą šioje programoje. Taigi, remiantis atsakymais, programa nėra labai populiari tarp ugdymo įstaigų. Bandant plėsti programą, būtų svarbu didinti informuotumą apie ją ir organizuoti įvairias veiklas, orientuotas į ugdymo įstaigų programas.

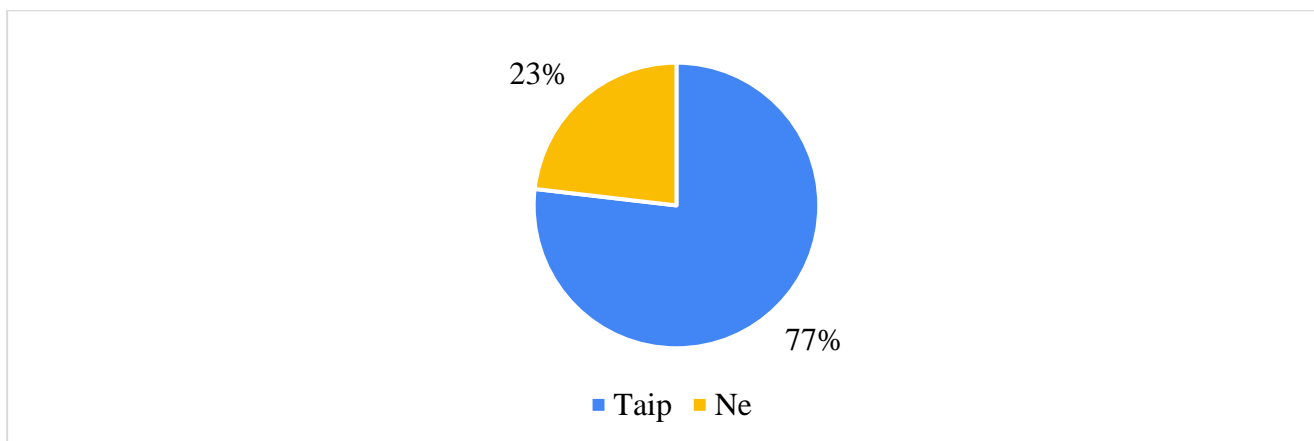
Sveikatos apsaugos ministerija, rėmė Švietimo ministeriją, kuriant „Sveikatos ugdymo bendrąją programą“ bendrojo lavinimo mokyklose. Skatinant teigiamą vaikų mitybą, energinių gėrimų reklamavimas uždraustas visose vietose, kuriose yra asmenų jaunesnių nei 18 metų (pvz., švietimo įstaigose, koncertuose ir pan.) (Barisienė, 2020, p. 22). Respondentams buvo užduotas klausimas apie energetinių gėrimų reklamos pastebėjimus vietose, kuriose lankosi asmenys iki 18 metų amžiaus, siekiant įvertinti ar laikomasi šio draudimo (38 pav.).



38 pav. Energetinių gėrimų reklamų pastebėjimai jaunesnių nei 18 metų asmenų lankomose vietose

Rezultatai atskleidžia, kad daugiau nei trys penktadaliai (65 proc., n=132) respondentų tvirtina nepastebėję reklamų viešose vietose, kuriose lankosi nepilnamečiai, o daugiau nei trečdalis (35 proc., n=71) respondentų teigia matę reklamas vietose, kuriose lankosi asmenys iki 18 metų. Galėtume teigti, kad kai kurios vietos nesilaiko šio draudimo. Galbūt būtų naudinga konkretizuoti vietas reglamente ir sudaryti specifinį sąrašą, kuriame būtų aprašyta tokių renginių specifika, siekiant sumažinti galimas interpretacijas.

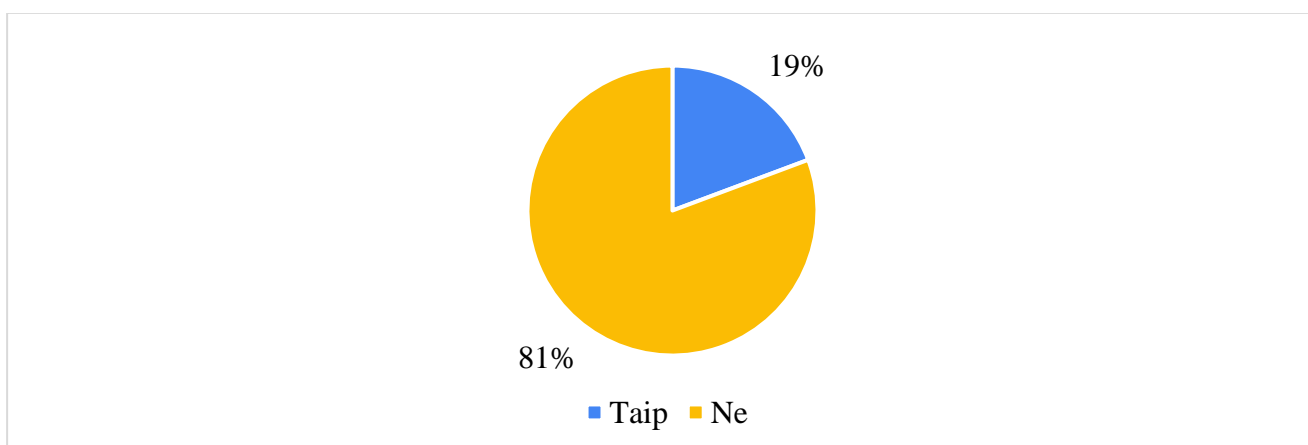
Įrodyta, kad maisto rinkodara, skirta vaikams, daro įtaką jų maisto pageidavimams, pasirinkimams, pirkiniams ir vartojimui. Daugybėje tyrimų, kurie aptarė vyriausybės įtaką, siūlomi standartai maisto rinkodarai, tokiu būdu kaip, pavyzdžiui, riboti maisto produktų reklamą vaikams ir gėrimus, kurie neatitinka PSO ir Medicinos instituto rekomenduojamų mitybos pagrindų (Mozaffarian, 2018). SAM dalyvavo kartu su LR Seimo Sveikatos reikalų komitetu, kuriant pakeitimus Maisto įstatymui, kuriuose buvo nustatytas draudimas parduoti energinius gėrimus asmenims iki 18 metų amžiaus (Barisienė, 2020, p. 20-21). Siekiant įvertinti tėvų nuomone apie energetinių gėrimų ir jų reklamos nepilnamečiams pasirinkto draudimo veiksmingumą, pateiktas uždaro tipo klausimas, kuriuo buvo stengiamasi surinkti objektyvius duomenis (39 pav.). Vertinant tyrimo dalyvių atsakymus, pastebėta, kad daugiau nei trys ketvirtadaliai (77 proc., n=156) tikina, jog energetinių gėrimų pardavimo ir reklamos uždraudimai yra veiksmingai pasirinktas sprendimas siekiant sumažinti šių produktų vartojimą. Mažiau nei ketvirtadalis (23 proc., n=47) mano, jog šis sprendimas nėra veiksmingas.



39 pav. Respondentų nuomonė apie energetinių gėrimų ir jų reklamos draudimo nepilnamečiams veiksmingumą vartojimo kontrolės tikslais

Taigi, atsižvelgiant į atsakymus ir siekiant didesnio draudimų efektyvumo, galimai reikėtų pasirinkti veiksmingesnes priemones, įtraukiant visuomenės pastebėjimus, kad vaikai turėtų mažiau prieigos prie šių produktų, o tai sumažintų šių gėrimų vartojimą.

Draudimas dėl energetinių gėrimų buvo įvestas 2014 m. gegužės 15 d., papildant Maisto įstatymą Nr. VIII-1608 61 straipsniu, kuriame nustatytas pardavimo apribojimas (Lietuvos Respublikos maisto įstatymo Nr. VIII-1608 2 straipsnio pakeitimo ir įstatymo papildymo 61 straipsniu įstatymas, 2014). 2014 m. liepos 4 d. LR SAM priėmė įsakymą Nr. V-769, kuriuo patvirtino „Dėl maitinimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo lavinimo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo“ pakeitimus. Šie pakeitimai sugriežtino sąlygas, kuriomis tiekėjai turi veikti, ir pakoregavo draudžiamų produktų sąrašą, kuriame nurodytas energetinių gėrimų draudimas (Leščinskytė, 2017, p. 24).

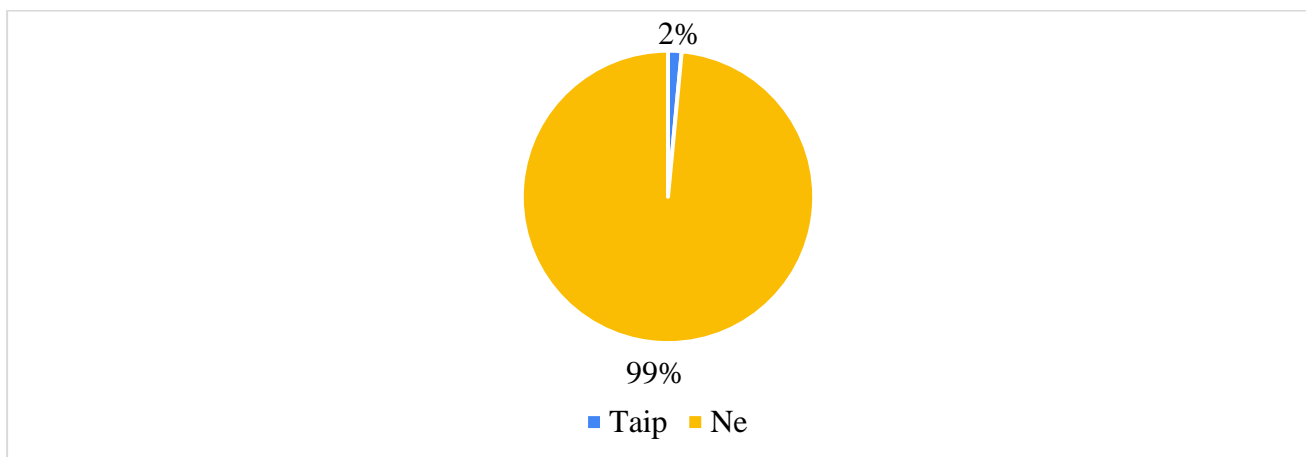


40 pav. Respondentų atsakymai apie vaikų galimybę įsigyti energetinius gėrimus

Anketoje buvo pateiktas klausimas apie vaikų galimybes įsigyti energetinius gėrimus (40 pav.). Iš gautų duomenų matyti, kad daugiau nei trys penktadaliai (81 proc., n=163) tėvų teigė, jog jų vaikai neturi galimybės įsigyti energetinių gėrimų, tačiau apie penktadalį (19 proc., n=39) nurodė, kad jų vaikai turi tokia galimybę. Galimai šiuo atveju būtų prasminga įvesti griežtesnę tiekėjų kontrolę, kad parduodantys

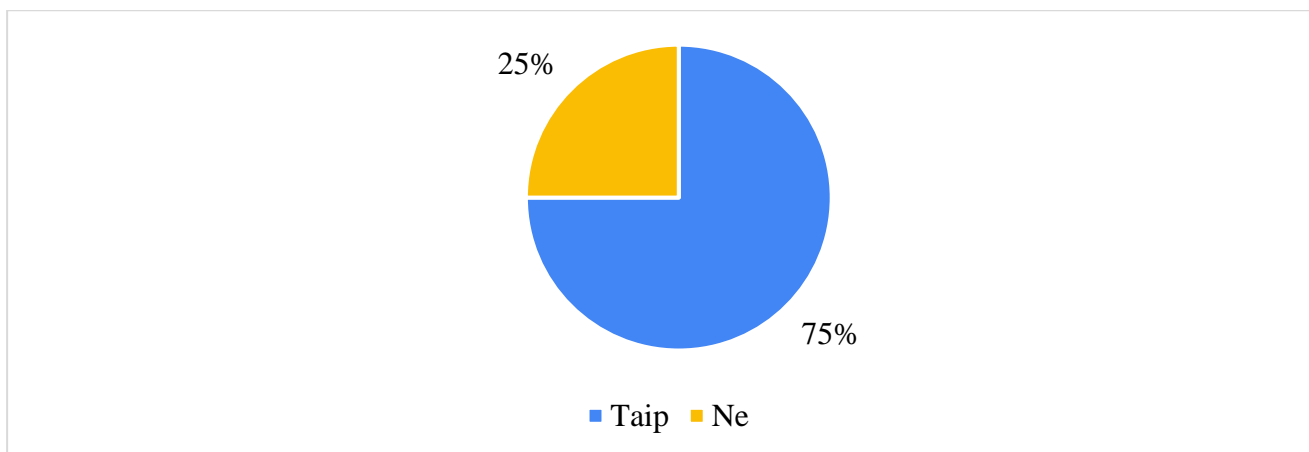
šiuos gėrimus būtų labiau kontroliuojami. Taip pat svarbu skatinti tėvų didesnę švietimą apie tokių gėrimų žalą ir raginti prekyvius atidžiau tikrinti pirkėjų amžių.

Europos pagalbos labiausiai skurstantiems asmenims fondo (EPLSAF) programą, skirtą mažinti vaikų prastos mitybos riziką. Ši programa, remiama lėšomis iš „Europos socialinio fondo +“, leido derinti materialinę pagalbą ir papildomas priemones, siekiant kompleksiskai spręsti maisto ir materialinio neturto problemas bei tokiu būdu prisidėti prie Europos socialinių teisių ramsčio (UNICEF, 2022, p. 17-18). Tiriamųjų buvo teirujamasi, ar jiems tiekiamas maistas pagal EPLSAF programą (41 pav.). Diagramos duomenys atskleidžia, kad beveik visi (99 proc., n=197) respondentai negauna maistinės paramos pagal EPSLAF programą, tuo tarpu mažuma (2 proc., n=3) gauna paramą maistu pagal programą. Šie rezultatai rodo, kad mažas žmonių skaičius gauna tokias paramas. Galimai toks mažas dalyvių skaičius gali rodyti ribotą dalyvavimą. Siekiant plėsti pagalbą labiausiai skurstantiems, būtų tinkama peržiūrėti reglamentus siekiant padidinti dalyvių aprėptį.



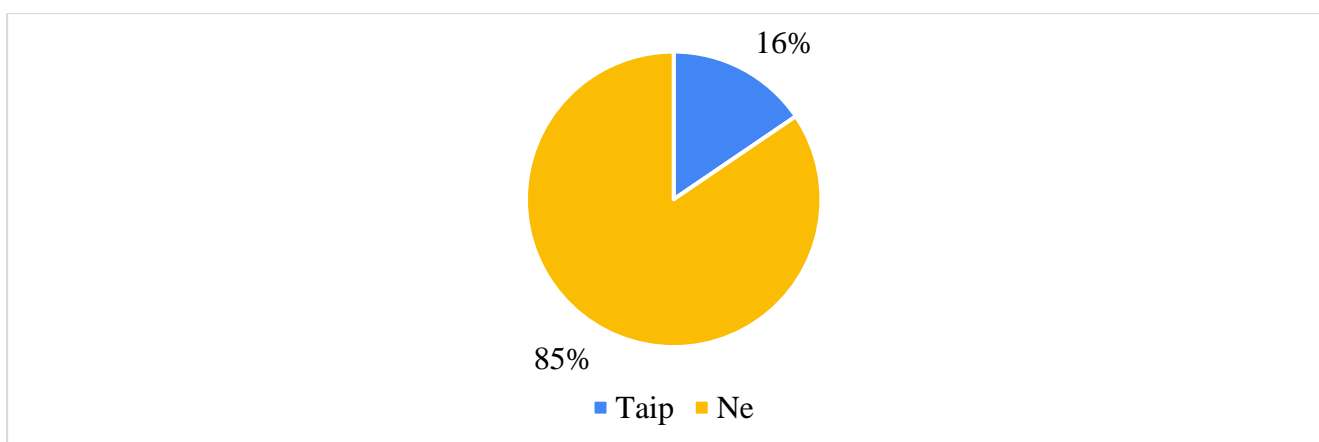
41 pav. Respondentų atsakymai apie maisto paramos gavimą pagal EPLSAF programą

Tyrimai rodo, jog maistas, teikiamas pagal EPLSAF programą, neatitinka visų paramos gavėjų poreikių, ypač kai jie kenčia nuo alergijų ar kitų sveikatos problemų (UNICEF, 2022, p. 17-18). Atsižvelgiant į teiginį apie poreikių neatitikimą, respondentams buvo užduotas klausimas apie pagal programą tiekiamo maisto atitikimą jų vaikų poreikiams (42 pav.). Dauguma (75 proc., n=3) tyrime dalyvavusiųjų nurodė, kad jiems suteiktas maistas atitinka jų vaikų maitinimosi poreikius, tačiau ketvirtadalis (25 proc., n=1) teigė, kad suteikiamas maistas neatitinka jų vaikų poreikių. Siekiant didesnio poreikių patenkinimo, galimai būtų naudinga sudaryti maisto asortimentą, kuris atitiktų įvairių poreikių reikalavimus, iš kurio šeimos galėtų pasirinkti.



42 pav. EPLSAF programos teikiamo maisto atitikimas vaiko maitinimosi poreikiams

Sveikatos apsaugos ministras 2012 m. gruodžio 27 d. priėmė įsakymą Nr. V-1251 "Dėl stacionariųjų asmens sveikatos priežiūros įstaigų vertinimo pagal naujagimiui palankių ligoninių reikalavimų tvarkos aprašo patvirtinimą", siekiant skatinti tinkamų naujagimiams ligoninių tinklą. Ligoninės, kurios atitinka nustatytus reikalavimus ir įtrauktos į palankių naujagimiams ligoninių sąrašą, skelbiamos SAM interneto svetainėje (Barisienė, 2020, p. 20-21). Siekiant išsiaiškinti, ar tėvai informuoti apie turinį SAM tinklalapyje, jiems buvo pateiktas klausimas, ar jie yra žino, kad ši svetainė skelbia naujagimiams palankių ligoninių sąrašą (43 pav.).

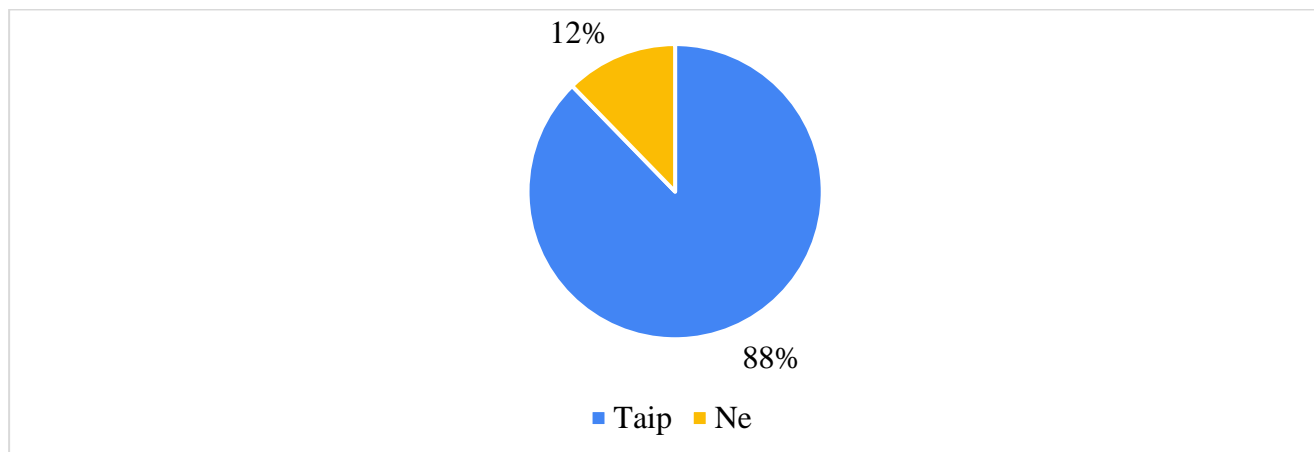


43 pav. Respondentų žinojimas apie naujagimiams palankių ligoninių sąrašą SAM interneto svetainėje

Tyrimo duomenys rodo, kad daugiau nei keturi penktadaliai (85 proc., n=169) tėvų nežino, jog Sveikatos apsaugos ministerijos internetinėje svetainėje skelbiamas naujagimiams palankių ligoninių sąrašas, tuo tarpu tik apie šeštadalį (16 proc., n=31) yra žinojė apie šį sąrašą. Siekiant plėsti visuomenės informuotumą ir užtikrinti tėvų įsitraukimą, būtina įvesti naujoves, kurios padėtų užtikrinti, kad informacija būtų prieinama kiekvienam tėvui.

1990 metais PSO ir UNICEF pristatė naujagimiams palankios ligoninės iniciatyvą siekiant skleisti žindymo kultūrą. LR sveikatos apsaugos ministras 2014 m. vasario 18 d. priėmė įsakymą Nr. V-249 "Dėl Žindymo skatinimo komiteto sudarymo ir šio komiteto nuostatų patvirtinimo", kuriuo taip pat buvo

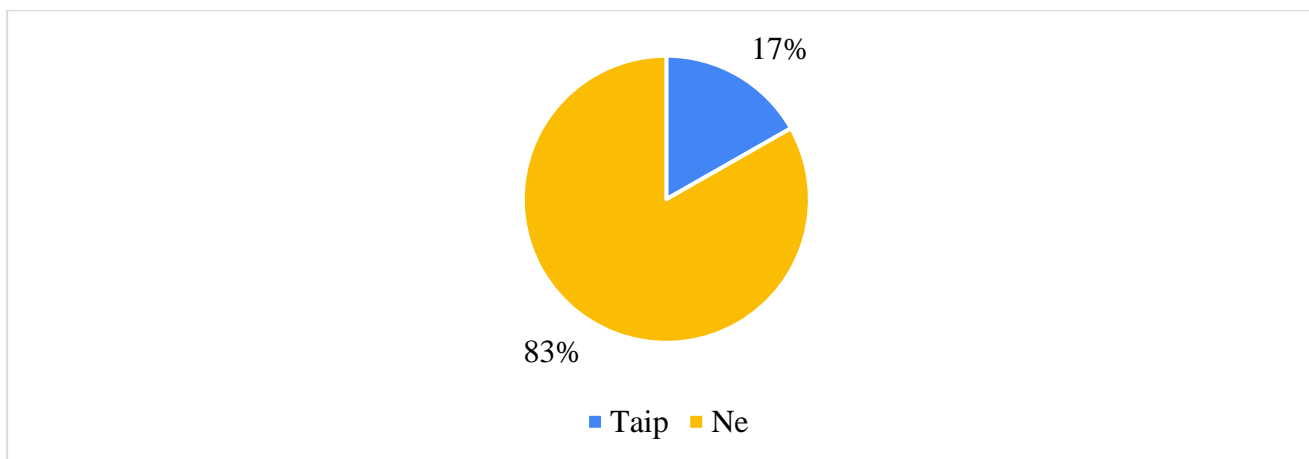
siekama prisidėti prie žindymo atgaivinimo (Barisienė, 2020, p. 20-21). Kaip žinoma, Lietuva išsiskiria aukštu žindymo lygiu lyginant su kitomis ES valstybėmis narėmis (UNICEF, 2021, p. 37). Norint sužinoti šiuo metu vyraujančius žindymo mastus, respondentams, nurodžiusiems moterišką lytį, buvo užduotas klausimas: ar žindo arba yra žindę vaiką (44 pav.).



44 pav. Žindymo pasirinkimas tarp moteriškos lyties respondentų

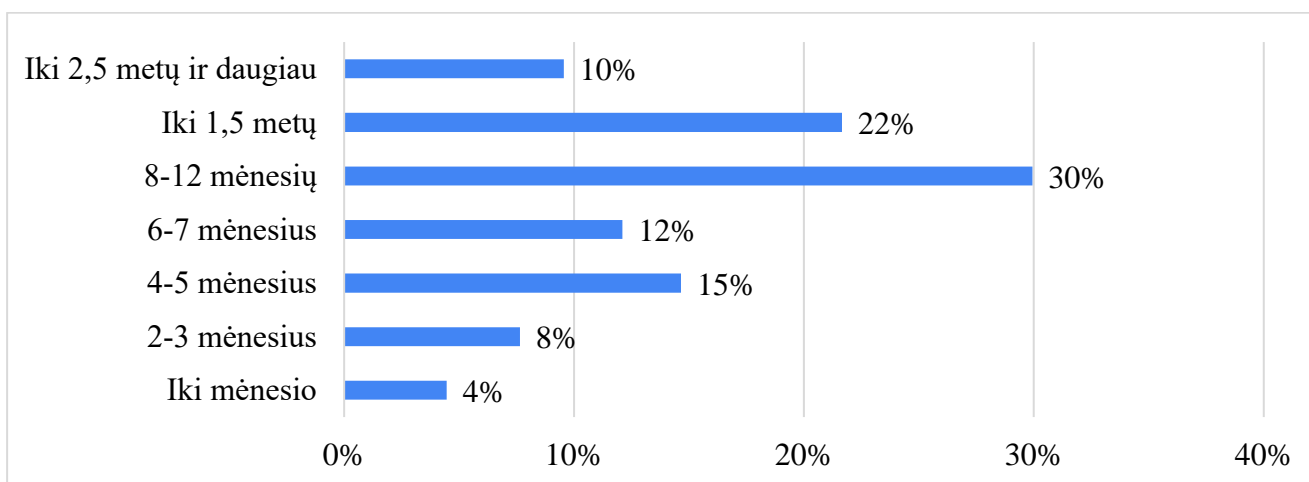
Remiantis surinktais duomenimis, pastebėta, kad daugiau nei keturi penktadaliai (88 proc., n=157) tiriamųjų žindė savo vaikus, tuo tarpu mažiau nei septintadalis (12 proc., n=22) moterų teigė neįžindžiusios. Siekiant padidinti žindančių moterų skaičių, būtų galima įgyvendinti daugiau iniciatyvų, skirtų skatinti žindymą, bei plėtoti daugiau skatinamųjų programų.

Naujagimiams palankios ligoninės programoje numatyta, kad ligoninės turėtų teikti konsultacijas motinoms, kurios maitina kūdikį krūtimi. Tačiau dalyvavimas šioje programoje yra savanoriškas, ir informacija nėra pateikiama visoms žindančioms moterims. Šiuo atveju konkrečių veiksmų įgyvendinimo nesiimama bei teikiama tik žodinė informacija (UNICEF, 2022, p. 17-18). Mėginant išsiaiškinti, kaip šis reikalavimas yra įgyvendinamas, buvo klausama apie dalyvavimą žindymo konsultacijose (45 pav). Nagrinėjant gautus duomenis pastebėta, kad didžioji dalis (83 proc., n=149) moterų nedalyvavo žindymo konsultacijose savo sveikatos įstaigoje, o apie penktadalis (17 proc., n=30) nurodė, kad dalyvavo. Šie rezultatai patvirtina būtinybę įgyvendinti pokyčius. Atsižvelgiant į žindymo skatinimus ir suteiktas konsultacijų galimybes, būtų naudinga atlikti korekcijas, kurios padidintų moterų galimybes sužinoti apie šias konsultacijas. Galima svarstyti informavimą apie konsultacijas kaip privalomą vizito dalį arba platinti šią informaciją viešose erdvėse ar kitais būdais. Toks požiūris padėtų didinti moterų, kurios žino apie konsultacijas, skaičių.



45 pav. Respondentų atsakymai: dalyvavimas sveikatos įstaigos rengiamuose žindymo konsultacijose

Lietuvos higienos institutas pateikė duomenis apie mažą moterų, žindančių kūdikius iki šešių mėnesių, skaičių (UNICEF, 2021, p. 37). Po įsakymo „Dėl stacionariųjų asmens sveikatos priežiūros įstaigų vertinimo pagal naujagimiams palankios ligoninės reikalavimų tvarkos aprašo patvirtinimo“, siekiama išplėsti vaikų, kurie yra žindomi bent šešis mėnesius, skaičių (UNICEF, 2022, p. 17-18). Ištirimai rodo, kad moterys su aukštesniu išsilavinimu dažniau pasirenka žindymą ir jį tęsia ilgiau. (UNICEF, 2021, p. 40). Atsižvelgiant į anketoje nurodytą lytį buvo užduotas klausimas apie vaiko žindymo laikotarpį (46 pav.).



46 pav. Kūdikį/vaiką maitinusių moterų žindymo laikotarpis

Remiantis gautais duomenimis, dauguma (30 proc., n=47) tyrime dalyvavusių moterų pasirinko žindyti kūdikį/vaiką 8-12 mėnesių. Apie šesťadalį (15 proc., n=23) jų rinkosi 4-5 mėnesių laikotarpį, o mažiau nei pusė dešimtadalio (4 proc., n=7) žindė iki mėnesio. Šie rezultatai parodo, kad žindymo trukmė yra labai įvairi, tačiau didžioji dalis tyrime dalyvavusių moterų renkasi žindyti ilgiau. Tai leidžia manyti, kad žindymo skatinimas vyksta, tačiau norint pagerinti šį rezultatą, būtina suprasti, kokie veiksniai galėtų prisidėti prie ilgesnio žindymo laikotarpio. Tad, remiantis mokslinės literatūros

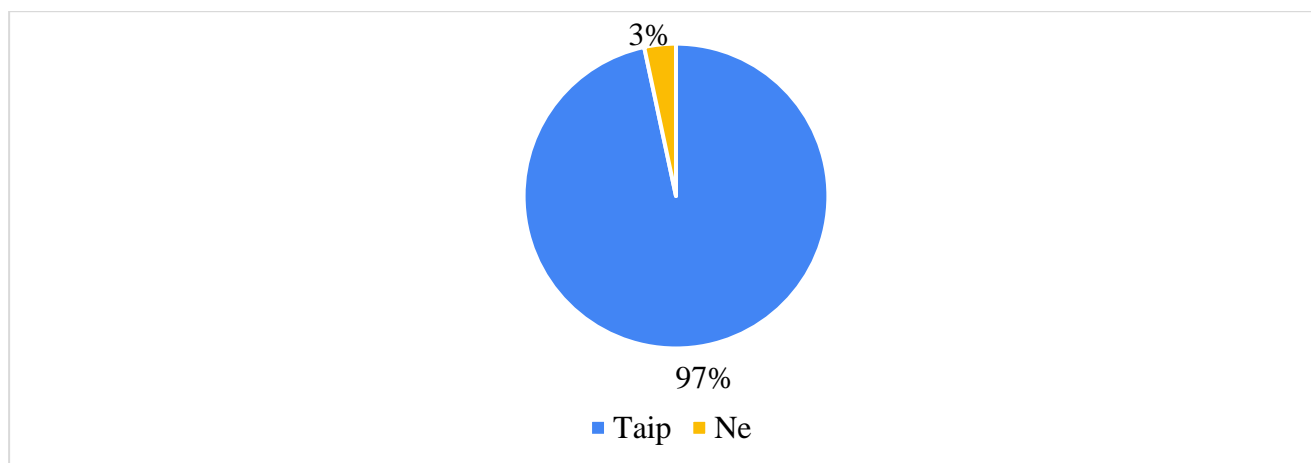
teiginiais, atlikta išsamesnė analizė. Nagrinėjimui ar moters išsilavinimas turi įtakos laikotarpiui, per kurį buvo žindomas kūdikis, pasirinkta atlikti koreliacinę analizę (8 lentelė).

8 lentelė. Tiriamųjų išsilavinimo ir žindymo laikotarpio koreliacijos rezultatai

Koreliacijos koeficientas	Sig reikšmė
0,517	<0,001

Atliekant tyrimą ir tikrinant moters išsilavinimo ir žindymo laikotarpio ryšį. Gavome Stjudento kriterijų/ p reikšmę <0,001, kuri yra mažesnė už 0,05, taip pat koreliacijos koeficientas lygus 0,517. Tad, interpretuojant koreliacijos koeficientą, galime daryti išvadą, kad ryšys yra vidutiniškai stiprus, ir remiantis gautais rezultatais, koreliacija yra statistiškai reikšminga. Remiantis nustatytais ryšiais, politikos formuotojams atliekant žindymo skatinimo programas, svarbu skatinti moterų švietimą, siekiant užtikrinti, kad jos būtų pakankamai informuotos apie šią temą. Toks švietimas galėtų paskatinti laikytis rekomenduojamos žindymo trukmės ir padidinti žindymo svarbos suvokimą.

Didelė dalis Lietuvos vaikų, kurie nėra maitinami krūtimi, rodo, kad nuo gimimo jų sveikos mitybos poreikiai nėra patenkinami. 2020 m. apie 10 000 vaikų mitybos poreikiai nebuvo patenkinti žindant (UNICEF, 2021, p. 39). Tiriamųjų buvo klausiama ir apie žindymo svarbos suvokimą (47 pav.).

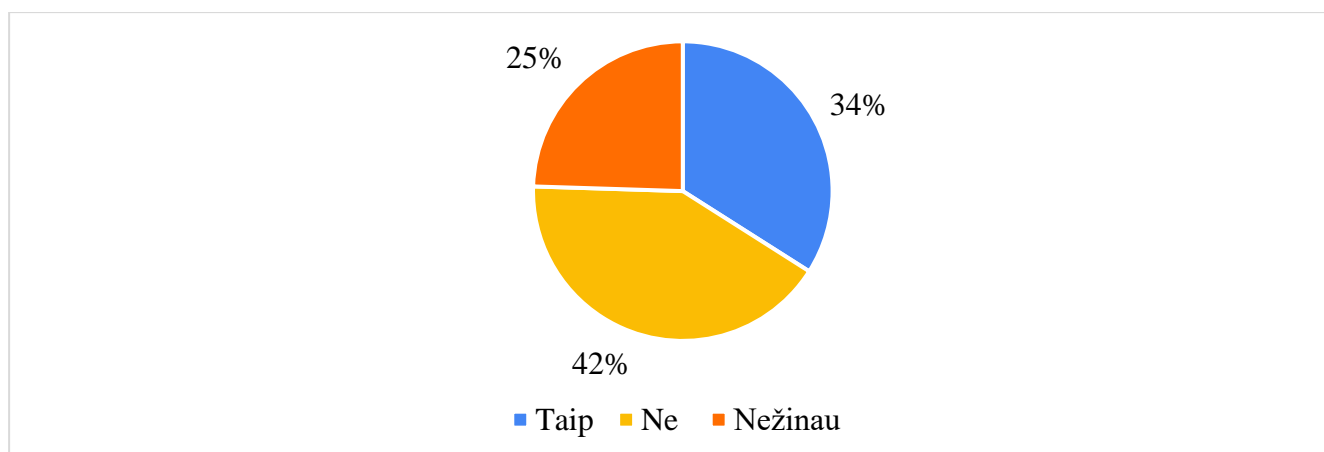


47 pav. Žindymo svarbos suvokimas kaip būdo užtikrinti vaiko sveikos mitybos poreikius

Gauti rezultatai rodo, kad beveik (97 proc., n=173) visos moterys suvokia žindymo svarbą, o mažiausiai procentinė dalis (3 proc., n=6) jų nežino, kad tai svarbus būdas užtikrinti vaiko sveikos mitybos poreikių patenkinimą. Taigi, panašu, kad šiuo klausimu pokyčiai nereikalingi, nes dauguma moterų yra pakankamai informuotos apie vaikų mitybos poreikius nuo pat kūdikystės.

2011 m. liepos 7 d. sveikatos apsaugos ministras patvirtino įsakymą Nr. V-669 "Dėl nitritų ir nitratais sukeltų apsinuodijimų diagnostikos ir profilaktikos", kuriame nustatoma atskirų šulinių,

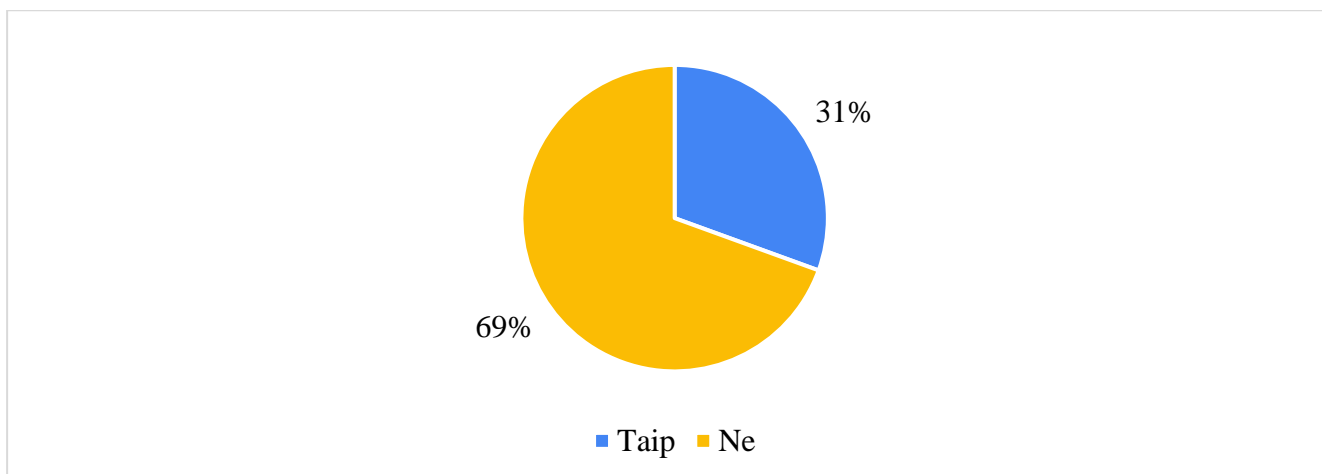
naudojamų nėščioms moterims ir naujagimių motinoms, stebėsenos ir apsinuodijimų nitritais bei nitratais prevencijos tvarka. Remiantis šiomis procedūromis, pirminės sveikatos priežiūros įstaigos renka duomenis apie nėščiųjų geriamojo vandens šaltinius ir praneša apie tai vietos sveikatos centrui, kuris atlieka atitinkamos vietovės vandens analizę ir teikia rekomendacijas nėščiosioms. Ši reguliariai taikoma priemonė kasmet padeda išvengti daugybės kūdikių apsinuodijimų (Barisienė, 2020, p. 20-21). Taigi tyrimo dalyviai buvo klausiami apie vandens tyrimą jų namuose, siekiant nustatyti nitritų ir nitratų kiekius (48 pav.).



48 pav. Respondentų atsakymai dėl namų vandens nitritų ir nitratų tyrimo, kaip naujagimių apsinuodijimo rizikos prevencijos priemonės

Anketoje pateiktame klausime, rezultatai pasiskirstė netolygiomis dalimis. Tyrimo duomenys parodo, kad daugiau nei du penktadaliai (42 proc., n=83) respondentų nurodė, jog jų namuose nebuvo atlikti vandens tyrimai dėl nitritų ir nitratų koncentracijų. Be to, ketvirtadalis (25 proc., n=49) respondentų nežinojo, ar tokie tyrimai buvo atliekami jų namuose. Norint užtikrinti vaikų saugumą, būtina plėsti tyrimų apimtį ir juos atlikti visiems, siekiant užtikrinti kokybišką vandens vartojimą. Be to, svarbu didinti visuomenės informuotumą ir skatinti atsakingą vandens vartojimą.

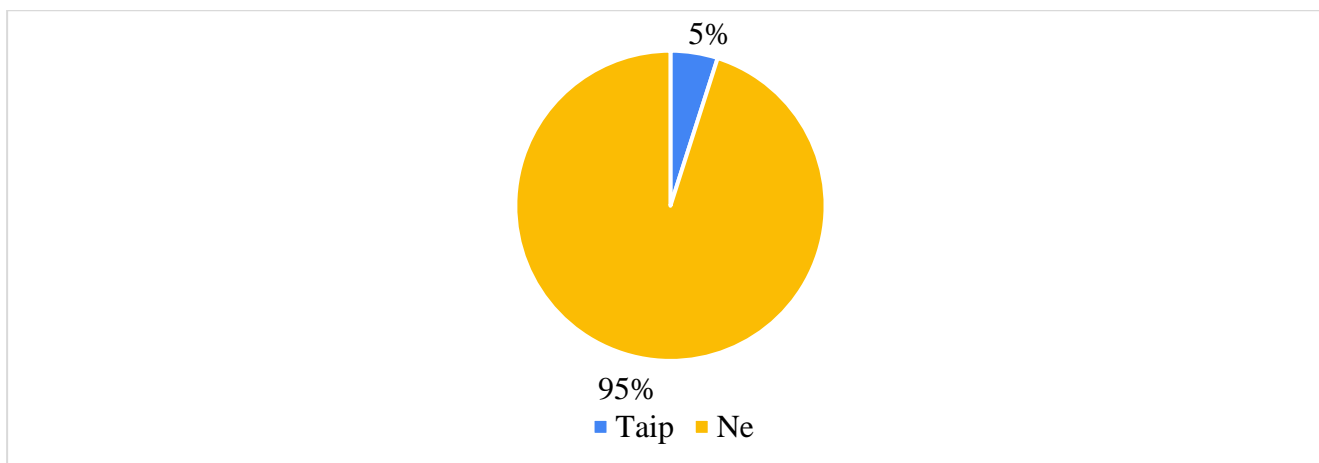
2005 m. birželio 9 d. LR SAM įsakymu patvirtinti HN 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“. Šis įsakymas yra reikšmingas dėl svarbiausių jo punktų, kuriuose pirmiausiai pakeistas mokyklų teikiamo maisto asortimentas. Tai buvo pastebėta nuo šio dokumento įsigaliojimo pradžios. Be to, mokyklose buvo pašalinti mažos vertės maisto produktai, neatitinkantys mitybos rekomendacijų, kurie anksčiau buvo teikiami privatizuotų mokymo įstaigų valgyklų automatuose. Tai apėmė traškučius, vaisvandenių, saldumynus (Leščinskytė, 2017, p. 23). Higienos instituto 2020 m. duomenys rodo, kad, nepaisant galiojančio reglamento dėl gazuotų gėrimų ir saldumynų ribojimo mokyklose, šių produktų dažniausiai vartoja 5-8 klasių mokiniai (UNICEF, 2021, p. 105). Tiriamieji buvo klausiami apie vaikų galimybę įsigyti vaisvandenių, saldumynų, traškučių ir gazuotų gėrimų ugdymo įstaigose (49 pav.).



49 pav. Respondentų atsakymai apie vaiko galimybę įsigyti vaisvandenių, saldumynų, traškučių ar gazuotų gėrimų ugdymo įstaigoje

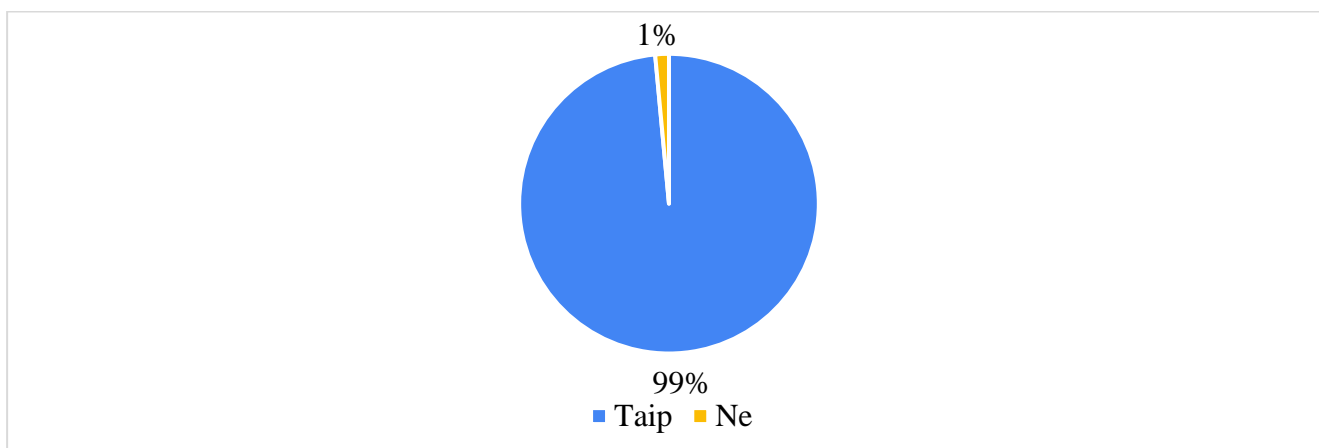
Rezultatai rodo, kad daugiau nei trys penktadaliai (69 proc., n=141) tėvų teigė, jog jų vaikams vaisvandeniai, saldumynai, traškučiai bei gazuoti gėrimai nėra prieinami. Tačiau apie trečdalį (31 proc., n=62) iš jų pabrėžė, kad vaikai turi galimybę įsigyti šių produktų ugdymo įstaigoje. Šiuo atveju reikėtų sugriežtinti reikalavimus ir pagal sudarytą draudžiamų produktų sąrašą reguliariai atlikti stebėjimus. Taip pat svarbu suteikti galimybę tėvams būti informuotiems apie mokykloje siūlomas prekes ir patiekalus.

Siekiant sveikos mitybos skatinimo buvo patiekti pasiūlymai dėl makropolitikos pokyčių, tokių kaip mokyklų esamos aplinkos pritaikymas ribojant tam tikrų produktų prieigą, pavyzdžiui, naudojant pardavimo automatų ribojimus (Pereira, & Oliveira, 2021, p. 1). 2010 metais apskričių visuomenės sveikatos centrai tikrino 1081 (78 proc.) mokyklą ir jų padalinius, iš kurių 9 proc. turėjo veikiančius užkandžių ir gėrimų automatus, kas sudarė 102 mokyklas (Mokinių maitinimas mokyklose gerėja, 2010). Lietuvos HN 21:2005 "Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai" buvo patvirtintos LR SAM įsakymu 2005 m. birželio 9 d. Šis įsakymas yra svarbus dėl esminių punktų, kurie pirmiausiai pakeitė mokyklų teikiamo maisto asortimentą, kuris anksčiau buvo siūlomas privatizuotų mokymo įstaigų valgyklų automatų (Leščinskytė, 2017, p. 23). Tyrimo dalyviai buvo klausiami, ar jų vaikų ugdymo įstaigose yra pardavimo automatų (50 pav.). Atsižvelgiant į gautus atsakymus, nustatyta, kad beveik visose (95 proc., n=193) ugdymo įstaigose nėra prekybinių automatų, o pusė dešimtadalio (5 proc., n=10) respondentų teigė, kad mokyklose šie automatai aptinkami. Galbūt siekiant gerinti sveiką vaikų mitybą, būtų galima uždrausti šiuos automatus ugdymo įstaigose, siekiant apriboti maisto asortimentą ir kurti sveikatai palankią maitinimosi aplinką švietimo įstaigose.



50 pav. Prekybiniai automatai vaikų ugdymo įstaigose

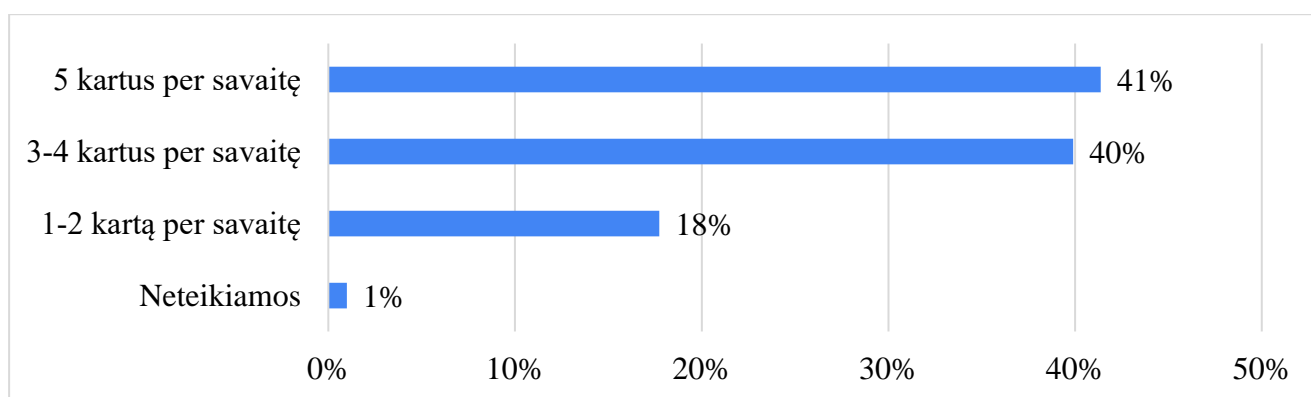
Karšto maisto vartojimo analizė parodė, kad kas antras mokyklinio amžiaus vaikas valgo šiltus pietus – tai sudaro 51,2 proc. (Bartkevičiūtė ir kt., 2020, p. 79). 2010 metais apskričių visuomenės sveikatos centrai tikrino 1081 (78 proc.) mokyklą ir jų padalinius. Buvo nustatyta, kad 17 (1,5 proc.) mokyklų vis dar neturėjo tinkamų įrenginių, kad visi mokiniai galėtų gauti šiltą maistą (Mokinių maitinimas mokyklose gerėja, 2010). Nuo 2018 metų įvedė korekciją į ugdymo įstaigų maitinimo organizavimo tvarką, kurioje reikalaujama, kad maistas būtų karštas ir būtinai paruoštas bei pateiktas tą pačią dieną (Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo, 2018).



51 pav. Respondentų atsakymai apie galimybę gauti karštą maistą vaiko ugdymo įstaigoje

Atsižvelgiant į nustatytus reikalavimus, respondentai buvo klausiami apie karšto maisto teikimo galimybes vaikams ugdymo įstaigoje (51 pav.). Beveik visi (99 proc., n=200) tiriamieji teigė, kad jų vaikas turi galimybę gauti karštą maistą savo ugdymo įstaigoje, ir tik mažiau nei puse dešimtadalio (1 proc., n=3) tvirtino, kad tokia galimybė nesuteikiama. Akivaizdu, kad ugdymo įstaigos laikosi jiems pateiktų reikalavimų, taip pat tai patvirtina priimamų sprendimų veiksmingumą šioje srityje.

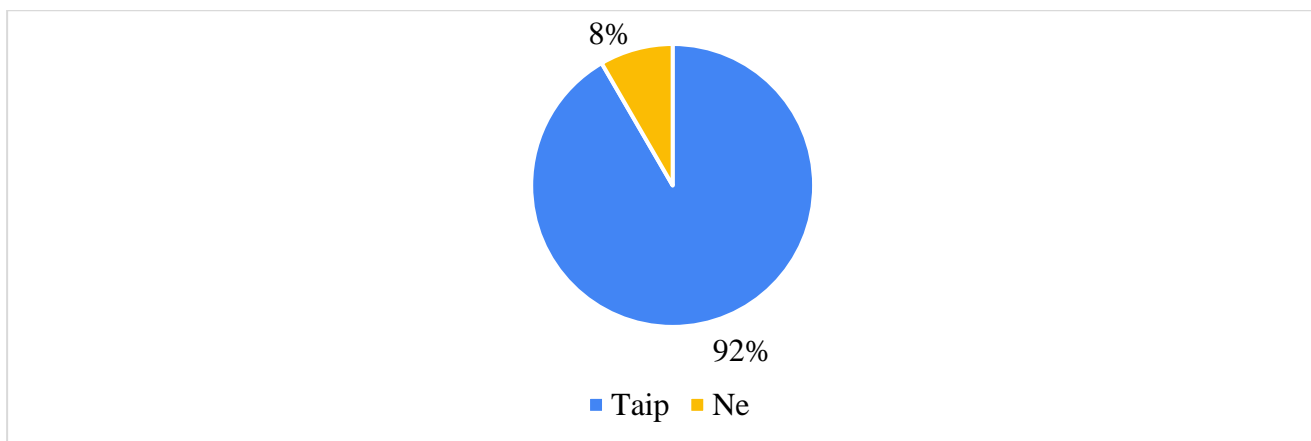
Valgiaraščių vertinimas atskleidė, kad daugumoje atvejų valgiaraščiai nebuvo sudaryti atsižvelgiant į skirtingas amžiaus grupes, o daržovių tiekimas buvo ne kasdienis (Maitinimo organizavimo pasikeitimai vaikų ugdymo įstaigose, 2012). 2011 m. lapkričio 11 d. įsakyme „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ buvo nustatyti bendri vaikų maitinimo reikalavimai. Juose rekomenduojama kasdien teikti šviežių vaisių ir daržovių, tačiau patys vaisiai ir daržovės buvo privalomi (Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo, 2011). Siekiant efektyviai gerinti vaikų maitinimą organizuotose grupėse, 2018 m. balandžio 10 d. sveikatos apsaugos ministro įsakymu V-394 patvirtintas „Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašas“. Jame numatytas didesnis šviežių daržovių teikimas vaikams (Barisienė, 2020, p. 20-21). Buvo užduotas klausimas dėl šviežių daržovių tiekimo dažnio, siekiant nustatyti, ar laikomasi šių rekomendacijų (52 pav.).



52 pav. Pietų metu vaiko ugdymo įstaigoje tiekiamų šviežių daržovių dažnumas

Atlikus apklausą, nustatyta, kad panašiomis dalimis respondentai teigė, jog šviežių daržovių tiekama 5 kartus per savaitę (41 proc., n=84) ir 3-4 kartus per savaitę (40 proc., n=81), kurie sudarė apie dvi penktąsias visų respondentų atsakymų. Mažiausia dalis (1 proc., n=2) respondentų nurodė, jog jų vaikų ugdymo įstaigose nebuvo tiekama šviežių daržovių. Galimai būtų naudinga įvesti reglamentavimą dėl kasdienio šviežių daržovių tiekimo, siekiant užtikrinti šių produktų reguliarią vartojimą.

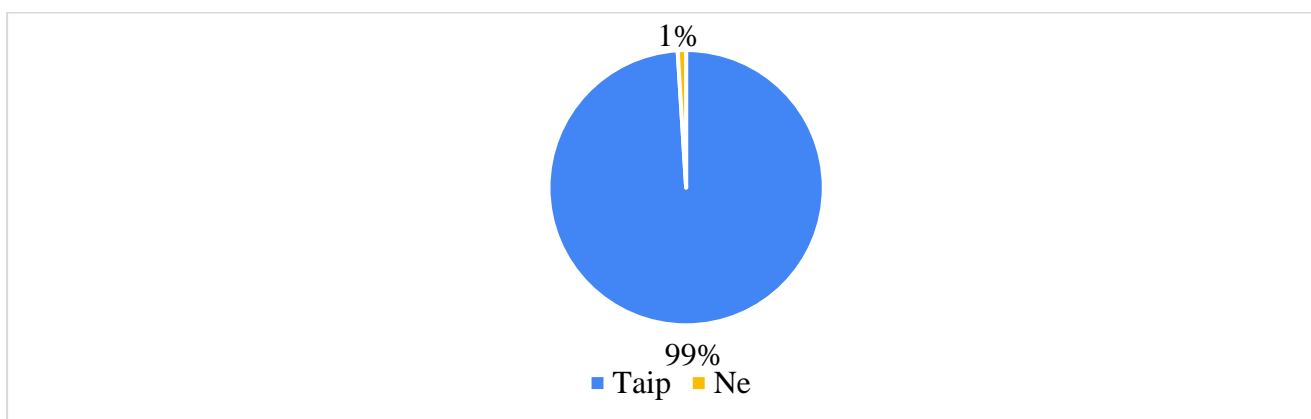
2011 m. lapkričio 11 d. įsakyme „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ buvo nustatyti bendri vaikų maitinimo reikalavimai, kuriuose numatyta užtikrinti galimybę gauti nemokamą geriamąjį vandenį. (Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo, 2011). Atsižvelgiant į rekomendacijas, anketos dalyviai buvo klausiami apie geriamojo vandens prieinamumą švietimo įstaigoje (53 pav.).



53 pav. Respondentų atsakymai apie ugdymo įstaigoje sudarytas sąlygas vartoti geriamąjį vandenį

Gauti duomenys parodė, kad daugiau nei keturi penktadaliai (92 proc., n=186) respondentų teigia, jog jų vaikams ugdymo įstaigoje užtikrintas geriamojo vandens prieinamumas, tuo tarpu mažiau nei dešimtadalis (8 proc., n=17) nurodo, jog šios galimybės nėra. Taigi, dauguma ugdymo įstaigų užtikrina, kad vaikai turėtų galimybę vartoti geriamąjį vandenį.

Nuo 2018 metų įvedus korekciją, nurodyta, kad sriubą rekomenduojama duoti papildomai maitinimo metu (Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo, 2018). Siekiant įvertinti šios rekomendacijos laikymąsi, buvo klausiama apie galimybę vaikams gauti sriubą per pietus (54 pav.).

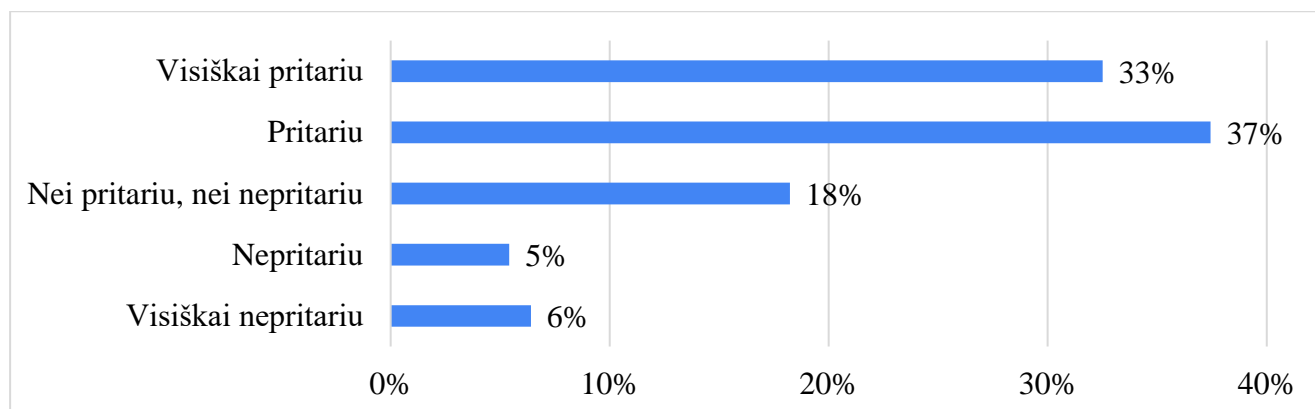


54 pav. Respondentų atsakymai apie vaikui sudaromą galimybę gauti sriubą pietų metu

Išsiaiškinta, kad beveik visi (99 proc., n=201) tiriamieji tvirtina, jog vaikams ugdymo įstaigose sudaroma galimybė gauti sriubą per pietus, o vos maža dalis (1 proc., n=2) tikina, jog jų vaikams sriubos neteikiamos. Akivaizdu, kad ši rekomendacija yra visapusiškai paisoma.

Kai kurių šalių veiksmai sveikos mitybos propagavimui viešosiose įstaigose yra akivaizdūs. Siekiant pagerinti vaikų sveikatą, Korėjos Respublika įdiegė "Žaliojo maisto zonas", kuriose reguliuojamas maisto pasiūlymas iki 200 metrų atstumu nuo mokyklų. Šiose zonose draudžiama pardavinėti maisto

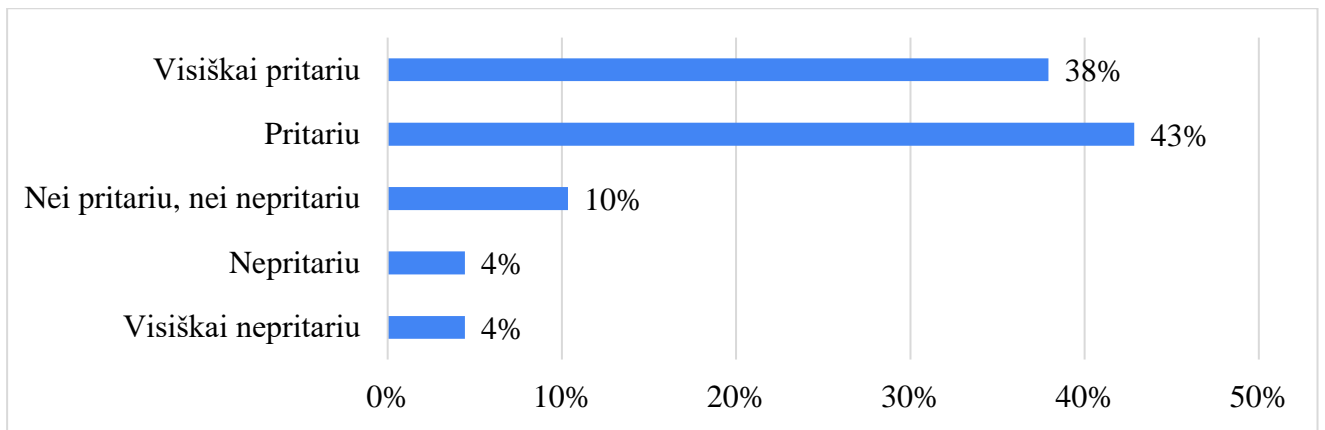
produktus, kuriuose viršijamas nustatytas kalorijų, cukraus ir riebalų kiekis. Įsitvirtinęs požiūris teigia, kad vyriausybės turėtų rodyti pavyzdį, teikdamos ir parduodamos maistą, kuris prisideda prie žmonių sveikatos gerinimo (WHO urges governments to promote healthy food in public facilities, 2021).



55 pav. Respondentų nuomonė apie maisto zonų įsteigimą aplink ugdymo įstaigas

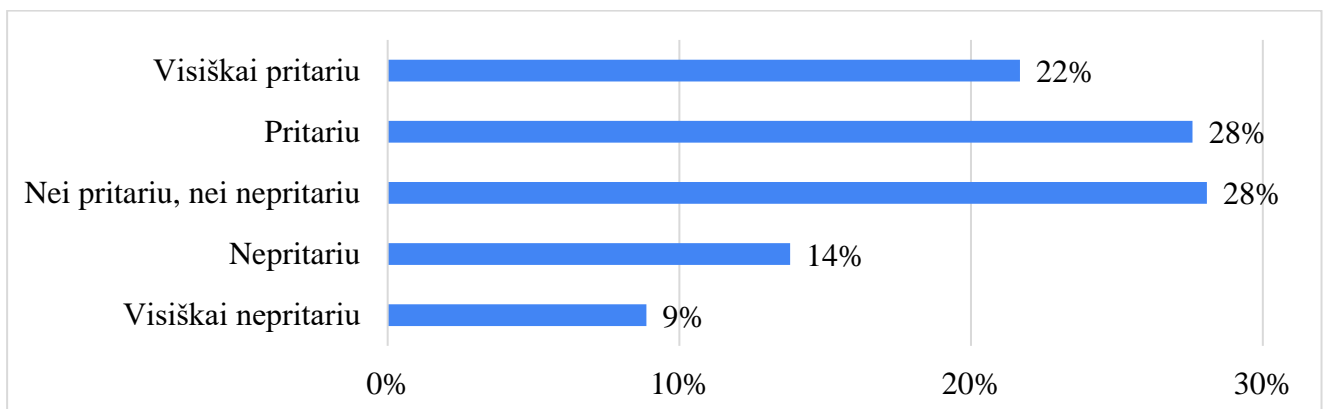
Tyrime dalyviams buvo pateiktas klausimas dėl jų požiūrio į inovacijas, kurios ribotų nesveiko maisto prieinamumą aplink švietimo įstaigas, įvedant naujoves, vadinamas „žaliosios maisto zonos“ (55 pav.). Tyrimo dalyviai šiuo klausimu išreiškė įvairias nuomones: apie du penktadaliai (37 proc., n=76) respondentų pareiškė, kad pritaria maisto ribojimo idėjai „Žalia maisto zona“ aplink mokyklas, o trečdalis (33 proc., n=66) visiškai pritaria. Tuo tarpu, pusė dešimtadalio (5 proc., n=11) tėvų nepitaria šiam ribojimui. Remiantis gautais duomenimis, galima manyti, kad maisto prieigos reguliavimas, leidžiantis įsigyti tik sveikus produktus 200 metrų spinduliu, gali būti tinkamas mūsų valstybei, nes remiantis atsakymais nesukelia didelės atmetimo reakcijos.

Mitybos tendencijas plačiai formuoja reklamos, kurias dažnai leidžia įžymybės, aktoriai ir kiti asmenys. Populiariuose „YouTube“ vaizdo įrašuose „influenceriai“ neretai pateikia nesveiko maisto vartojimą kaip teigiamos mitybos dalį, kuris tampa populiarus tarp jaunimo (Folkvord et. al., 2021. p. 1-3). Nesveiko maisto reklama veikia vaikų žinias apie maistą, formuoja jų pageidavimus, užklausas, pirkinius ir mitybos įpročius. Todėl visuomenės sveikatos specialistai, advokatai ir pirmaujančios pasaulinės sveikatos organizacijos, pavyzdžiui, PSO, siūlo politiką, kuri ribotų arba sustabdytų nesveiko maisto prekybą vaikams (Taillie et. al., 2019, p. 787 – 788). Respondentams buvo užduotas klausimas dėl jų nuomonės apie nesveiko maisto reklamų apribojimus, įskaitant „influencerių“ veiklą (56 pav.). Mažiau nei pusė (43 proc., n=87) tiriamųjų pritaria nesveiko maisto reklamos apribojimui socialiniuose tinkluose, o daugiau nei trečdalis (38 proc., n=77) visiškai pritaria šių pokyčių įvedimui. Lygiomis dalimis (4 proc., n=9) pasiskirstė respondentų nepritarimo ir visiško nepritarimo nuomonės. Remiantis specialistų nuomonėmis, šių ribojimų įvedimas laikomas efektyvia priemone, ypač atsižvelgiant į tai, kad jaunimas šiuo metu labai aktyvus socialiniuose tinkluose. Taigi, Lietuvoje galima būtų pamėginti apriboti šią sritį.



56 pav. Respondentų nuomonė apie nesveiko maisto reklamų apribojimus socialiniuose tinkluose

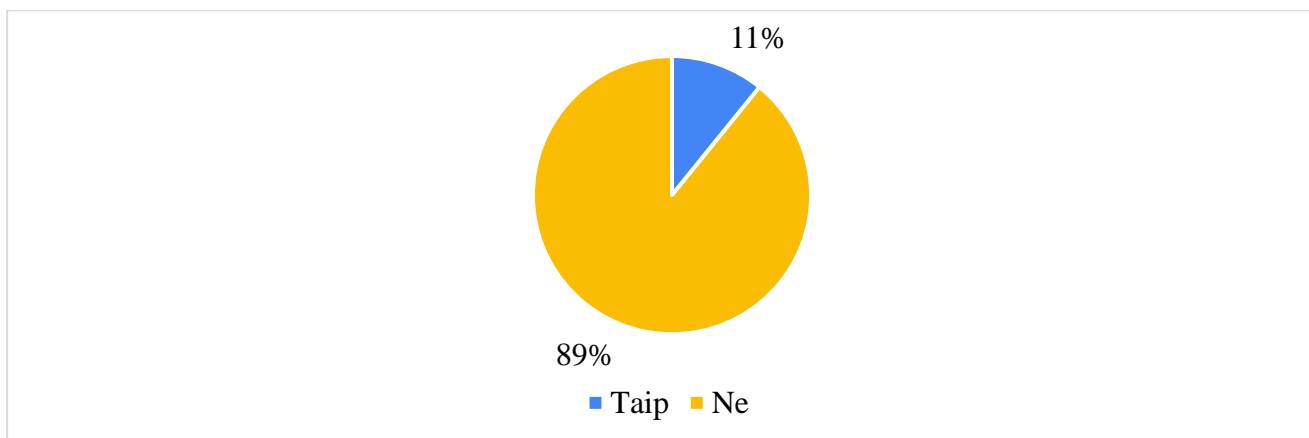
Sveikatos tyrimai mokyklose parodė, kad dauguma vidutinio ir aukšto pajamų lygio šalių gyventojų teigia, jog trečdalis paauglių kasdien geria bent po vieną saldintą gėrimą. Todėl PSO rekomenduoja taikyti mokesčius ar rinkliavas už cukrumi saldintus gėrimus kaip priemonę, skirtą sumažinti cukrumi saldintų gėrimų suvartojimą. Naujausi duomenys parodo, kad 45 šalys šiuo metu tai įgyvendina cukrumi saldintų gėrimų mokesčio ar rinkliavos forma. (Taking action on childhood obesity, 2018, p. 1-5).



57 pav. Respondentų nuomonė apie cukrumi saldintų gėrimų apmokestinimą kaip priemonę mažinti cukraus vartojimą

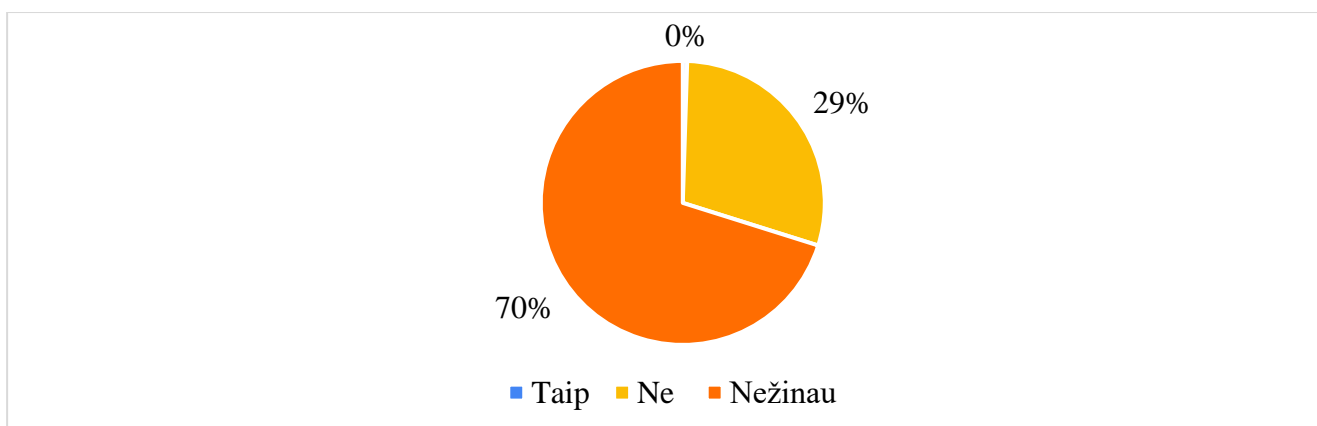
Tad respondentams buvo pateiktas klausimas, ar jie pritartų cukrumi saldintų gėrimų apmokestinimui mokesčiu arba rinkliava (57 pav.). Tyrimo duomenys atskleidė, kad daugiau nei ketvirtadalis (28 proc., n=56) tėvų pritaria cukraus apmokestinimo mokesčių ar rinkliavos formai, tuo tarpu mažiau nei dešimtadalis (9 proc., n=18) visiškai nepitaria. Dėl didelės nuomonių pasiskirstymo amplitudės kyla abejonės dėl šios naujovės tinkamumo mūsų šaliai.

Tyrimo dalyviai buvo paklausti apie jodo kiekio stebėjimą savo vaikų mityboje (58 pav.) Daugiau nei keturi penktadaliai (89 proc., n=181) tėvų teigia nestebintis jodo vartojimą vaikų mityboje, bei daugiau nei dešimtadalis (11 proc., n=22) stebi. Akivaizdu, kad dauguma tėvų visiškai nestebi jodo suvartojimą.



58 pav. Jodo vartojimo stebėjimas vaiko maisto racione

Remiantis nauja veiksmy sistema, reikalaujama, kad būtų užtikrinta, jog druska būtų joduota (WHO urges governments to promote healthy food in public facilities, 2021). Tyrimo metu, kuriam dalyvavo 2087 moksleiviai, nustatyta, kad 46 procentai respondentų turėjo jodo trūkumą. Iš šių duomenų buvo padaryta išvada, kad Lietuva yra viena iš regionų, kuriuose yra paplitęs jodo trūkumas. Siekiant iki 2005 m. pašalinti jodo trūkumo sukeltus sveikatos sutrikimus, buvo numatyta vykdyti programą, skirta koreguoti jodo trūkumą (Dėl valstybinės maisto ir mitybos strategijos ir jos įgyvendinimo priemonių 2003–2010 metų plano patvirtinimo, 2003).



59 pav. Vaikų jodo trūkumo vertinimas

Remiantis 2005 m. nustatytais reikalavimais dėl joduotos druskos naudojimo, pastebimi teigiami pokyčiai tarp Lietuvos vaikų: jodo trūkumą turinčių vaikų skaičius mažėja (Zabulienė ir kt., 2021, 47-48). Siekiant įvertinti šių pokyčių aktualumą šiuo metu, respondentai buvo klausiami, ar jų vaikai turi jodo trūkumą (59 pav.). Pastebėta, kad dauguma (70 proc., n=141) respondentų nežino, ar jų vaikai turi jodo trūkumą, o tik vienas (0 proc., n=1) respondentas tvirtino, jog tikrai žino, kad jo vaikas turi jodo trūkumą. Siekiant užtikrinti, kad šalyje nebūtų jodo trūkumo, būtina reguliariai stebėti šį rodiklį ir dokumentuoti jo rezultatus, kadangi gauti duomenys patvirtina šį poreikį. Iš ankstesnių anketos rezultatų matyti, kad daugelis reglamentų vis dar reikalauja korekcijų. Tad duomenys atskleidžia tolimesnių pokyčių poreikį.

IŠVADOS

1. Sveika mityba apima pakankamą maistinių medžiagų suvartojimą ir energijos poreikių užtikrinimą, atsižvelgiant į žmogaus asmenines savybes. Vaikų sveikos mitybos puoselėjimas yra būtinas ilgalaikės sveikatos ir gerovės užtikrinimui. Sveiko maisto pasirinkimas sumažina nutukimo ir neužkrečiamų ligų riziką. Sveikos vaikų mitybos politika apima valdžios atstovų priimamus sprendimus ir jų įgyvendinimą, skirtus užtikrinti sveiką vaikų mitybą. Kaip žinia, mokyklos ir tėvai turi didelį vaidmenį formuojant sveikus mitybos įpročius. Todėl svarbu įgyvendinti veiksmingas sveikos mitybos politikos priemones, kuriomis būtų skatinami sveiki įpročiai, ribojami nesveiki produktai ir formuojama palanki maisto aplinka.
2. Remiantis statistika, vaikų nutukimo ir antsvorio atvejų skaičius didėja. Pastaruoju metu tarp vaikų Lietuvoje pastebimas mitybos įpročių neatitikimas rekomendacijoms. Siekiant užtikrinti sveiką vaikų mitybą, buvo formuojami ir įgyvendinami įvairūs politikos sprendimai. Iki 2009 metų pradėtos programos skatino pieno produktų ir vaisių vartojimą, taip pat įgyvendinta skydliaukės ligų prevencijos programa. Buvo priimtas ministro įsakymas dėl nemokamo maitinimo, įvesti pirmieji jo pakeitimai didinant nemokamo maisto prieinamumą. Taip pat įvestas įstatymas ir teisės aktai, užtikrinantys maisto ir geriamojo vandens saugumą, kokybę, produktų ekologiškumą ir prieinamumą. Be to, įvesti pirmieji reikalavimai dėl menkos vertės produktų pašalinimo iš mokyklų. Nuo 2010 metų pradedamos strategijos skatinančios sveikų produktų vartojimą. Įvesti ugdymo įstaigų maitinimo draudimai ir griežtesni reikalavimai tiekėjams, bei tobulinami bendri reikalavimai maitinimui. Įteisinamas nemokamas maitinimas visiems 1-2 klasių mokiniams. Įvedamas energetinių gėrimų draudimas nepilnamečiams. Kuriamos programos skatinančios sveikos mitybos ugdymą ir jungiamos pieno bei vaisių vartojimo skatinimo programos. Be to, priimami įsakymai užtikrinantys žindymo bei geriamojo vandens saugumo klausimų sprendimą. Nustatomos naujos mitybos normos ir pradedamos maisto ir materialinio nepritekliaus mažinimo programos. Nors įgyvendintos priemonės ir programos davė tam tikrų rezultatų, atsižvelgiant į statistikos duomenis, poreikis tęsti korekcijas bei intervencijas išlieka.
3. Atlikus tyrimą apie vaikų sveikos mitybos politikos formavimą ir įgyvendinimą Vilniaus rajone, paaiškėjo, kad ši politika susiduria su iššūkiais, trukdančiais pasiekti norimus rezultatus. Respondentų atsakymai parodė, kad nemokamos vaisių ir pieno produktų programos bei nemokamas maitinimas sėkmingai įgyvendinami ir turi teigiamą poveikį, tačiau taip pat buvo identifikuotos jų silpnosios vietos. Tyrimas atskleidė, jog galimai reikalingos korekcijos tose srityse, kurios apima sveikos mitybos rekomendacijų užtikrinimą mokyklose, kokybės užtikrinimą, sveikos mitybos švietimo organizavimą, energetinių gėrimų pardavimo kontrolę, maisto paramos pritaikymą pagal poreikius, visuomenės švietimą ir prevenciją. Taip pat buvo

pastebėta, kad ne visos švietimo įstaigos užtikrina pakankamą informacijos tiekimą apie vykdomą veiklą. Siūlant ribojimus remiantis užsienio šalių patirtimi, respondentai sureagavo teigiamai. Dauguma pritaria politinių sprendimų veiksmingumui. Tad, gauti duomenys leidžia teigti, kad tyrimo hipotezė pasitvirtino: tėvų požiūris, valdžios priimami sprendimai ir veiksmai bei ugdymo įstaigų iniciatyvos veikia sveiką vaikų mitybą. Gauti rezultatai parodo, kad norint sėkmingai formuoti ir įgyvendinti sveikos vaikų mitybos politiką, reiktų įvesti korekcijas teisės aktuose, reglamentuojančiuose mokyklų bei viešojo ir privataus sektorių veiklą.

PASIŪLYMAI

Sveikatos apsaugos ministerijai:

1. Konkretizuoti mitybos reikalavimus tvarkos aprašuose, paliekant mažiau vietos interpretacijoms.
2. Sukurti atsakingų asmenų grupę, kuri vykdytų reguliarius tikrinimus ugdymo įstaigose. Nustačius spragas, siektų jų pašalinimo.
3. Skirti atskirą biudžetą, kurio paskirtis būtų skatinti sveiką mitybą ir jos švietimą ugdymo įstaigose.
4. Organizuoti edukacines iniciatyvas, kurios pabrėžtų sveikos mitybos svarbą ir įtrauktų šeimas.
5. Organizuoti konsultacijas su tėvų komitetais ir mitybos specialistais, siekiant pagerinti maisto kokybę. Atsižvelgiant į jų pastebėjimus, įvesti korekcijas.
6. Atlikti periodinę kontrolę prevencinių programų veiksmingumui.
7. Įtraukti amžiaus praplėtimą į "vaisių, daržovių, pieno ir pieno produktų vartojimo ugdymo įstaigose skatinimo programą". Remiantis vartojimo statistikos ataskaitomis, išplėsti produktų asortimentą ir užtikrinti jų kokybę, atsižvelgiant į vaikų poreikius. Taip pat užtikrinti tiekėjų atsakomybę už įsipareigojimų nevykdymą.
8. Sukurti vykdomų programų vertinimo komisiją, kuri reguliariai analizuotų programų veiklą ir rezultatus. Remiantis šia analize, būtų priimami pokyčiai.
9. Įvesti pakeitimus nemokamo maitinimo reglamentavime, kurių metu būtų padidintos vidutinės pajamų ribos, taikomos atskiram asmeniui arba vienam iš šeimos narių.
10. Suteikti nemokama maitinimą visiems pradinukams.
11. Sudaryti išsamų sąrašą vietų, kuriose draudžiama reklamuoti energetinius gėrimus.
12. Atlikti reguliarias ugdymo įstaigų patikras, siekiant užtikrinti draudžiamų produktų kontrolę.
13. Didinti (EPLSAF) paramos programos dalyvių aprėptį, koreguojant įtraukimo kriterijus, ir įvesti tiekiamo asortimento pakeitimus, atsižvelgiant į šeimų poreikius.
14. Didinti visuomenės informuotumą apie SAM vykdomą veiklą.
15. Plėsti žindymo konsultacijų iniciatyvas, įtraukiant jas į planinę nėščiųjų vizito dalį, ir organizuoti kampanijas, pabrėžiančias žindymo svarbą.

Ugdymo įstaigoms:

1. Įtraukti tėvus į mokyklos veiklą ir reguliariai suteikti jiems informaciją apie sveikos mitybos palaikymą ir užtikrinimą, įskaitant maitinimo ir vykdomos veiklos ataskaitų pateikimą.
2. Reguliariai atlikti tėvų apklausas, kuriomis remiantis būtų įvedamos korekcijos patiekalų receptūrose.

3. Šviesti moksleivius sveikos mitybos tema, organizuojant viktorinas, konkursus ir išvykas į ekologiškus ūkius ar kitas susijusias vietas.
4. Informuoti tėvus apie vykdomas iniciatyvas.
5. Skatinti tėvų dalyvavimą sveikos mitybos iniciatyvose ir projektuose, kuriuos vykdo ugdymo įstaiga.

Tėvams:

1. Įtraukti sveikus mitybos įpročius į kasdienį racioną.
2. Informuoti ugdymo įstaigas apie netenkinančius maitinimo aspektus, aktyviai domėtis vaiko maitinimu ugdymo įstaigose keldami rūpimus klausimus.
3. Dalyvauti organizuojamose sveikos mitybos skatinimo programose ir iniciatyvose.
4. Rūpintis savo vaikų sveikata ir užtikrinti jiems sveiko maisto aplinką.
5. Prisidėti prie vaikų švietimo sveikos mitybos klausimais.
6. Skatinti savo vaikus dalyvauti veiklose, skirtose suprasti sveikos mitybos svarbą ir mokyti rinktis sveikus produktus.
7. Rinktis sveikus produktus pirkdami ir skatinti savo vaikus valgyti namuose paruoštą sveiką maistą.
8. Aktyviai bendrauti su mokyklos personalu ir prašyti išsamesnės informacijos apie maitinimo programas.

BIBLIOGRAFIJOS ŠALTINIŲ SĄRAŠAS

1. *Anketinis tyrimo metodas*. (2018). Asociacija NEMUNO euroregionas. Prieiga per internetą: <http://www.nemunas.info/tyrimas/?page=1-1>
2. Barisienė, E. (2020). *Pradinių klasių moksleivių maitinimosi mokykloje įpročių ir moksleivių jų tėvų bei maitinimo organizatorių požiūrio į naują maitinimo tvarką vertinimas* (magistro baigiamasis darbas). Prieigą per internetą: <https://gs.elaba.lt/object/elaba:59456282/>
3. Bartkevičiūtė, R., Bulotaitė, G., Stukas, R., Skardžiūtė, M., Nakutavičiūtė, I. ir Barzda, A. (2020). Mokyklinio amžiaus vaikų mitybos įpročių tyrimas ir vertinimas. *Visuomenės sveikata*. 30(1), 40-47. doi: <https://doi.org/10.35988/sm-hs.2020.006>
4. *Bendrasis ugdymas*. (2024). Švietimo valdymo informacinė sistema. Prieiga per internetą: <https://www.svis.smm.lt/bendrasis-ugdymas-2/>
5. Budreviciute, A., Damiasi, S., Sabir, D. K., Onder, K., Schuller-Goetzburg, P., Plakys, G., Katileviciute, A., Khoja, S., & Kodzius, R. (2020). Management and Prevention Strategies for Non-communicable Diseases (NCDs) and Their Risk Factors. *Frontiers in public health*, 8, 574111. doi: [10.3389/fpubh.2020.574111](https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.574111)
6. Caballero, B. (2019). Humans against Obesity: Who Will Win? *American Society for Nutrition*, 10(1), S4–S9. doi: <https://doi.org/10.1093/advances/nmy055>
7. *Childhood obesity in European Region remains high: new WHO report presents latest country data*. (2022). World health organization. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/europe/news/item/08-11-2022-childhood-obesity-in-european-region-remains-high--new-who-report-presents-latest-country-data>
8. Čekanavičius, V. ir Murauskas, G. (2014). *Taikomoji regresinė analizė socialiniuose tyrimuose*. Prieiga per internetą: <http://www.statistika.mif.vu.lt/wp-content/uploads/2014/04/regresine-analize.pdf>
9. *Dėl Lietuvos higienos normos HN 21:1998 „bendrojo lavinimo mokyklos higienos normos ir taisyklės“ tvirtinimo*. 1998/Nr. 750. Žiūrėta 2023 m. birželio 27 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.69595?jfwid=>
10. *Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. liepos 23 d. įsakymo Nr. V-455 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 24:2003 „Geriamojo vandens saugos ir kokybės reikalavimai“ patvirtinimo“ pakeitimo*. 2015/ Nr. V-1278. TAR. Žiūrėta 2023 m. rugsėjo 10 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/1465b3508ca511e59c9a8f8c9980906b?jfwid=-ctzgj1wpf>
11. *Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo*. 2018/ V-394. TAR. Žiūrėta

2023 m. birželio 28 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/558922c146d111e88151f16ae94c33e2>

12. *Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo*. 2011/Nr. V-964. Žiūrėta 2023 m. birželio 28 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.411986>
13. *Dėl mažas pajamas turinčių šeimų moksleivių nemokamo maitinimo organizavimo bendrojo lavinimo mokyklose tvarkos patvirtinimo*. 1999/ Nr. 64/955. Žiūrėta 2023 m. birželio 28 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.85456/vHaHHfzeHY>
14. *Dėl mokinių nemokamo maitinimo Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos įsteigtose mokyklose tvarkos aprašo patvirtinimo*. 2006/ Nr. ISAK-2490. Žiūrėta 2023 m. birželio 28 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.290691?jfwid=bkaxmky1>
15. *Dėl Mokinių nemokamo maitinimo valstybinėse mokyklose tvarkos aprašo patvirtinimo*. 2020/Nr. V-76. TAR. Žiūrėta 2023 m. birželio 28 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/d28d74203ee511ea983cd4e02103c255?jfwid=2r1mam10>
16. *Dėl vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programos 2023–2029 mokslo metų strategijos patvirtinimo įsakymas*. 2023/ Nr. 3D-299. Žiūrėta 2024 m. sausio 21 d. [https://zum.lrv.lt/uploads/zum/documents/files/023-05-03_3D-299%20\(1\).docx](https://zum.lrv.lt/uploads/zum/documents/files/023-05-03_3D-299%20(1).docx)
17. *Dėl valstybinės maisto ir mitybos strategijos ir jos įgyvendinimo priemonių 2003–2010 metų plano patvirtinimo*. 2003/Nr. 1325. Žiūrėta 2023 m. birželio 27 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.219949?jfwid=->
18. Di Cesare, M., Sorić, M., Bovet, P., Miranda, J. J., Bhutta, Z., Stevens, G. A., Laxmaiah, A., Kengne, A. P., & Bentham, J. (2019). The epidemiological burden of obesity in childhood: a worldwide epidemic requiring urgent action. *BMC medicine*, 17(1), 212. doi: [10.1186/s12916-019-1449-8](https://doi.org/10.1186/s12916-019-1449-8)
19. Djojosoeparto, S.K., Kamphuis, C.B., Vandevijvere, S., Harrington, J.M., Poelman, M.P. & Policy Evaluation Network. (2021). *The Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): European Union. An assessment of EU-level policies influencing food environments and priority actions to create healthy food environments in the EU*. Prieiga per internetą: https://www.jpi-pen.eu/images/reports/Food-EPI_EU_FINAL_20210305.pdf
20. Dominguez, L. J., Di Bella, G., Veronese, N., & Barbagallo, M. (2021). Impact of Mediterranean Diet on Chronic Non-Communicable Diseases and Longevity. *Nutrients*, 13(6), 2028. doi: [10.3390/nu13062028](https://doi.org/10.3390/nu13062028)
21. Doustmohammadian, A., Omidvar, N., & Shakibazadeh, E. (2020). School-based interventions for promoting food and nutrition literacy (FNLIT) in elementary school children: a systematic review protocol. *Systematic reviews*, 9(1), 87. <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01339-0>

22. Dovydaitis, E. (2020). Šeimos, mokyklos ir valstybės bendradarbiavimas ugdant vaikų sveikos mitybos įpročius. *Visuomenės sveikata*. 30(6), 5-13. doi: [10.35988/sm-hs.2020.131](https://doi.org/10.35988/sm-hs.2020.131)
23. Folkvord, F., Naderer, B., Coates, A., & Boyland, E. (2021). Promoting Fruit and Vegetable Consumption for Childhood Obesity Prevention. *Nutrients*, 14(1), 157. <https://doi.org/10.3390/nu14010157>
24. *Food Security, Nutrition and Health*. (2019). ScienceDirect. Prieiga per internetą: <https://www.sciencedirect.com/topics/food-science/nutrition-policy>
25. Gadžijeva, U. ir Židonienė, I. (2021). *Vaikų sveikata*. Prieiga per internetą: https://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Statistikos/Vaiku_sveikata/Vaiku_sveikata_2020_m..pdf
26. Gaucher-Holm, A., Mulligan, C., L'Abbé, M. R., Potvin Kent, M., & Vanderlee, L. (2022). Lobbying and nutrition policy in Canada: a quantitative descriptive study on stakeholder interactions with government officials in the context of Health Canada's Healthy Eating Strategy. *Globalization and health*, 18(1), 54. <https://doi.org/10.1186/s12992-022-00842-4>
27. Gedvilienė, G. ir Žalnieraitis, M. (2016 m. spalio 25 d.). *Sveikos mitybos ugdymo ir organizavimo ypatumai mokyklose atsakingų už maitinimą asmenų požiūriu*. Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos Kauno valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba. Prieiga per internetą: <https://alytauskolegija.lt/wp-content/uploads/straipsniai/Gedviliene.pdf>
28. Genevičiūtė, V. (2021). *Vaikų mitybos ir fizinio aktyvumo ypatumai ir sveikatai palankių įpročių ugdymo reikšmė* (magistro baigiamasis darbas). Prieiga per internetą: <https://vb.ku.lt/object/elaba:93810581/93810581.pdf>
29. Haines, J., Haycraft, E., Lytle, L., Nicklaus, S., Kok, F. J., Merdji, M., Fisberg, M., Moreno, L. A., Goulet, O. & Hughes, S. O. (2019). Nurturing Children's Healthy Eating: Position statement. *Appetite*, 137(1), 124–133. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.02.007>
30. *Healthy diet*. (2020). World Health Organization. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
31. Hess, J. M., Stephensen, C. B., Kratz, M., & Bolling, B. W. (2021). Exploring the Links between Diet and Inflammation: Dairy Foods as Case Studies. *Advances in nutrition (Bethesda, Md.)*, 12(Suppl 1), 1S–13S. doi: [10.1093/advances/nmab108](https://doi.org/10.1093/advances/nmab108)
32. Higienos instituto Sveikatos informacijos centras. (2022). *Mirties priežastys Causes of death 2021*. Prieiga per internetą: [https://www.hi.lt/uploads/Institutas/leidiniai/Statistikos/Mirties_priezastys/Mirties_priezastys_2021\(3\).pdf](https://www.hi.lt/uploads/Institutas/leidiniai/Statistikos/Mirties_priezastys/Mirties_priezastys_2021(3).pdf)
33. *How healthy are children's eating habits? – WHO/Europe surveillance results*. (2021). World health organization. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/europe/news/item/03-03-2021-how-healthy-are-children-s-eating-habits-who-europe-surveillance-results>

34. *Joduotos druskos vartojimas gali kompensuoti jodo trūkumą.* (2016). Nacionalinis maisto ir veterinarijos rizikos vertinimo institutas. Prieiga per internetą: <https://nmvrvi.lt/joduotos-druskos-vartojimas-gali-kompensuoti-jodo-trukuma/>
35. Lagūnaitė, R. ir Zaborskis, A. (2011). Ar vaikų mitybos gerinimo programos yra veiksmingos: sisteminė straipsnių apžvalga. *Visuomenės sveikata*, 4(55), 18-30. Prieiga per internetą: [https://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sveikata/2011.4\(55\)/VS_2011_4\(55\)_Lagunaite.pdf](https://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sveikata/2011.4(55)/VS_2011_4(55)_Lagunaite.pdf)
36. Lauber, K., Hunt, D., Gilmore, A. B., & Rutter, H. (2021). Corporate political activity in the context of unhealthy food advertising restrictions across Transport for London: A qualitative case study. *PLoS medicine*, 18(9), e1003695. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003695>
37. Leščinskytė, M. (2017). *9-12 klasių mokinių sveikos mitybos įpročių ugdymas –(is) Trakų rajono mokyklose* (magistro baigiamasis darbas). Prieiga per internetą: <file:///C:/Users/HP/Downloads/22733623.pdf>
38. *Lietuvos Respublikos Maisto įstatymas.* 2000/Nr. VIII-1608. Žiūrėta 2023 m. birželio 27 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.98953?jfwid=>
39. *Lietuvos Respublikos maisto įstatymo Nr. VIII-1608 2 straipsnio pakeitimo ir įstatymo papildymo 61 straipsniu įstatymas.* 2014/ Nr. XII-885. TAR. Žiūrėta 2023 m. rugsėjo 10 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/daaa9dd2df4c11e3a0be833418c290fb>
40. *Maitinimo organizavimo pasikeitimai vaikų ugdymo įstaigose.* (2012). Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/maitinimo-organizavimo-pasikeitimai-vaiku-ugdymo-istaigose-1>
41. Micha, R., Karageorgou, D., Bakogianni, I., Trichia, E., Whitsel, L. P., Story, M., Peñalvo, J. L. & Mozaffarian, D. (2018). Effectiveness of school food environment policies on children's dietary behaviors: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 13(3), 1-27. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0194555>
42. Mickevičius, E., Miežlienė, A. ir Kabašinskienė, B. (2005). Joduotos valgomosios druskos įtaka maisto produktų juslinėms savybėms. *Maisto chemija ir technologija*, 39(1). 47- 53. Prieiga per internetą: <file:///C:/Users/HP/Downloads/6081704.pdf>
43. *Mokinių maitinimas mokyklose gerėja.* (2010). Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/mokiniu-maitinimas-mokyklose-gereja>
44. Mozaffarian, D., Angell, S. Y., Lang, T. & Rivera, J. A. (2018). Role of government policy in nutrition—barriers to and opportunities for healthier eating. *BMJ*, 1-11. doi: 10.1136/bmj.k2426
45. *Nacionalinis projektas „Sveikatiada“.* *Institucijų ir socialiai atsakingo verslo bendradarbiavimas kuriant geresnę ateitį.* (2022). Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Prieiga per internetą: https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Veiklos_sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas/SAM%20-%20svetainei.docx

46. Našlėnė, Ž., Petrauskaitė, I. ir Aušra Želvienė, A. (2020). *Lietuvos vaikų sveikatos būklės pokyčiai ir netolygumai*. Prieiga per internetą: https://www.hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Informaciniai/Vaikusveikatos-leidinys_2020.pdf
47. *Nemokamas maitinimas ir socialinė parama mokiniams 2021–2022 mokslo metais*. (2021). Vilniaus miesto savivaldybė. Prieiga per internetą: <https://vilnius.lt/lt/2021/07/17/naujove-nuo-rugsejo-1-osios-nemokami-pietus-maziausiems-mokinukams/>
48. *Obesity and overweight*. (2021). World Health Organization. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
49. *Overweight and obesity among children and adolescents*. (2022). OECD iLibrary. Prieiga per internetą: <https://www.oecd-ilibrary.org/sites/7402dbb2-en/index.html?itemId=/content/component/7402dbb2-en>
50. Pereira, A. R. & Oliveira, A. (2021). Dietary Interventions to Prevent Childhood Obesity: A Literature Review. *Nutrients*, 13(10), 1-17. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/nu13103447>
51. Petkevičienė, J., Kriaučionienė, V. Ir Petrauskienė, A. (2014). *Visuomenės sveikata ir mityba Metodinis leidinys / mokomoji knyga*. Prieiga per internetą: http://www.esparama.lt/documents/10157/490675/2014_Metodinis_leidinys_Visuomen%C4%97s_sveikata_ir_mityba.pdf/9a30aada-5db6-4675-87ec-abac3c0b38f2
52. Pilipavičienė, L. ir Vainauskas, S. (2018). Fizinį aktyvumą ir sveiką mitybą skatinančių konsultavimo intervencijų pritaikomumas Lietuvos įmonėse (įstaigose). *Visuomenės sveikata*, 1(80), 48-56. Prieiga per internetą: <https://www.lituanistika.lt/content/82359>
53. *Poor Nutrition*. (2022). National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. Prieiga per internetą: <https://www.cdc.gov/chronicdisease/resources/publications/factsheets/nutrition.htm>
54. Popkin, B. M., Barquera, S., Corvalan, C., Hofman, K. J., Monteiro, C., Ng, S. W., Swart, E. C. & Taillie, L. S. (2021). Towards unified and impactful policies to reduce ultra-processed food consumption and promote healthier eating. *The lancet. Diabetes & endocrinology*, 9(7), 462–470. doi: [10.1016/S2213-8587\(21\)00078-4](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(21)00078-4)
55. *Protecting children from the harmful impact of food marketing: policy brief*. (2022). World health organization. Prieiga per internetą: <https://epha.org/wp-content/uploads/2022/06/9789240051348-eng.pdf>
56. Pukėnas, K. (2009). *Kokybinių duomenų analizė SPSS programa*. Prieiga per internetą: <https://www.spssanalyze.lt/wp-content/uploads/2014/03/kokybiniu-duomenu-analize-SPSS-programa.pdf>

57. Scaglioni, S., De Cosmi, V., Ciappolino, V., Parazzini, F., Brambilla, P. & Agostoni, C. (2018). Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*, 10(6), 1-17. doi:10.3390/nu10060706
58. Skučienė, R. (2022). „*Ikimokyklinio amžiaus vaikų šeimų mitybos įpročių, vaikų sveikatos ir tėvų požiūrio į sveikos mitybos organizavimą ugdymo įstaigoje sąsajos*“ (magistro baigiamasis darbas). Prieiga per internetą: [https://ismu.lt/cris/bitstream/20.500.12512/112604/1/Rimos%20S.%20magistrinis%20galutinis%20\(2\).pdf](https://ismu.lt/cris/bitstream/20.500.12512/112604/1/Rimos%20S.%20magistrinis%20galutinis%20(2).pdf)
59. Socialinė iniciatyva „Sveikatiada“ skatina semtis žinių iš specialistų. (2014). Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/socialine-iniciatyva-sveikatiada-skatina-semtis-ziniu-is-specialistu>
60. Springmann, M., Spajic, L., Clark, M. A., Poore, J., Herforth, A., Webb, P., Rayner, M., & Scarborough, P. (2020). The healthiness and sustainability of national and global food based dietary guidelines: modelling study. *BMJ (Clinical research ed.)*, 370, m2322. doi: [10.1136/bmj.m2322](https://doi.org/10.1136/bmj.m2322)
61. Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras. (2020). *Apie mokyklinio amžiaus vaikų sveikatai palankių maisto produktų pasirinkimą Metodinė informacinė medžiaga*. Prieiga per internetą: http://www.smlpc.lt/media/image/Naujienoms/2017%20metai/Mityba%20ir%20fizinis%20aktyvumas/Mokiniu_maisto_PASIRINK_metod_me.pdf
62. Taillie, L. S., Busey, E., Stoltze, F. M., & Dillman Carpentier, F. R. (2019). Governmental policies to reduce unhealthy food marketing to children. *Nutrition reviews*, 77(11), 787–816. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuz021>
63. *Taking action on childhood obesity*. (2018). World Health Organization. Prieiga per internetą: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274792/WHO-NMH-PND-ECHO-18.1-eng.pdf>
64. Teo, C. H., Chin, Y. S., Lim, P. Y., Masrom, S. A. H. & Shariff, Z. M. (2019). School-based intervention that integrates nutrition education and supportive healthy school food environment among Malaysian primary school children: a study protocol. *BMC public health*, 19(1), 1-10. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7708-y>
65. *The top 10 causes of death*. (2020). World health organization. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>
66. *Unhealthy diet*. (2022). World health organization Regional Office for the Eastern Mediterranean. Prieiga per internetą: <https://www.emro.who.int/noncommunicable-diseases/causes/unhealthy-diets.html>
67. UNICEF. (2021). *Europos vaiko garantijų sistemos įgyvendinimo Lietuvoje giluminė analizė Literatūros apžvalga*. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org/eca/media/20121/file/Deep%20Dive%20Lithuania%20-%20Literature%20Review%20in%20Lithuanian.pdf>

68. UNICEF. (2021). *Giluminė politikos, programų, paslaugų, biudžeto ir mechanizmų, skirtų kovoti su vaikų skurdu ir socialine atskirtimi Lietuvoje analizė. Galutinė ataskaita*. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org/eca/media/20116/file/Deep%20dive%20Lithuania%20-%20Main%20Report%20in%20Lithuanian.pdf>
69. UNICEF. (2022). *Europos vaiko garantijos veiksnių plano Lietuvoje pagrindai*. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org/eca/media/19611/file/Deep%20Dive%20Lithuania%20Policy%20Brief%20LT.pdf>
70. United Nations Children's Fund. (2020). *Nutrition, for every child UNICEF Nutrition Strategy 2020–2030*. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org/media/92031/file/UNICEF%20Nutrition%20Strategy%202020-2030.pdf>
71. *Vaikų mityba*. (2022). Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas-2/vaiku>
72. *Vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programos 2010–2013 mokslo metų strategija*. 2010/Nr. 3D-89. Žiūrėta 2023 m. birželio 28 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.365471?jfwid=32wf8muu>
73. *Vaisių, daržovių, pieno ir jo produktų vartojimo skatinimo programa bus tęsiama: vaikai įvertino jos naudą*. (2023). Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministerija. Prieiga per internetą: https://zum.lrv.lt/lt/naujienos/vaisiu-darzoviu-pieno-ir-jo-produktu-vartojimo-skatinimo-programa-bus-tesinama-vaikai-ivertino-jos-nauda/?fbclid=IwAR2cADrdw9HvzH-rinEzme3WgwXCZsLFExBbI_uJ2QvXrfB9RW2r3988LRs
74. *Valstybinės maisto ir mitybos strategijos 2003–2010 m. plano įgyvendinimas*. (2008). Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministerija. Prieiga per internetą: <https://zum.lrv.lt/lt/naujienos/valstybines-maisto-ir-mitybos-strategijos-2003-2010-m-plano-igyvendinimas>
75. *WHO urges governments to promote healthy food in public facilities*. (2021). World health organization. Prieiga per internetą <https://www.who.int/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>
76. World Health Organization. (2021). *Implementing school food and nutrition policies A Review of contextual factors*. Prieiga per internetą: [file:///C:/Users/HP/Downloads/9789240035072-eng%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/9789240035072-eng%20(2).pdf)
77. World Health Organization. (2022). *Fiscal policies to promote healthy diets: policy brief*. Prieiga per internetą: [file:///C:/Users/HP/Downloads/9789240049543-eng%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/9789240049543-eng%20(1).pdf)
78. World Health Organization. (2022). *Nudges to promote healthy eating in schools: policy brief*. Prieiga per internetą: [file:///C:/Users/HP/Downloads/9789240051300-eng%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/9789240051300-eng%20(1).pdf)

79. Zabulienė, L., Miglinas, M., Mačionienė, E., Banys, V., Bratčikovienė, N., Petronytė, D., Linkevičiūtė, A., Urbonas, M., Makarskienė, I., Utkus, A., Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Klinikinės medicinos institutas, Vilniaus universiteto ligoninė Santaros klinikos, Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Biomedicinos institutas, Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas, „Vilnius Tech“ Fundamentinių mokslų fakultetas ir Sveikatos apsaugos ministerija. (2021). Vilniaus miesto 6–12 m. Vaikų jodo suvartojimo tyrimas. *Visuomenės sveikata*, 3(94).43-50. Prieiga per internetą: [https://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sveikata/2021.3\(94\)/VS%202021%203\(94\)%20ORIG%20Jodo%20suvartojimas.pdf](https://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sveikata/2021.3(94)/VS%202021%203(94)%20ORIG%20Jodo%20suvartojimas.pdf)
80. Zaltz, D. A., Hecht, A. A., Neff, R. A., Pate, R. R., Neelon, B., O'Neill, J. R. & Benjamin-Neelon, S. E. (2020). Healthy Eating Policy Improves Children's Diet Quality in Early Care and Education in South Carolina. *Nutrients*, 12(6), 1-14. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/nu12061753>

ANOTACIJA

Magistro baigiamajame darbe analizuojama vaikų sveikos mitybos politiką Vilniaus rajone. Aptariama vaiku sveikos mitybos ir vaikų sveikos mitybos politikos svarba, sąsajos su sveikata, sveikatos statistika, vystymo laikotarpiai ir vykdomi teisiniai reguliavimai ir problematika. Daugiausiai dėmesio skiriama sveikatos situacijai Lietuvoje, sveikos vaikų mitybos politikos užsienyje pavyzdžiams, taip pat Lietuvos sveikos vaikų mitybos politikos analizei ir jos teisinių reglamentavimų pokyčiams.

Magistro baigiamajame darbe nagrinėjami teisės aktai susiję su sveikos vaikų mitybos politiką. Siekiant išanalizuoti vaikų sveikos mitybos politiką Vilniaus rajone, atliktas kiekybinis tyrimas pasitelkiant anoniminę anketinę apklausą. Šiame tyrime nagrinėti sveikos vaikų mitybos formavimo ir įgyvendinimo aspektai. Tyrimo duomenis analizuoti pasitelkus „Microsoft Excel 2021“ ir „IBM SPSS statistics“ programomis. Naudojant šias programas, anketos duomenys buvo susisteminti ir apskaičiuoti. Gauti duomenys buvo apdoroti, o jų rezultatai išreikšti absoliučiais skaičiais ir procentais. Taip pat buvo sukurti paveikslai ir diagramos, kurios padėjo vizualiai pateikti gautus rezultatus.

Raktiniai žodžiai: Sveika vaikų mityba, sveikos vaikų mitybos politika, įgyvendinimas, formavimas, ugdymo įstaiga.

Zamarė, R. Sveikos vaikų mitybos politika Lietuvoje: Vilniaus rajono atvejis. Magistro baigiamasis darbas. Darbo vadovas: Doc. dr. Vytautas Dumbliauskas, Mykolo Romerio universitetas, Viešojo valdymo ir verslo fakultetas, Vadybos ir politikos mokslų institutas: Vilnius, 2024 – 104 p.

ANNOTATION

In the Master's thesis, the children's healthy nutrition policy in the Vilnius district is analyzed. The importance of children's healthy nutrition and its policy, its correlation with health, health statistics, developmental period, and ongoing legal regulations and issues are discussed. The main focus is on the health situation in Lithuania, examples of children's healthy nutrition policies abroad, as well as an analysis of Lithuania's children's healthy nutrition policy and its legal regulatory changes.

The Master's thesis examines the legislative acts related to children's healthy nutrition policy. To analyze the children's healthy nutrition policy in the Vilnius district, a quantitative study was conducted using an anonymous questionnaire survey. This research explores aspects of the formation and implementation of children's healthy nutrition. The research data were analyzed using "Microsoft Excel 2021" and "IBM SPSS Statistics" programs. Using these programs, the questionnaire data were organized and calculated. The obtained data were processed, and their results were expressed in absolute numbers and percentages. Additionally, charts and diagrams were created to visually present the results.

Keywords: Healthy children's nutrition, children's healthy nutrition policy, implementation, formation, educational institution.

Zamarė, R. Healthy Children's Nutrition Policy in Lithuania: The case of Vilnius district. Master's Thesis. Supervisor: Assoc. Prof. Vytautas Dumbliauskas, Mykolas Romeris University, Faculty of Public Management and Business, Institute of Management and Political Sciences: Vilnius, 2024 - 104 p.

SANTRAUKA

Higienos instituto duomenimis, 2021 m. pagrindinė mirties priežastis išlieka kraujo apytakos sistemos ligos. Nesveika mityba yra vienas iš svarbiausių rizikos veiksnių, kuris prisideda prie daugelio lėtinių ligų atsiradimo, įskaitant širdies ir kraujagyslių ligas bei kitas būkles, susijusias su nutukimu. Remiantis statistika, nutukimo atvejų visame pasaulyje daugėja. Žmonių požiūris į sveikatą pradeda formuotis jau nuo vaikystės, todėl svarbu nuo mažens pradėti diegti sveikos gyvensenos pokyčius. Norint pasiekti šį pokytį, reikalingi veiksmai, kurie koordinuotų beveik visus visuomenės sektorius. Šiuo atveju pabrėžiama, kad mitybos politika padeda užtikrinti sveiką mitybą.

Tyrimo problema. Kodėl vykdoma sveikos vaikų mitybos politika neduoda norimų rezultatų?

Darbo tikslas - Išanalizuoti vaikų sveikos mitybos politiką. Tyrimo tikslui pasiekti išsikelti **uždaviniai**: 1. Aptarti vaikų sveikos mitybos ir sveikos mitybos politikos sampratą. 2. Išanalizuoti sveikos vaikų mitybos ir sveikos vaikų mitybos politikos situaciją Lietuvoje. 3. Ištirti sveikos vaikų mitybos politikos formavimą ir įgyvendinimą Vilniaus rajone.

Tyrimo metodai. Taikyti metodinės ir mokslinės literatūros bei teisinių aktų analizės metodai. Taip pat buvo įgyvendintas kiekybinis sociologinis tyrimo metodas – anoniminė anketinė apklausa. Surinkti duomenys susisteminti ir analizuoti naudojant „Microsoft Excel 2021“ ir „IBM SPSS statistics“ programas. Tiriamoji imtis. N=203.

Rezultatai. Pastebėta, kad nėra pilnai užtikrintas sveiką mitybą skatinančių teisės aktų nustatytos tvarkos reikalavimų įgyvendinimas. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad didžioji dalis vaikų, gaunančių nemokamą maitinimą, yra 5-9 metų amžiaus grupėje, tačiau nemaža dalis šio amžiaus vaikų negauna tokio maitinimo. Be to, tarp tų, kurie gauna nemokamą maitinimą, tačiau nevartoja šių produktų, dažniausiai kaip priežastį nurodo prastą patiekalo skonį. Pastebėta, kad dauguma respondentų yra patenkinti nemokamo maitinimo reglamentavimu ir pritaria, jog pasirinkti politikos sprendimai yra veiksmingi, bei palaiko naujų ribojimų įvedimą. Analizuojant tyrimo duomenis pastebėta, kad daugiau nei pusė respondentų nėra aktyviai įsitraukę į vaikų maitinimą ugdymo įstaigose. Vertinant skatinamąsias programas, pastebėtas statistiškai reikšmingas ryšys, tarp sveiko maisto vartojimo dažnio namuose ir nemokamai suteiktų vaisių vartojimo, kuris parodė, kad vaikų polinkis vartoti nemokamai dalinamus vaisius priklauso nuo to, kiek dažnai sveikas maistas vartojamas namuose. Bei gautas statistiškai reikšmingas ryšys tarp tiriamųjų išsilavinimo ir žindymo laikotarpio. Taip pat nagrinėjant draudžiamų produktų tiekimą, pastebėta, kad dauguma ugdymo įstaigų netiekia nesveikų produktų, tačiau yra užfiksuota dalis, kuri teikia draudžiamus produktus. Be to, atskleistas nepakankamas švietimo užtikrinimas sveikos mitybos tema.

Išvados. Vaikų sveika mityba apima pakankamą maistinių medžiagų suvartojimą ir energijos poreikių patenkinimą. Svarbu rūpintis vaikų sveika mityba siekiant užtikrinti jų ilgalaikę sveikatą ir gerovę. Valdžios atstovų priimami sprendimai ir jų įgyvendinimas sudaro sveikos vaikų mitybos politiką, kuria siekiama užtikrinti vaikų sveiką mitybą. Statistika rodo, kad vaikų nutukimo ir antsvorio atvejų skaičius auga. Siekiant užtikrinti sveiką vaikų mitybą, buvo formuojami ir įgyvendinami įvairūs politikos sprendimai. Sveikos mitybos aplinkos kūrimui buvo priimti įvairūs įstatymai, programos, strategijos, tvarkos aprašai ir kiti teisės aktai. Tačiau remiantis statistiniais duomenimis, poreikis tęsti korekcijas ir intervencijas vis dar išlieka aktualus. Gauti rezultatai rodo, kad siekiant efektyviai kurti ir įgyvendinti sveikos vaikų mitybos politiką, būtina atlikti pakeitimus teisės aktuose, reglamentuojančiuose ugdymo įstaigų ir viešojo bei privataus sektorių veiklą.

Raktiniai žodžiai: Sveika vaikų mityba, sveikos vaikų mitybos politika, įgyvendinimas, formavimas, ugdymo įstaiga.

SUMMARY

Based on the data from the Institute of Hygiene, in 2021, diseases of the circulatory system remain the main cause of death. Unhealthy diet is one of the most important risk factors contributing to the emergence of many chronic diseases, including cardiovascular diseases and conditions related to obesity. According to statistics, the number of obesity cases worldwide is increasing. People's attitudes towards health begin to form from childhood, so it is important to start implementing healthy lifestyle changes from an early age. To achieve this change, actions are needed which would coordinate almost all public sector. In this case, it is emphasized that nutrition policy helps to ensure healthy eating.

Research problem. Why does the implementation of a healthy children's nutrition policy does not provide desired results?

The aim of the study is to analyze children's healthy nutrition policy. **Objectives:** 1. To discuss the concepts of children's healthy nutrition and healthy nutrition policy. 2. To analyze the situation of healthy children's nutrition and healthy children's nutrition policy in Lithuania. 3. To investigate the formation and implementation of healthy children's nutrition policy in the Vilnius district.

Research methods. The methods of analysis of methodological and scientific literature and legal acts were applied. Also, a quantitative sociological research method was implemented - an anonymous questionnaire survey. The collected data were systematized and analyzed using "Microsoft Excel 2021" and "IBM SPSS statistics" programs. Research sample: N = 203.

Results. It was noticed that the implementation of the requirements of the regulations promoting healthy nutrition is not fully ensured. The research data reveal that the majority of children receiving free meals are in the 5-9 age group, however, a significant part of children in this age group do not receive such meals. Furthermore, among those who receive free meals but do not consume them, the most commonly cited reason is poor taste of the dish. It was observed that the majority of respondents are satisfied with the regulation of free meals and agree that the policy decisions are effective and support the introduction of new restrictions. When analyzing the research data, it was noticed that more than half of the respondents are not actively involved in children's nutrition at educational institutions. Regarding the encouraging programs, a statistically significant relationship was observed between the frequency of healthy food consumption at home and the consumption of free distributed fruits, indicating that children's tendency to consume free distributed fruits depends on how often healthy food is consumed at home. A statistically significant relationship was found between the participants' education level and the period of breastfeeding. Additionally, in analyzing the supply of prohibited products, it was noticed that most educational institutions do not supply unhealthy products, however, there is a part that supplies prohibited products. Furthermore, insufficient education on healthy nutrition persists.

Conclusions. Healthy children's nutrition involves adequate consumption of nutrients and meeting energy needs. It is important to take care of children's healthy nutrition to ensure their long-term health and well-being. Decisions made by government officials and their implementation form the policy of healthy children's nutrition, aimed at ensuring healthy nutrition for children. Statistics show that the number of cases of children's obesity and overweight is increasing. To ensure healthy children's nutrition, various policy decisions have been formulated and implemented. Various laws, programs, strategies, regulations, and other legal acts have been adopted to create a healthy nutrition environment. However, based on statistical data, the need to continue corrections and interventions remains relevant. The obtained results indicate that to effectively develop and implement a policy of healthy children's nutrition, changes need to be made in the legislation regulating the activities of educational institutions and the public and private sectors.

Keywords: Healthy children's nutrition, children's healthy nutrition policy, implementation, formation, educational institution.

PRIEDAI

1 PRIEDAS

ANKETA

Vaikų sveikos mitybos politikos formavimo ir įgyvendinimo ištyrimas.

Gerbiamas (-a) respondente, kviečiame dalyvauti tyrime, kurį parengė Mykolo Romerio universiteto viešojo valdymo ir verslo fakulteto sveikatos politikos ir vadybos šešto kurso studentė Rita Zamarė. Šio tyrimo tikslas – ištirti sveikos vaikų mitybos politikos formavimo ir įgyvendinimo aspektus Vilniaus rajone.

Surinkti duomenys bus skirti magistro baigiamajam darbui atlikti.

Ši apklausa yra anoniminė, visi jūsų atsakymai liks konfidencialūs. Būčiau labai dėkinga, jei užpildytumėte šią anketą sąžiningai. Svarbi kiekvieno jūsų nuomonė. Perskaite klausimą, apibraukite/pažymėkite jums tinkamą atsakymą, o jei nė vienas iš pateiktų variantų netinka, įrašykite patys. Jei sutinkate dalyvauti tyrime prašome užpildyti šią anketą.

Labai ačiū už Jūsų atsakymus!

1. Kokią ugdymo įstaigą lanko Jūsų vaikas?
 - a) Valstybinę
 - b) Privačią
2. Ar esate įsitraukęs(usi) į Jūsų vaiko maitinimą ugdymo įstaigoje?
 - a) Taip
 - b) Ne
3. Ar Jūsų vaikas gauna nemokamą maitinimą? *(Jei atsakėte Ne, pereikite prie 7 klausimo)*
 - a) Taip
 - b) Ne
4. Ar Jus tenkina nemokamo maitinimo reglamentavimas? *(Jei atsakėte Ne, įrašykite savo komentarą dėl netenkinančių sąlygų).*
 - a) Taip
 - b) Ne

Komentaras:.....
5. Ar Jūsų vaikas valgo jam skirta nemokamą maistą? *(Jeigu atsakėte Taip pereikite prie 7 klausimo)*
 - a) Taip
 - b) Ne

6. Dėl kokių priežasčių Jūsų vaikas nevalgo nemokamo maisto? (*Galima pasirinkti daugiau nei vieną atsakymą*)
- Dėl patiekalo skonio
 - Dėl patiekalo estetinio vaizdo
 - Dėl nenorėjimo atskleisti savo socialinės padėties
 - Kita (*irašykite*).....
7. Kaip manote ar PVM lengvatos ekologiškiems maisto gaminiams suteikia ugdymo įstaigoms didesnę prieinamumą prie ekologiškų produktų?
- Taip
 - Ne
8. Ar pastebėjote, kad Jūsų vaikas vartotų daugiau ekologiškų produktų?
- Taip
 - Ne
9. Kaip dažnai jūsų namuose vartojamas sveikas maistas?
- Nevartojamas
 - 1–2 kartus per savaitę
 - 3–4 kartus per savaitę
 - 5–6 kartus per savaitę
 - 7 kartus per savaitę
10. Ar Jūsų vaikas gauna ugdymo įstaigoje nemokamai pieno produktus pagal “Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa”? (*Jeigu atsakėte Ne pereikite prie 14 klausimo*)
- Taip
 - Ne
11. Ar Jūsų vaikas vartoja jam nemokamai suteikiamus pieno produktus? (*Jeigu atsakėte Taip pereikite prie 13 klausimo*)
- Taip
 - Ne
12. Dėl kokių priežasčių Jūsų vaikas nevartoja nemokamai dalinamu pieno produktų? (*Galima pasirinkti daugiau nei vieną atsakymą*)
- Dėl skonio
 - Dėl estetiškos išvaizdos
 - Dėl vaikui nepriimtino pieno produktų asortimento
 - Kita (*irašykite*).....
13. Kaip dažnai Jūsų vaikas gauna nemokamus pieno produktus ugdymo įstaigoje?

- a) 3 kartus per savaitę
 - b) 2 kartus per savaitę
 - c) 1 kartą per savaitę
 - d) 2 kartus per mėnesį
 - e) 1 kartą per mėnesį
14. Ar Jūsų vaikas gauna ugdymo įstaigoje nemokamai vaisius ir daržoves pagal “Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa”? *(Jeigu atsakėte Ne pereikite prie 22 klausimo)*
- a) Taip
 - b) Ne
15. Ar Jūsų vaikas vartoja jam nemokamai suteikiamus vaisius? *(Jeigu atsakėte Taip pereikite prie 17 klausimo)*
- a) Taip
 - b) Ne
16. Dėl kokių priežasčių Jūsų vaikas nevartoja nemokamai dalinamu vaisių? *(Galima pasirinkti daugiau nei vieną atsakymą)*
- a) Dėl skonio
 - b) Dėl estetiškos išvaizdos
 - c) Dėl vaikui nepriimtino vaisių asortimento
 - d) Kita (įrašykite).....
17. Ar Jūsų vaikas vartoja jam nemokamai suteikiamas daržoves? *(Jeigu atsakėte Taip pereikite prie 19 klausimo)*
- c) Taip
 - e) Ne
18. Dėl kokių priežasčių Jūsų vaikas nevartoja nemokamai dalinamu daržovių? *(Galima pasirinkti daugiau nei vieną atsakymą)*
- a) Dėl skonio
 - b) Dėl estetiškos išvaizdos
 - c) Dėl vaikui nepriimtino daržovių asortimento
 - d) Kita (įrašykite).....
19. Kaip dažnai Jūsų vaikas gauna nemokamus vaisius ugdymo įstaigoje?
- a) 3 kartus per savaitę
 - b) 2 kartus per savaitę
 - c) 1 kartą per savaitę
 - d) 2 kartus per mėnesį

- e) 1 kartą per mėnesį
20. Kaip dažnai Jūsų vaikas gauna nemokamų morkų ugdymo įstaigoje?
- a) 3 kartus per mėnesį
b) 2 kartus per mėnesį
c) 1 kartą per mėnesį
d) 1 kartą per kelis mėnesius
21. Kaip dažnai Jūsų vaikas gauna vaisių sulčių ar vaisių kokteilių?
- a) Negauna
b) 1 kartą per metus
c) 1 kartą per kelis mėnesius
d) 1 kartą per mėnesį
22. Ar Jūsų vaiko ugdymo įstaigoje yra pakabinti plakatai, kurie informuoja apie vykdoma “Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa”?
- a) Taip
b) Ne
23. Ar Jūsų vaiko ugdymo įstaigoje organizuojamos sveikos mitybos svarbos švietimo užsiėmimai?
- a) Taip
b) Ne
24. Pažymėkite Jūsų nuomone atitinkantį laukelį.

Teiginiai	Visiškai nesutinku	Nesutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Sutinku	Visiškai sutinku
Ar Jūsų manymu Jūsų vaiko ugdymo įstaigoje per pietus, teikiamas maistas, atitinka sveikos mitybos rekomendacijas?					
Kaip manote ar įgyvendinamos visos būtinausios priemonės, kad ugdymo įstaigos užtikrintų vaikų sveiką mitybą?					

25. Kokius produktus tiekia Jūsų vaiko ugdymo įstaiga? (*Galima pasirinkti daugiau nei vieną atsakymą*)
- a) Rūkytus gaminius
b) Saldainius

- c) Kramtomą gumą
- d) Gazuotus gėrimus
- e) Energingius gėrimus
- f) Kava ir jos produktų turinčius gaminius
- g) Riebius produktus ir patiekalus
- h) Daug druskos turinčius gaminius
- i) Neteikia nei vieno
- j) Kita (*irašykite*).....

26. Ar maistas kuri Jūsų vaikas vartoja ugdymo įstaigoje jūsų nuomonę atitinka saugumo reikalavimus?

- a) Taip
- b) Ne

27. Ar manote, kad Jūsų vaiko ugdymo įstaiga užtikrina maisto, atitinkančio energijos poreikius, teikimą? (*Subalansuotus angliavandeniu, baltymų, riebalų bei skaidulų kiekius*)

- a) Taip
- b) Ne

28. Ar Jūsų nuomonę maistas, kuris tiekiamas ugdymo įstaigoje Jūsų vaikui yra kokybiškas? (*Jeigu pasirinkote atsakymą Ne pakomentuokite, kokios savybės nesuteikia maistui geros kokybės vardo*)

- a) Taip
- b) Ne

Komentaras:.....

29. Ar Jūsų vaiko ugdymo įstaigoje organizuojamos išvykos susijusios su sveikos mitybos tematiką?

- a) Taip
- b) Ne
- c) Nežinau

30. Ar esate girdėję apie projektą „Sveikatiada“? (*Jei atsakėte Ne, pereikite prie 32 klausimo*)

- a) Taip
- b) Ne

31. Ar jūsų vaikas ugdymo įstaigoje dalyvauja „Sveikatiados“ projekto veiklose?

- a) Taip
- b) Ne

32. Ar teko pastebėti energinių gėrimų reklamas vietose kuriose lankosi jaunesni nei 18 metų asmenys (*Pvz.: švietimo įstaigose, koncertuose, sporto, labdaros, paramos bei kituose renginiuose ir t.t.*)

- a) Taip
- b) Ne

33. Kaip manote ar siekiant suvaldyti energetinių gėrimų vartojimą tarp asmenų iki 18 metų, veiksmingai pasirinktas energetinių gėrimų bei šių gėrimų reklamos draudimai nepilnamečių lankytinose vietose?
- a) Taip
 - b) Ne
34. Ar Jūsų vaikas turi galimybę įsigyti energetinius gėrimus?
- a) Taip
 - b) Ne
35. Ar Jūsų šeimai teikiama parama maistu pagal EPLSAF programą? (Europos pagalbos labiausiai skurstantiems asmenims fondo (EPLSAF) veiksmų programa, kurios pagalba norima sumažinti vaikų prastos mitybos riziką. Šeimas aprūpina būtiniausia pagalba - maistu ir derina materialinę paramą.) *(Jei atsakėte Ne, pereikite prie 37 klausimo)*
- a) Taip
 - b) Ne
36. Ar maistas teikiamas pagal EPLSAF programą atitinka jūsų vaiko maitinimosi poreikius?
- a) Taip
 - b) Ne
37. Ar žinote, kad Sveikatos apsaugos ministerijos interneto svetainėje yra paskelbtos ligoninės atitinkančios naujagimiams palankios ligoninės reikalavimus?
- a) Taip
 - b) Ne
38. Kokia Jūsų lytis? *(Jei atsakėte Vyras, pereikite prie 43 klausimo)*
- a) Vyras
 - b) Moteris
39. Ar žindėte/žindote savo kūdikį/vaiką? *(Jei atsakėte Ne, pereikite prie 42 klausimo)*
- a) Taip
 - b) Ne
40. Ar teko dalyvauti Jūsų sveikatos įstaigos rengiamuose žindymo konsultacijose?
- a) Taip
 - b) Ne
41. Kiek laiko žindėte arba planuojate žindyti savo kūdikį/vaiką?
- a) Iki mėnesio
 - b) 2-3 mėnesius
 - c) 4-5 mėnesius
 - d) 6-7 mėnesius

- e) 8-12 mėnesių
 - f) Iki 1,5 metų
 - g) Iki 2,5 metų ir daugiau
42. Ar žinote, kad žindymas krūtimi yra svarbus būdas užtikrinti jūsų vaiko sveikos mitybos poreikių patenkinimą?
- a. Taip
 - b. Ne
43. Ar Jūsų namuose vartojamas vanduo tirtas dėl nitritų ir nitratų kiekio siekiant išvengti naujagimių apsinuodijimo rizikos?
- a) Taip
 - b) Ne
 - c) Nežinau
44. Ar Jūsų vaikas turi galimybę ugdymo įstaigoje išgyti vaisvandenių, saldumynų, traškučių ar gazuotų gėrimų?
- a) Taip
 - b) Ne
45. Ar Jūsų vaiko ugdymo įstaigoje yra prekybiniai automatai?
- a) Taip
 - b) Ne
46. Ar Jūsų vaikui ugdymo įstaigose sudaryta galimybė gauti karštą maistą?
- a) Taip
 - b) Ne
47. Kaip dažnai Jūsų vaiko ugdymo įstaigoje per pietus tiekiamos šviežios daržovės patiekaluose?
- a) Neteikiamos
 - b) 1-2 kartą per savaitę
 - c) 3-4 kartus per savaitę
 - d) 5 kartus per savaitę
48. Ar Jūsų vaikui ugdymo įstaigoje sudarytos sąlygos vartoti geriamąjį vandenį?
- a) Taip
 - b) Ne
49. Ar Jūsų vaikui sudaroma galimybė gauti sriubą pietų metu?
- a) Taip
 - b) Ne
50. Pažymėkite Jūsų nuomone atitinkantį laukelį.

Teiginiai	Visiškai nepritariu	Nepritariu	Nei pritariu, nei nepritariu	Pritariu	Visiškai pritariu
Ar pritartumėte idėjai įsteigti maisto zonas, kurios reguliuotų maisto prieigą, leisdamos įsigyti tik sveikus produktus 200 metrų spinduliu nuo ugdymo įstaigų, siekiant sumažinti nesveiko maisto prieigą?					
Ar pritartumėte idėjai apriboti nesveiko maisto reklamas socialiniuose tinkluose, įskaitant „influencerių“ veiklą?					
Ar pritartumėte idėjai įvesti mokestį ar rinkliavą už cukrumi saldintus gėrimus kaip priemonę, skirtą sumažinti cukraus vartojimą?					

51. Ar stebite jodo vartojimą Jūsų vaiko maisto racione?

- a) Taip
- b) Ne

52. Ar Jūsų vaikas turi jodo trūkumą?

- a) Taip
- b) Ne
- c) Nežinau

53. Koks Jūsų amžius? (*įrašykite*)

.....

54. Koks Jūsų vaiko amžius? (*įrašykite*)

.....

55. Kokia Jūsų vaiko lytis?

- a) Berniukas
- b) Mergaitė

56. Koks Jūsų išsilavinimas?

- a) Vidurinis
- b) Profesinis
- c) Aukštesnysis
- d) Aukštasis koleginiis
- e) Aukštasis univesritetinis

KOMENTARAS:

.....

.....

.....

Rita Zamarė SPVvmis22-2