

Az Európai Gazdasági és Szociális Bizottság véleménye – Intézkedések a gyermekkori elhízás csökkentése érdekében

(feltárási vélemény a spanyol elnökség felkérésére)

(2023/C 349/17)

Előadó: **Josep PUXEU ROCAMORA**

Társelőadó: **Isabel CAÑO AGUILAR**

Felkérés:	a Tanács spanyol elnökségének levele: 2022.12.8.
Jogalap:	az Európai Unió működéséről szóló szerződés 304. cikke
Illetékes szekció:	„Mezőgazdaság, vidékfejlesztés és környezetvédelem” szekció
Elfogadás a szekcióülésen:	2023.6.1.
Elfogadás a plenáris ülésen:	2023.7.13.
Plenáris ülészak száma:	580.
A szavazás eredménye:	
(mellette/ellene/tartózkodott)	197/0/0

1. Következtetések és ajánlások

1.1. Az egészség alapvető jog. Emellett a gyermekek esetében az ENSZ gyermekjogi egyezménye rögzíti a boldogságban és egészségben való felnövekedéshez, valamint az ahhoz való jogot, hogy a gyermek teljes mértékben kibontakoztathassa a benne rejlő lehetőségeket.

1.2. Jelenleg a gyermekkori túlsúly és elhízás még mindig az egyik legnagyobb közegészségügyi kihívás az uniós országokban. A jelenség számos – környezeti, társadalmi és gazdasági – tényezőre vezethető vissza. A gyermekkori elhízás testi és mentális egészségi és szociális problémákhoz kapcsolódik gyermekkorban és felnőttkorban egyaránt.

1.3. Az EGSZB rámutat arra, hogy csökkenteni kell a gyermekeket érintő társadalmi-gazdasági egyenlőtlenségeket, mivel azok közvetlenül összefüggnek a gyermekkori túlsúllyal. Egyes esetekben az alacsonyabb jövedelmű háztartásokban kétszer akkora az elhízásban szenvedő gyermekek és serdülők aránya.

1.4. Az EGSZB megjegyzi, hogy a különböző tagállamokban eltérő kritériumok léteznek arra vonatkozóan, hogy miként lehet kezelni a gyermekkori elhízást (különböző szempontok, például a kommunikáció, a tápértékjelölés, a testmozgás és a fenntartható étrend előmozdítása vagy újabb szempontok – például az egészséges képernyőhasználat vagy a mentális/érzelmi egészség előmozdítása – figyelembevételével), és arra kéri az Európai Bizottságot és az Európai Parlamentet, hogy játsszanak proaktívabb szerepet ezen a területen, és mozdítsák elő a nagyobb mértékű szabványosítást és egy hatékonyabb keret kialakítását.

1.5. Az EGSZB aggodalommal állapítja meg, hogy az élelmiszerek és az alkoholmentes italok gyermekeket célzó vásárlásösztönzésére és reklámjára vonatkozó legtöbb nemzeti korlátozás túl gyenge, és a meglévő önkéntes megközelítések nem elegendők a gyermekek és serdülők védelméhez. Az EGSZB úgy véli, hogy a WHO tápanyagprofil-modellje alapul szolgálhat a magas cukor-, zsír- vagy só-tartalmú termékek reklámozásának korlátozásához, és fontosnak tartja, hogy tanuljunk az olyan országok bevált intézkedéseiből és gyakorlataiból, amelyekben a különböző szakpolitikák – többek között a szabályozások – hatékonyan bizonyultak ahhoz, hogy a gyermekek kevésbé legyenek kitéve magas só-, cukor-, zsír-, telítettsírsav- vagy transzsírsav-tartalmú élelmiszerekre és italokra vonatkozó audiovizuális kereskedelmi hirdetéseknek. Ennek kapcsán tiszteletben kell tartani a gyermekek műsoridejét, és biztosítani kell, hogy minden reklám megfeleljen a reklám pontossága elvének. Emlékeztet arra, hogy a WHO mellett foglal állást, hogy a gyermekeket célzó élelmiszerreklámok valamennyi releváns formáját korlátozzák.

1.6. Az EGSZB kéri továbbá, hogy újítsák meg a gyermekkori elhízással kapcsolatos, a 2014–2020-as időszakra szóló uniós cselekvési tervet, figyelembe véve az ebben a véleményben megfogalmazott javaslatokat.

1.7. E célkitűzések elérése érdekében az EGSZB szerint az egyik alapvető fontosságú intézkedés az, hogy az intézmények fokozzák az egészséges és fenntartható étrend lényeges részének tekintett élelmiszerek (friss, szezonális és helyben termelt gyümölcsök és zöldségek, hüvelyesek, teljes kiőrlésű gabonafélék, valamint állati fehérjék, például halak) fogyasztását. Ehhez hangsúlyozni lehetne például az uniós mezőgazdasági termékek promóciós politikáit, az egészséges és fenntartható étrendet népszerűsítő közbeszerzési pályázatokat lehetne kidolgozni, vagy az ilyen élelmiszerek vásárlását és fogyasztását támogató eszközként adóügyi ösztönzőket (például héa-visszatérítéseket) lehetne alkalmazni. Ezenkívül az infláció és az emelkedő árak közepette mindkét intézkedés sokkal több családot – különösen a leghátrányosabb helyzetűeket – segíthetne abban, hogy könnyebben megengedhessék maguknak a tápláló és jó minőségű táplálkozást. Az EGSZB ösztönzi továbbá az európai piacon forgalmazott élelmiszerek és italok összetételének átalakítására és javítására irányuló folyamat folytatását.

1.8. Az EGSZB kéri, hogy a családok számára biztosítsanak egyszerű eszközöket, amelyek révén hozzájuthatnak a gyermekkori elhízás többtényezős eredetének és a gyermek- és felnőttkorban jelentkező következményeinek megértéséhez szükséges ismeretekhez. Az EGSZB alapvetően fontosnak tartja, hogy a társadalom egésze hatást gyakoroljon a kapcsolati, információs és kommunikációs technológiák (KIKT) egészséges használatára, valamint kövesse az ezzel kapcsolatban már elfogadott ajánlásokat. A túlzott képernyőhasználat mozgásszegény életmódhoz, valamint a magas cukor-, zsír- és sótartalmú élelmiszerek és italok reklámozásának való kitétség növekedéséhez vezet, valamint veszélyt jelent a gyermekek és serdülők mentális egészségére.

1.9. Az EGSZB kéri, hogy az oktatási környezet legyen a testmozgás, az egészséges étrend és a mentális/érzelmi egészség biztosításának egyik fő terepe. Az oktatási intézmények ideális teret biztosítsanak az egészséges életmód népszerűsítéséhez és a gyermekkori elhízás pozitív módon történő kezeléséhez, méghozzá társadalmi megbélyegzés vagy bizonyos testi sztereotípiák alapján történő diszkrimináció nélkül. Úgy véli, hogy ehhez az egyik intézkedés a jelenlegi tantervek átalakítása úgy, hogy növelik a testmozgásra szánt időt, illetve befektetnek a táplálkozással és gasztronómiával kapcsolatos nevelésbe. Az iskolai étkezdék nagyon fontos szerepet töltenek be a gyermekek és serdülők egészséges táplálkozási szokásainak előmozdításában, ezért rendkívül fontos, hogy ezek az oktatás minden szakaszában elérhetőek legyenek, és hogy a kínált étrend egészséges, kiegyensúlyozott és minőségi legyen. Az EGSZB rámutat továbbá arra, hogy fokozni lehetne az Európai Unió iskolagyümölcs-, iskolazöldség- és iskolatejprogramjának végrehajtását, és étkezési támogatást lehetne nyújtani hátrányos helyzetben élő gyermekek számára.

1.10. Az EGSZB arra kéri a tagállamokat, hogy úgy bővítsék és fejlesszék a közterületeket és az infrastruktúrát – különösen az iskolák környékén vagy az oktatási intézményekhez vezető utak mentén –, hogy az ösztönözze és megkönnyítse az aktív mobilitást. Úgy véli továbbá, hogy a gyermekek és a serdülők számára hozzáférhető, biztonságos és barátságos, sportolásra alkalmas területeket, játszótereket és zöld területeket kell kialakítani.

1.11. Az EGSZB azt javasolja, hogy a digitális környezetet az egészséges életmód, kapcsolatok és magatartásformák előmozdításának eszközeként használják. E tekintetben az EGSZB ismételtelen olyan vizuális reklámkampányokat szorgalmaz, amelyek a gyermekekhez szólnak, az egészségesebb élelmiszereket és étrendeket támogató, illetve az aktív életet és az egészséges képernyőhasználatot népszerűsítő, pozitív társadalmi reklámkampányokból merítenek.

1.12. Az EGSZB emlékeztet az uniós iskolai étkeztetési rendszer értékelésével⁽¹⁾ kapcsolatos ajánlásaira, az egészséges és fenntartható étrendekről és „a termelőtől a fogyasztóig” stratégiáról szóló véleményeire, és arra kéri az Európai Bizottságot, hogy a fenntartható élelmiszerrendszerekről szóló következő keretbe építsen be intézkedéseket a gyermekkori elhízás elleni küzdelemre vonatkozóan, például a címkézéssel és a közbeszerzéssel kapcsolatban.

1.13. Az EGSZB-nek az is meggyőződése, hogy – amint arra más véleményeiben is rámutatott – az olyan demokratikus innovációk, mint az élelmezéspolitikai tanácsok és a részvételen alapuló megközelítések előmozdítása hozzájárulnak az élelmezés politika minőségének és legitimitásának javításához. Európai szinten ösztönzi egy olyan eszköz létrehozását, mint az európai élelmezéspolitikai tanács.

1.14. Összességében az EGSZB támogatja az elhízás globális módon történő kezelését, figyelembe véve az életmód egészséges átalakítását, de annak valamennyi társadalmi feltételét is, és olyan állami stratégiák előmozdítását javasolja, amelyek megkülönböztetés nélkül garantálják az egészséges táplálkozáshoz, a testmozgáshoz és a sporthoz, a jó pihenéshez és a pszichés és érzelmi jólléthez való egyetemes hozzáférést.

⁽¹⁾ Az EGSZB értékelő jelentése: *Az uniós iskolaprogram értékelése.*

2. Az egészség az összes szakpolitika középpontjában

2.1. Az egészség alapvető jog ⁽²⁾, továbbá előfeltétele társadalmunk és gazdaságunk működésének. Emellett a gyermekek esetében az ENSZ gyermekjogi egyezménye ⁽³⁾ elismeri a gyermekek jogát ahhoz, hogy boldogságban és egészségben nőjenek fel, valamint hogy teljes mértékben kibontakoztathassák a bennük rejlő lehetőségeket. Az EGSZB támogatja az Európai Bizottság által előmozdított „Egy az egészség” („One health”) koncepciót mint olyan integrált megközelítést, amely fenntartható módon törekszik az emberi egészség egyensúlyára és optimalizálására.

2.2. A gyermekkori elhízás kezelése létfontosságú a fenntartható fejlődési célok, különösen a 3. fenntartható fejlődési cél – biztosítani az egészséges életet és előmozdítani mindenki jóllétét minden korosztályban – eléréséhez, valamint valamennyi európai polgár egészségi állapotának jövőbeni javításához. A tudomány azt mutatja, hogy az elhízás megelőzése az élet kritikus szakaszaiban – például a korai életévekben és a serdülőkorban – jár valószínűleg a legnagyobb egészségügyi előnyökkel, csökkenti a kapcsolódó költségeket, és egyben a legnagyobb lehetőség az elhízás és az étrendi egységtlenségek generációk közötti örögi körének megszakítására.

2.3. Az EGSZB ezzel összhangban üdvözli, hogy az EU jövőbeli spanyol elnöksége feltáró vélemény készítésére kéri a gyermekkori elhízás csökkentésére irányuló lehetséges intézkedésekről. Ez abból a tendenciából következik, hogy az uniós intézmények és az uniós országok kormányai olyan stratégiákat dolgoznak és alakítanak ki, amelyek célja a gyermekkori elhízás és túlsúly visszaszorítása és megelőzése:

- i. Az EU gyermekjogi stratégiája ⁽⁴⁾ elismeri, hogy az egészséges táplálkozás és a testmozgás kulcsfontosságú a gyermekek teljes fizikai és mentális fejlődéséhez.
- ii. Az európai gyermekgarancia kezdeményezés szerint, amelynek célja, hogy a gyermekek és serdülők jogait az uniós szakpolitikai döntéshozatal középpontjába helyezzék, a gyermekkori elhízás az egyik olyan szempont, amelyet a nemzeti terveknek tartalmazniuk kell.
- iii. Ez a vélemény a táplálkozással, túlsúllyal és elhízással kapcsolatos egészségügyi kérdésekre vonatkozó európai stratégia (2007), az elhízásról szóló 2017. évi fehér könyv és a gyermekkori elhízással kapcsolatos, a 2014–2020-as időszakra szóló uniós cselekvési terv ⁽⁵⁾ folytatása, amelyek célja – e jelentéshez hasonlóan – a gyermekek és a serdülők (0–18 év) túlsúlyosságának és elhízásának megállítására volt. Az EGSZB e tekintetben kéri, hogy újítsák meg a gyermekkori elhízással kapcsolatos, a 2014–2020-as időszakra szóló uniós cselekvési tervet.

3. Gyermekkori elhízás Európában: a jelenlegi helyzet

3.1. Az Egészségügyi Világszervezet szerint ⁽⁶⁾ az elhízás összetett, nem fertőző, többtényezős betegség, amelyet a túlzott adipozitás határoz meg, és amely károsíthatja az egészséget. Az elhízás más nem fertőző betegségek – például a szív- és érrendszeri, az anyagcsere-, a csont- és ízületi betegségek vagy a rák ⁽⁷⁾ –, a mentális egészségi zavarok és a csökkent életminőség kialakulásában is kockázati tényező, ami csökkenti a várható élettartamot és növeli a korai elhalálozás kockázatát. Ezek a következmények végső soron jelentősen növelik az egyes országok egészségügyi kiadásait, valamint más egyéni, szociális és gazdasági kiadásokat is.

⁽²⁾ Az egészséghez való jog először a WHO Alkotmányában (1946) fogalmazódott meg, amely kimondja, hogy az elérhető legjobb egészségi állapot élvezete minden emberi lény alapvető jogainak egyikét alkotja. Az alkotmány preambuluma úgy határozza meg az egészséget, hogy az a teljes testi, szellemi és szociális jólét állapota, és nem csak a betegség vagy fogyatékoság hiánya. Az 1948. évi Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata az egészséget a megfelelő életszínvonalhoz való jog részeként említi (25. cikk). 1966-ban a Gazdasági, Szociális és Kulturális Jogok Nemzetközi Egyezségokmányának 12. cikkében az egészséget ismét emberi jogként ismerték el.

⁽³⁾ ENSZ-egyezmény a gyermekek jogairól, 1989.

⁽⁴⁾ Európai Bizottság. 2021. Az EU gyermekjogi stratégiája. COM(2021) 142 final: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=CELEX:52021DC0142>.

⁽⁵⁾ https://health.ec.europa.eu/system/files/2016-11/childhoodobesity_actionplan_2014_2020_en_0.pdf.

⁽⁶⁾ Ajánlástervezetek az elhízás egész életen át tartó megelőzésére és kezelésére vonatkozóan, beleértve a lehetséges célokat is. A WHO vitaanyaga. 2021. Elérhető a következő címen: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/obesity/who-discussion-paper-on-obesity-final190821.pdf?sfvrsn=4cd6710a_1&download=true.

⁽⁷⁾ Weihrauch-Blüher S, Wiegand S. Risk Factors and Implications of Childhood Obesity [A gyermekkori elhízás kockázati tényezői és következményei]. *Curr Obes Rep*. 2018. dec.; 7(4): 254–259.

3.2. Manapság a gyermekkori túlsúly és elhízás továbbra is az egyik legnagyobb közegészségügyi kihívás az uniós országokban. A WHO COSI-felmérés ötödik fordulójában (amelyet 2018 és 2020 között végeztek)⁽⁸⁾ a 33 részt vevő országban a 7–9 éves gyermekek 29 %-ánál volt súlytöbblet⁽⁹⁾, 12 %-a pedig elhízott volt. Nemek szerint a fiúk aránya valamivel magasabb volt mint a lányoké (31 % 28 %-kal szemben a túlsúlyosság és 14 % 10 %-kal szemben az elhízás esetén).

3.3. Az EGSZB megjegyzi, hogy a Covid19-világjárvány valószínűleg súlyosította a gyermekkori elhízás problémáját. Egyre több jel utal arra, hogy a Covid19-világjárvány valószínűleg rontotta a gyermekkori elhízásra vonatkozó számadatokat, különösen a legkiszolgáltatottabb helyzetekben élők körében⁽¹⁰⁾.

3.4. Az EGSZB megjegyzi, hogy a különböző tagállamokban eltérő kritériumok léteznek arra vonatkozóan, hogy miként lehet kezelni a gyermekkori elhízást (különböző szempontok, például a kommunikáció, a tápértékjelölés, a testmozgás és a fenntartható étrend előmozdítása vagy újabb szempontok – például az egészséges képernyőhasználat vagy a mentális/érzelmi egészség előmozdítása – figyelembevételével), és arra kéri az Európai Bizottságot és az Európai Parlamentet, hogy játsszanak proaktívabb szerepet ezen a területen, és mozdítsák elő a nagyobb mértékű szabványosítást és egy hatékonyabb keret kialakítását.

4. A gyermekkori elhízást meghatározó tényezők

Az elhízás eredete nem egyetlen okra vezethető vissza, hanem különböző tényezők közötti összetett kölcsönhatás eredménye⁽¹¹⁾. Megjelenését egyéni (biológiai/genetikai, fiziológiai és életmódbeli), környezeti (azon különböző környezetek hatása, amelyekben az egyén fejlődik: család, iskola, közösség), valamint pszichoszociális (iskolázottsági szint vagy társadalmi réteg) és gazdasági (családok jövedelmi szintje) tényezők befolyásolják⁽¹²⁾.

4.1. A pszichoszociális tényezők és az anyagi erőforrások társadalmi mintákat követnek, az alacsony jövedelmű családokat kiszolgáltatottabbá tehetik a káros környezeti kitettséggel szemben az élet minden szakaszában, és egész életük során halmozott hatást fejtenek ki.

4.2. Elegendő bizonyíték és kutatási eredmény áll rendelkezésre arra vonatkozóan, hogy az egészségtelen táplálkozási és testsúly tényezőknek való kitettség a fogamzás előtt és a terhesség alatt fontos szerepet játszik a test összetételének kialakulásában az élet első éveiben és az elhízásra való fogékonyságban.

4.3. Emellett a gyermekkorban tapasztalható **társadalmi-gazdasági egyenlőtlenségek**, amelyeket tovább súlyosbított a világjárvány, a növekvő infláció és a gazdasági válság, közvetlenül összefüggenek a gyermekpopulációban a súlytöbblettel, egyes esetekben az elhízott gyermekek aránya kétszer olyan magas az alacsony jövedelmű háztartásokban, mivel ezek életmódja eltér a magasabb jövedelmű háztartásokétól.

4.4. **A testmozgás** az egész életen át tartó egészség egy pillére. A testmozgás fontos szerepet játszik a gyermekkori elhízás és az anyagcserével kapcsolatos korai kockázati tényezők megelőzésében és kezelésében⁽¹³⁾, továbbá elengedhetetlen eleme az alapvető kognitív, motoros és szociális készségek kifejlődésének. Ennek ellenére a 11–17 éves gyermekek 81 %-a nem végez elég testmozgást⁽¹⁴⁾. A világjárvány előtt a WHO európai régiójában csak minden hetedik 15 éves serdülő (14 %) számolt be arról, hogy naponta legalább egy órányi mérsékelt vagy élénk testmozgást végez⁽¹⁵⁾. Hasonlóképpen a 15 éves fiúk csupán 25 %-a és az ilyen korú lányok 15 %-a érte el a testmozgás ajánlott szintjét 2014-ben⁽¹⁶⁾.

⁽⁸⁾ Report on the fifth round of data collection [Jelentés az adatgyűjtés ötödik fordulójáról], 2018–2020: A gyermekkori kóros elhízás megfigyelésére irányuló WHO-kezdemenyezés (COSI). Koppenhága: a WHO Európai Regionális Irodája; 2022.

⁽⁹⁾ Súlytöbblet = túlsúly + elhízás.

⁽¹⁰⁾ A WHO 2022. évi európai regionális jelentése az elhízásról és <https://www.who.int/europe/news/item/11-05-2021-high-rates-of-childhood-obesity-alarming-given-anticipated-impact-of-covid-19-pandemic>.

⁽¹¹⁾ Egészségügyi Világszervezet (2012): *Population-Based Approaches to Childhood Obesity Prevention* [A gyermekkori elhízás megelőzésének népességalapú megközelítései]. Geneva: WHO

⁽¹²⁾ Kansra AR, Lakkunarajah S, Jay MS. Childhood and Adolescent Obesity: A Review [Gyermek- és serdülőkori elhízás: Recenzió]. *Front Pediatr.* 2021; 8:581461.

⁽¹³⁾ Whiting S. és mtsai. Physical Activity, Screen Time, and Sleep Duration of Children Aged 6-9 Years in 25 Countries: An Analysis within the WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) 2015-2017 [Fizikai aktivitás, képernyő előtt és alvással töltött idő a 6–9 éves gyermekek körében 25 országban: egy, a WHO 2015–2017 évi Gyermekkori Tápláltsági Állapot Felmérés (COSI) keretében végzett elemzés]. *Obes Facts.* 2021; 14(1):32-44.

⁽¹⁴⁾ Guthold R, Stevens GA, Riley LM, Bull FC. Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1·6 million participants [Az elégtelen fizikai aktivitás globális tendenciái a serdülők körében: 1,6 millió résztvevővel végzett 298 népességalapú felmérés összevont elemzése]. *Lancet Child Adolesc Heal.* 2020; 4(1):23–35.

⁽¹⁵⁾ OECD/Európai Unió (2022), *Health at a Glance: Europe 2022: State of Health in the EU Cycle* [Egészségügyi pillanatkép: Európa 2022: Egészségügyi helyzet az uniós ciklusban], OECD Publishing, Párizs.

⁽¹⁶⁾ *Adolescent obesity and related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002–2014* [Serdülőkori elhízás és kapcsolódó magatartásformák: tendenciák és egyenlőtlenségek a WHO európai régiójában, 2002–2014]. Koppenhága: a WHO Európai Regionális Irodája; 2017

4.5. A **kiegyensúlyozatlan étrend**, amelyben jelentős a magas zsír-, cukor- és sótartalmú élelmiszerek és italok fogyasztása, nagyobb mértékű adipozitással és rosszabb általános egészségi állapottal jár. Másrészt az olyan modellek, mint a mediterrán, az atlanti vagy a skandináv étrend, vagy egyszerűen az elsősorban friss és növényi alapú élelmiszereket tartalmazó étrendek felé elmozduló szokások jobb egészségügyi eredményekkel járnak⁽¹⁷⁾ ⁽¹⁸⁾. A COSI-felmérés⁽¹⁹⁾ legutóbbi fordulója szerint az európai régióban a 6–9 éves gyermekek kevesebb mint fele (43 %) fogyaszt naponta friss gyümölcsöt. Emellett 7 %-uk soha nem fogyaszt gyümölcsöt, vagy átlagban hetente kevesebb mint egyszer. Ami a zöldségfogyasztást illeti, a 6–9 éves gyermekeknek csupán egyharmada (34 %) fogyaszt naponta zöldséget.

4.6. Az EGSZB gazdasági és társadalmi szempontból arra is rámutat, hogy **az élelmiszer-alapanyagok árának** globális szintű **gyors emelkedése** hatással van a fogyasztói árakra az EU-ban, és ezáltal hatással van az európai családok és a gyermekek és serdülők, különösen a legkiszolgáltatottabbak vásárlási és étkezési szokásaira.

4.7. Az **érzelmi jóllét** és az elhízás szorosan összefügg egymással. Egyrészt azért, mert az érzelmi jóllét kulcsfontosságú a gyermekkori elhízás megelőzéséhez. Másrészt pedig azért, mert a gyermekkori elhízás növeli a hátrányos megkülönböztetés, a megbélyegzés és az iskolai zaklatás elszívődésének előfordulását, és ezáltal befolyásolja a gyermekek érzelmi jóllétét.

4.8. A **túl sok képernyőidő** a túlsúly/elhízás kialakulása egyik meghatározó tényezőjének bizonyult, és összefügg azzal⁽²⁰⁾ ⁽²¹⁾; és bár a nemzetközi szervek és állami intézmények ajánlása szerint a képernyő előtt töltött időt napi 120 percre kell korlátozni, úgy tűnik, hogy az európai gyermekek és serdülők ezt nem tartják be⁽²²⁾.

5. Javasolt intézkedések

5.1. A gyermekkori elhízás kezeléséhez életciklus-szemléletre van szükség, és egyidejűleg választ kell adni az elhízás számos okára. Az EGSZB holisztikus és részvételen alapuló megközelítést javasol. Az európai gyermekek és serdülők körében az elhízás és a túlsúly arányának csökkentéséhez szükség van az összes szereplő – köztintézmények, magán- és üzleti szektor, média, oktatási és egészségügyi intézmények és családok – együttműködésére és elkötelezettségére⁽²³⁾. Ezen túlmenően ennek az átfogó válasznak pozitív és nem megbélyegző szemléletre kell épülnie.

5.2. Az EGSZB kéri, hogy újítsák meg a gyermekkori elhízás elleni, a 2014–2020-as időszakra szóló cselekvési tervet. Ebben az alábbi célokat kellene kitűzni: a helyes táplálkozás előmozdítása, a testmozgás ösztönzése, az egészséges oktatási és szociális környezet támogatása, az egészségügyi ellátás biztosítása, a legkiszolgáltatottabb csoportok védelme, az egészséggel kapcsolatos társadalmi felelősségvállalás ösztönzése és előmozdítása a vállalkozások részéről és a reklámokban, valamint a különböző közigazgatási szervek közötti szinergiák előmozdítása. Az EGSZB ajánlja, hogy – globális és ágazatközi szinten – hozzanak intézkedéseket, amelyek elősegítik a gyermekek és serdülők életterének és fejlődési környezetének olyan átalakítását, amely kedvezően hat az egészségükre.

5.3. Az EGSZB emlékeztet az uniós iskolai étkeztetési rendszer értékelésével⁽²⁴⁾ kapcsolatos ajánlásaira, az egészséges és fenntartható étrendekről és „a termelőtől a fogyasztóig” stratégiáról szóló véleményeire, és arra kéri az Európai Bizottságot, hogy a fenntartható élelmiszerrendszerekről szóló következő keretbe építsen be intézkedéseket a gyermekkori elhízás elleni küzdelemre vonatkozóan, például a címkézéssel és a közbeszerzéssel kapcsolatban.

⁽¹⁷⁾ Willett W. és mtsai. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems [Élelmiszer az antropocénben: az EAT–Lancet bizottság a fenntartható élelmiszerrendszerekből származó egészséges étrendről]. 2019. *The Lancet*, 393. kötet, 447–492. o.

⁽¹⁸⁾ Afshin, Ashkan és mtsai. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017 [A táplálkozási kockázatok egészségügyi hatásai 195 országban, 1990–2017: szisztematikus elemzés a Global Burden of Disease Study 2017 számára]. *The Lancet*, 393. kötet, 10184. szám, 1958–1972.

⁽¹⁹⁾ *Report on the fifth round of data collection* [Jelentés az adatgyűjtés ötödik fordulójáról], 2018–2020: A gyermekkori kóros elhízás megfigyelésére irányuló WHO-kezdemenyezés (COSI). Koppenhága: a WHO Európai Regionális Irodája; 2022.

⁽²⁰⁾ Fang K, Mu M, Liu K, He Y. Screen time and childhood overweight/obesity: A systematic review and meta-analysis [A képernyő előtt töltött idő és a gyermekkori túlsúly/elhízás: szisztematikus áttekintés és metaanalízis]. *Child Care Health Dev.* 2019. szept; 45 (5):744–753.

⁽²¹⁾ Haghjoo P, Siri G, Soleimani E, Farhangi MA, Alesaeidi S. Screen time increases overweight and obesity risk among adolescents: a systematic review and dose-response meta-analysis [A képernyő előtt töltött idő növeli a túlsúly és az elhízás kockázatát a serdülők körében: szisztematikus áttekintés és dózis-válasz metaanalízis]. *BMC Primary Care.* 2022; 23(1):161.

⁽²²⁾ *Report on the fifth round of data collection* [Jelentés az adatgyűjtés ötödik fordulójáról], 2018–2020: A gyermekkori kóros elhízás megfigyelésére irányuló WHO-kezdemenyezés (COSI). Koppenhága: a WHO Európai Regionális Irodája; 2022.

⁽²³⁾ Dobbs R, Sawers C, Thompson F, Manyika J, Woetzel JR, Child P és mtsai. Overcoming obesity: an initial economic analysis [Az elhízás leküzdése: egy kezdeti gazdasági elemzés]. McKinsey Global Institute; 2014.

⁽²⁴⁾ Az EGSZB értékelő jelentése: *Az uniós iskolaprogram értékelése.*

5.4. Az EGSZB megismétli, hogy meg kell erősíteni az élelmiszer-demokráciát, továbbá meggyőződése, hogy – amint arra más véleményeiben is rámutatott – az olyan demokratikus innovációk, mint az élelmezéspolitikai tanácsok és a részvételen alapuló megközelítések előmozdítása, hozzájárulnak az élelmezéspolitika minőségének és legitimitásának javításához. Európai szinten ösztönzi egy olyan eszköz létrehozását, mint az európai élelmezéspolitikai tanács.

5.5. Makroszociális környezet

5.5.1. Az EGSZB ennek a környezetnek a tekintetében az intézkedések összehangolása mellett száll síkra egy olyan társadalmi ökoszisztéma létrehozása érdekében, amely előmozdítja az egyenlőtlenségek enyhítését és az egészségesebb életmódot elősegítő kulturális változást.

5.5.2. Az EGSZB ismételten kéri, hogy dolgozzanak ki olyan intézkedéseket, amelyek növelik az állami rendszerek kapacitását az egészséges életmód követését akadályozó, különösen kiszolgáltatott helyzetek megelőzésére és kezelésére.

5.5.3. Az EGSZB hangsúlyozza, hogy előrelépést kell elérni az olyan szociális intézkedések terén, amelyek megkönnyítik a családok számára a munkaidő és a magánélet összehangolását és saját felelősségük vállalását, továbbá lehetővé teszik számukra, hogy egészséges tevékenységeket végezhesenek, illetve több időt töltsenek ilyenekkel.

5.5.4. Az EGSZB olyan állami stratégiák kidolgozását ajánlja, amelyek megkülönböztetés nélkül biztosítják a sportlétesítményekhez való hozzáférést mindenki számára. Emellett azt is ajánlja, hogy könnyítsék meg a testmozgás megfelelő gyakorlását. Az EGSZB azt ajánlja, hogy számolják fel a nemek közötti és a társadalmi szakadékot a sporttevékenységek és a testmozgás terén, biztosítsanak inkluzív tereket és mozdítsák elő a kínálat sokszínűségét.

5.5.5. Az EGSZB úgy véli, hogy a közigazgatásnak meg kell erősítenie az elhízás elleni küzdelem aspektusát a szabályozások és szakpolitikák kidolgozása, végrehajtása és nyomon követése minden területén, figyelembe véve a túlsúlyt és az elhízást meghatározó tényezőket.

5.5.6. Az EGSZB aggodalommal állapítja meg, hogy az élelmiszerek és az alkoholmentes italok gyermekeket célzó vásárlásösztönzésére és reklámjára vonatkozó legtöbb nemzeti korlátozás túl gyenge, és a meglévő önkéntes megközelítések nem elegendők a gyermekek és serdülők védelméhez. Az EGSZB úgy véli, hogy a WHO tápanyagprofil-modellje alapul szolgálhat a magas cukor-, zsír- vagy só-tartalmú termékek reklámozásának korlátozásához, és fontosnak tartja, hogy tanuljunk az olyan országok bevált intézkedéseiből és gyakorlataiból, amelyekben a különböző szakpolitikák – többek között a szabályozások – hatékonyan bizonyultak ahhoz, hogy a gyermekek kevésbé legyenek kitéve magas só-, cukor-, zsír-, telítettszsír- vagy transzszsír-tartalmú élelmiszerekre és italokra vonatkozó audiovizuális kereskedelmi hirdetéseknek. Ennek kapcsán tiszteletben kell tartani a gyermekek műsoridejét, és biztosítani kell, hogy minden reklám megfeleljen a reklám pontossága elvének. Emlékeztet arra, hogy a WHO amellett foglal állást, hogy a gyermekeket célzó élelmiszerreklámok valamennyi releváns formáját korlátozzák.

5.5.7. Az EGSZB szerint nagyon fontos, hogy az intézmények fokozzák az egészséges és fenntartható étrend lényeges részének tekintett élelmiszerek (friss, szezonális és helyben termelt gyümölcsök és zöldségek, hüvelyesek, teljes kiőrlésű gabonafélék, valamint állati fehérjék, például halak) fogyasztását. Ehhez hangsúlyozni lehetne például az uniós mezőgazdasági termékek promóciós politikáit, az egészséges és fenntartható étrendet népszerűsítő közbeszerzési pályázatokat lehetne kidolgozni, vagy az ilyen élelmiszerek vásárlását és fogyasztását támogató eszközként adóügyi ösztönzőket (például héa-visszatérítéseket) lehetne alkalmazni.

5.5.8. Az EGSZB arra kéri továbbá a tagállamokat és az élelmiszeripari vállalkozókat, hogy az egészségesebb étrend előmozdítása érdekében ösztönözzék a termékek összetételének javítását. Ha nem kerül sor egyes kritikus tápanyagok önkéntes csökkentésére, akkor a kormányoknak kell további ösztönzőket és intézkedéseket mérlegelniük, ideértve a szóban forgó tápanyagtartalomtól függő progresszív adóügyi intézkedéseket is.

5.5.9. Az EGSZB szerint a közigazgatási szerveknek saját hatáskörükön belül biztosítaniuk kell az ivóvíz ingyenes rendelkezésre állását azáltal, hogy ivóutakat létesítenek közterületeken, oktatási intézményekben, szabadidős és sportlétesítményekben, kiránduló- és pihenőhelyeken, és ezeket megfelelően kitáblázzák.

5.5.10. Az EGSZB úgy véli, hogy az összehangolt egészségügyi fellépés stratégiai elemeként támogatni kell a túlsúly és az elhízás meghatározó tényezőinek kutatását, valamint az ezzel kapcsolatos ismeretek bővítését és terjesztését.

5.5.11. A keresleti oldal kapcsán az EGSZB ismételten hangsúlyozza, hogy a közpolitikáknak egyszerű és közvetlen figyelemfelkeltő kampányokkal történő képzés és tájékoztatás vagy pedagógiai jellegű táplálkozási iránymutatások terjesztésével fel kell készíteniük a fogyasztókat arra, hogy egészségesebb étrendet tudjanak választani.

5.5.12. Az EGSZB az egész társadalomra kiterjedő megközelítést szorgalmaz, és ezért – amint arra több véleményében is rámutatott – támogatja egy olyan eszköz létrehozását, mint az európai ételmezőpolitikai tanács, és kéri, hogy ez a szerv foglalkozzon a gyermekkori elhízás kérdésével.

5.6. Családi környezet

5.6.1. Az EGSZB – tudatában annak, hogy a család átadja a tudást és a szokásokat, valamint az első olyan modell, amelyből a gyermekek a mindennapi valóságot érzékelik és az első viselkedésmintákat átveszik⁽²⁵⁾ – kéri hogy lássák el pontos és hasznos információkkal a lakosságot a digitális mozgásszegény életmód csökkentésének, az egészséges alvási szokásoknak, az egyes életkorok táplálkozási szükségleteinek és a testmozgás előmozdításának fontosságáról.

5.6.2. Az EGSZB úgy véli, hogy programokat és intézkedéseket kell bevezetni a kiskorúak súlytöbbletének kezeléséhez szükséges készségek és ismeretek bővítése, a megbélyegzés elkerülése és a testtel kapcsolatos negatív dinamika megelőzése érdekében. Azt is nagyon fontosnak tartja, hogy képzéseket nyújtsanak a családok számára az IKT⁽²⁶⁾ egészséges használatáról, különösen a használat időtartama és a tartalom tekintetében.

5.6.3. Hasonlóképpen fontos az olyan intézkedések ösztönzése, mint a szoptatás előmozdítása, a csecsemők kiegészítő táplálására vonatkozó iránymutatások kidolgozása, a szülői készségek fejlesztése vagy mindenki számára elérhető és egészséges étellel kapcsolatos főzőtanfolyamok szervezése és népszerűsítése, különösen az alacsony jövedelmű családok számára.

5.7. Oktatási környezet

5.7.1. A gyermekek idejük nagy részét iskolai környezetben töltik. Nemcsak tisztán iskolai környezetben, hanem szabadidejükben vagy az iskolán kívüli tevékenységek során is.

5.7.2. E tekintetben alapvető fontosságú, hogy az iskolai környezetben pozitív módon kezeljék a gyermekkori elhízást, azaz társadalmi megbélyegzés vagy bizonyos testi sztereotípiák alapján történő diszkrimináció nélkül. Az EGSZB számára alapvető fontosságú a pozitív testfelfogás előmozdítása, különös figyelmet fordítva minden megkülönböztető magatartásra vagy olyan magatartásra, amely táplálkozási zavar kezdetére utal.

5.7.3. Az EGSZB szerint az iskolai környezetnek ösztönöznie kell a testmozgást és az egészséges táplálkozást. Úgy véli, hogy ehhez az egyik legfontosabb intézkedés a jelenlegi tantervek átalakítása, amelyekben szükségesnek tartja a testmozgásra szánt idő növelését, a sporttevékenységek sokszínűségének előmozdítását, valamint a tápanyagokkal, táplálkozással és gasztronómiával kapcsolatos oktatásba való befektetést.

5.7.4. Az EGSZB szerint az iskolai étkezések nagyon fontos szerepet töltenek be a gyermekek és serdülők egészséges táplálkozási szokásainak előmozdításában, ezért rendkívül fontos, hogy ezek az oktatás minden szakaszában elérhetőek legyenek, és hogy a kínált étrend egészséges, kiegyensúlyozott és minőségi legyen.

5.8. Szabadidős terek. Egészséges városi környezet tervezése

5.8.1. Az EGSZB szerint a fizikai környezet (többek között az iskola, a közlekedési rendszerek, a lakónegyedek, a sportközpontok) tervezését és használatát fel kell használni ahhoz, hogy megfelelő és biztonságos lehetőségeket kínáljanak a szabadidő és az aktív játékok, valamint a testmozgás mint olyan gyakorlása számára⁽²⁷⁾.

⁽²⁵⁾ Hebestreit A, Intemann T, Siani A és mtsai. Dietary Patterns of European Children and Their Parents in Association with Family Food Environment: Results from the I.Family Study. [Az európai gyermekek és szüleik táplálkozási mintái a családi táplálkozási környezettel összefüggésben: az 1. családi tanulmány eredményei]. *Nutrients*. 2017; 9(2):126

⁽²⁶⁾ Információs és kommunikációs technológiák.

⁽²⁷⁾ Tackling obesity by creating healthy residential environments [Az elhízás elleni küzdelem egészséges lakókörnyezet kialakításával], WHO. 2007.

5.8.2. Az EGSZB a fentiek figyelembevételével arra kéri a tagállamokat, hogy úgy bővítsék és fejlesszék a közterületeket és az infrastruktúrát, hogy az ösztönözze és megkönnyítse az aktív mobilitást – több sétáló övezettel és a kerékpárhasználat megkönnyítésével –, különösen az iskolák környékén vagy az oktatási intézményekhez vezető utak mentén. Úgy véli továbbá, hogy a gyermekek és a serdülők számára hozzáférhető, biztonságos és barátságos, sportolásra alkalmas területeket, játszótereket és zöld területeket kell kialakítani.

5.8.3. Az EGSZB elengedhetetlennek tartja a zöldterületek, parkok és pihenőhelyek testmozgás céljából történő bővítését, valamint a lépcsők használatának előmozdítását a felvonók vagy mozgólépcsők használatának alternatívájaként a szabadban, továbbá az ingyenes ivóvízhez való hozzáférés megkönnyítését.

5.9. Digitális és audiovizuális környezet

5.9.1. Az EGSZB emlékeztet arra, hogy milyen fontos az audiovizuális médiaszolgáltatásokról szóló uniós irányelv megfelelő átültetése, és azt javasolja, hogy a digitális környezetet – a rádiós és televíziós műsorszolgáltatástól kezdve a média újabb formáig, például a közösségi média, az Instagram, a TikTok – használják az egészséges életmód, kapcsolatok és magatartásformák támogatására. Az EGSZB e tekintetben megismétli felhívását – amint azt korábban is tette⁽²⁸⁾ –, hogy indítsanak olyan vizuális reklámkampányokat, amelyek az egészséges élelmiszereket és étrendeket, az aktív életet és az egészséges képernyőhasználatot célzó reklámkampányokból merítenek.

5.10. Egészségügyi környezet

5.10.1. Az EGSZB szerint nagyon fontos, hogy az egészségügyi hatóságok tudományos bizonyítékok alapján naprakészen tartsák az olyan tevékenységekre és beavatkozásokra vonatkozó ajánlásokat, amelyek hatékonyan bizonyultak a túlsúly és az elhízás megelőzésében, kezelésében és nyomon követésében.

5.10.2. Emellett az egyetemes egészségügyi ellátás részeként biztosítani kell a túlsúlyos és elhízott, illetve a túlsúly és az elhízás veszélyének kitétt személyek számára az átfogó egészségügyi szolgáltatásokhoz, az egészségügyi személyzet részéről nyújtott, a fizikai aktivitás és a kiegyensúlyozott táplálkozás előmozdítását célzó rendszerezett és személyre szabott támogatáshoz és tanácsadáshoz való megkülönböztetésmentes hozzáférést. Ebből kiindulva nyomon kell követni a gyermekek egészségi állapotát a születéstől a serdülőkorig, beleértve a túlsúly és az elhízás figyelemmel kísérését, támogatni kell az egészségügyi oktatást, valamint az egészséges életmód tudatosítását a gyermekek és serdülők, illetve családjuk körében.

5.10.3. Alapvető fontosságú, hogy a társadalmi-gazdasági szempontból kiszolgáltatott családok olyan egyedi támogatást kapjanak az egészségügyi szakemberektől, amely kulturális szempontból megfelelő, gyakorlatias és felkészítő jellegű, továbbá – az elhízás és a túlsúly, illetve a megfelelő életmód szempontjából – elősegíti a pozitív gyermeknevelést.

5.10.4. Az EGSZB a szakirodalom alapján úgy véli, hogy proaktívan együtt kell működni a terheséget tervező nőkkel és párokkal, és megfelelően időzített és kulturálisan érzékeny támogatást kell nyújtani számukra a terhesség és a szoptatás alatti egészséges életmód népszerűsítéséhez, a fogamzás előtt a jobb táplálkozást és a testmozgást ösztönző nyilvános üzenetekkel, a szoptatáshoz szükséges feltételek és támogatás biztosításával együtt.

Kelt Brüsszelben, 2023. július 13-án.

az Európai Gazdasági és Szociális Bizottság
elnöke
Oliver RÖPKE

⁽²⁸⁾ Az Európai Gazdasági és Szociális Bizottság véleménye – Az egészséges és fenntartható étrendek népszerűsítése az EU-ban (saját kezdeményezésű vélemény)(HL C 190., 2019.6.5., 9. o.).