

Kristen Michal
peaminister

Hendrik Johannes Terras
Regionaal- ja põllumajandusminister

Karmen Joller
Sotsiaalminister

Signe Riisalo
Riigikogu sotsiaalkomisjoni esimees

Infoks: Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium

Teie:

Meie: 13.07.2026

Eesti Pereõdede Ühing ja Eesti Toitumisinõustajate ja -terapeutide Ühendus toetavad Nutri-Score'i vabatahtlikku kasutuselevõttu Eestis

Eestis elab ligikaudu 60% täiskasvanutest ülekaalu või rasvumisega. Toitumisega seotud kroonilised haigused, sealhulgas südame- ja veresoonehaigused, 2. tüüpi diabeet ning mitmed vähivormid, mõjutavad igal aastal kümnete tuhandete inimeste tervist, töövõimet ja elukvaliteeti. Need haigused vähendavad tervena elatud aastate arvu ning avaldavad märkimisväärset mõju nii tervishoiusüsteemile kui ka ühiskonnale tervikuna.

Esmatasandi tervishoius puutuvad pereõed igapäevaselt kokku inimestega, kellel esinevad toitumisega seotud krooniliste haiguste riskitegurid või juba väljakujunenud terviseprobleemid. Eesti Pereõdede Ühingu ning Eesti Toitumisinõustajate ja -Terapeutide Ühenduse liikmed näevad oma igapäevatöös, et inimestel on soov parandada enda või oma pere toitumisharjumusi, ennetada kroonilisi haigusi ja toetada oma tervist, kuid tervist toetavate valikute tegemine ei sõltu üksnes teadmistest. Lisaks toitumisalaste teadmiste omandamisele valmistab paljudele inimestele raskusi ka toidupakenditel oleva teabe tõlgendamine ning erinevate toodete omavaheline võrdlemine.

Probleemina on välja toodud ka seda, et pakenditel on rohkelt turunduslikku teavet sh toitumis- ja tervisealaseid väiteid, mis võivad raskendada kohustusliku toitumisalase teabe märkamist ja tõlgendamist. Kuigi kohustuslik toitumisalane teave on pakenditel olemas, nõuab selle kasutamine teadmisi, aega ja head toitumisalast kirjaoskust. Igapäevased ostuotsused tehakse aga kaupluses sageli mõne sekundi jooksul.

Seetõttu ei piisa rahvatervise seisukohalt üksnes inimeste toitumisalaste teadmiste suurendamisest. Kuigi teadmised on tervisekäitumise oluline eeldus, ei pruugi need üksinda

viia tervislikumate valikuteni. Sama oluline on kujundada toidukeskkonda, mis toetab teadlikumaid valikuid ning muudab toitumisalase teabe kiiremini mõistetavaks ja lihtsamini kasutatavaks. Selleks kasutatakse erinevaid tõenduspõhiseid rahvatervise meetmeid. Üks neist on pakendi esikülje toitumismärgistus, mille eesmärk on muuta toitumisalane teave tarbijale kiiremini mõistetavaks ja hõlbustada sarnaste toodete võrdlemist. Pakendi esikülje märgistus ei asenda kohustuslikku toitumisalast teavet, riiklikke toitumissoovitusi ega toitumisoostamist, vaid täiendab neid. Ükski märgistussüsteem ei hõlma kõiki toitumissoovituste aspekte, mistõttu tuleb ka Nutri-Score'i rakendada koos süsteemse selgitustöö, toitumishariduse ja toitumisoostamisega. Nutri-Score ei ole mõeldud ka tooraine kvaliteedi, töötlemisastme ega üksikute koostisosade väärtuse hindamiseks.

Selliseid pakendi esikülje toitumismärgistuse süsteeme kasutatakse mitmes Euroopa riigis. Neist üks enim uuritud ja kõige laialdasemalt kasutatav on Nutri-Score. Olemasolev teaduskirjandus näitab, et Nutri-Score aitab tarbijatel paremini võrrelda sama tootekategooria tooteid ning suunab ostukorvi keskmiselt soodsama toitumisalase profiiliga toodete poole. Samuti on leitud, et süsteem võib aidata ka toidutootjaid parandada toodete koostist, vähendades näiteks suhkrut, soola ja küllastunud rasvhappeid sisaldavate rasvade sisaldust.

Rahvatervise probleemide lahendamine eeldab terviklikku lähenemist ja erinevate tõenduspõhiste meetmete koostamist. Nutri-Score on üks osa sellest lähenemisest koos toitumishariduse, toitumisoostamise, esmatasandi tervishoiu tehtava ennetustöö, tervisekommunikatsiooni ja teiste tervist toetava toidukeskkonna meetmetega. Tervist toetava toidukeskkonna kujundamist peetakse üheks olulisemaks võimaluseks vähendada toitumisega seotud haiguskoormust kogu elanikkonnas.

Eeltoodust lähtudes kutsume üles toetama Nutri-Score'i vabatahtlikku kasutuselevõttu Eestis, et aidata inimestel teha teadlikumaid toiduvalikuid ning kujundada tervist toetavat toidukeskkonda, andes täiendava lihtsasti mõistetava tööriista teadlikumate valikute tegemiseks

Eesti Pereõdede Ühingu juhatus

Eesti Toitumisoostajate ja -terapeutide Ühenduse juhatus

info@pereood.ee

info@toitumisoostajad.ee