



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΥΓΙΕΙΝΗΣ
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΗ ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ
ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19
Ταχ. Κώδικας: 10187
Πληροφορίες: Ι.Κοντελέ
Τηλέφωνο: 213 2161514

Αθήνα 14/5/2020
Αρ. Πρωτ. Δ1β/ΓΠ οικ 30200

ΠΡΟΣ:
Γιαμπουράνη Γεωργία
Email: g.giavourani@gmail.com

ΘΕΜΑ: Απάντηση σε ηλεκτρονικό σας μήνυμα

Σχετ.: 1. Το από 21/4/2020 ηλεκτρονικό σας μήνυμα

2. Οι οδηγίες που εξέδωσε το Ευρωπαϊκό Γραφείο του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας με τίτλο "Food and nutrition tips during self-quarantine".
3. Η υπ.αρ.πρωτ. Γ1α/ΓΠ76309/11-10-2017 εγκύκλιος (ΑΔΑ: Ψ68Α465ΦΥΟ-Γ7Φ) του Υπουργείου Υγείας με θέμα «Έγκριση διατροφικών συστάσεων για γενικό πληθυσμό και ειδικές πληθυσμιακές ομάδες»
4. Η με αρ. πρωτ. Δ1β/ΓΠ οικ.22793/3-4-2020 εγκύκλιος της Υπηρεσίας μας με ΑΔΑ: 6ΠΖΕ465ΦΥΟ-7ΞΛ «Συστάσεις αναφορικά με τη διατροφή και τη σωματική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια του περιορισμού της κυκλοφορίας και των κοινωνικών επαφών λόγω της πανδημίας του νέου κορωνοϊού»

Σε συνέχεια του σχετικού (1) email σας, με θέμα «Σχετικά με το ερώτημα του κ.Τσιόδρα "Γιατί νοσούν οι νέοι άνθρωποι"», το οποίο μας διαβιβάστηκε από το Γραφείο Γενικού Γραμματέα Δημόσιας Υγείας, και όσον αφορά τα θέματα αρμοδιότητας μας, σας γνωρίζουμε τα κάτωθι:

Όπως είναι ευρέως γνωστό και επισημαίνεται και στις σχετικές (2) οδηγίες του Ευρωπαϊκού Γραφείου του Π.Ο.Υ. η ισορροπημένη διατροφή είναι σημαντική για την υγεία, ειδικά σε περιόδους που το ανοσοποιητικό σύστημα μπορεί να χρειάζεται να αντιμετωπίσει μια νόσο.

Το Υπουργείο Υγείας, με γνώμονα την αξία της ισορροπημένης διατροφής και της σωματικής δραστηριότητας στην προαγωγή και διατήρηση της σωματικής και ψυχικής υγείας, έχει υιοθετήσει από το 2017 τις σχετικές (3) Διατροφικές Συστάσεις για γενικό πληθυσμό και ειδικές πληθυσμιακές ομάδες, οι οποίες βασίζονται στην ελληνική παραδοσιακή διατροφή, προτρέποντας στην αύξηση της κατανάλωσης φρέσκων φρούτων και λαχανικών, οσπρίων και προϊόντων ολικής άλεσης και στην μείωση της κατανάλωσης κόκκινου κρέατος, επεξεργασμένων τροφίμων και τροφίμων που περιέχουν αλάτι, ζάχαρη και βιομηχανοποιημένα trans λιπαρά οξέα. Οι διατροφικές συστάσεις για υγιή πληθυσμό και ειδικές πληθυσμιακές ομάδες που απευθύνονται τόσο στο κοινό όσο και στους επιστήμονες (επιστημονική τεκμηρίωση που τις συνοδεύει) είναι διαθέσιμες στον ιστότοπο του Υπουργείου, ενώ έχουν επανεκτυπωθεί αφίσες και τρίπτυχα ενημερωτικά φυλλάδια και έχουν διατεθεί σε δημόσιους φορείς, ώστε να γίνει ευρεία η διάχυσή τους.

Η υιοθέτηση των εν λόγω διατροφικών συστάσεων επισημάνθηκε και από τον Καθηγητή κ.Τσιόδρα κατά την συνέντευξη τύπου για το νέο κορονοϊό στις 20/4/2020.

Επιπλέον, λαμβάνοντας υπόψη την τρέχουσα κατάσταση πανδημίας COVID-19 και το γεγονός ότι είναι πιθανό να διαφοροποιηθούν οι διατροφικές συνήθειες και οι συμπεριφορές σωματικής δραστηριότητας του ελληνικού πληθυσμού αυτή την περίοδο, η υπηρεσία μας προχώρησε στην έκδοση της σχετικής (4) εγκυκλίου, που περιλαμβάνει παράρτημα Οδηγού με σημαντικές πληροφορίες αναφορικά με την ισορροπημένη διατροφή και τις επιλογές γευμάτων τόσο για ενήλικες όσο και για παιδιά και εφήβους. Περιλαμβάνονται παραδείγματα γευμάτων που μπορούν να μαγειρευτούν στο σπίτι και είναι σύμφωνα με τις αρχές της παραδοσιακής ελληνικής διατροφής. Οι συστάσεις προέρχονται από τους Εθνικούς Διατροφικούς Οδηγούς για Ενήλικες και για Βρέφη, Παιδιά και Εφήβους που έχουν εγκριθεί από το Υπουργείο μας και διαμορφώθηκαν σε συνεργασία με την Εθνική Επιτροπή Διατροφικής Πολιτικής.

Τέλος, δεδομένου ότι η πανδημία του κορωνοϊού είναι εξελισσόμενη, και οι συστάσεις συνεχώς επικαιροποιούνται, οι πολίτες και οι φορείς καλούνται να ενημερώνονται καθημερινά από την ιστοσελίδα του ΕΟΔΥ (<https://eody.gov.gr/>) και από την ιστοσελίδα του Υπουργείου Υγείας αναφορικά με τις οδηγίες που αφορούν το νέο κορωνοϊό (<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/metra-prolhpshts-enanti-koronoioy-sars-cov-2>).

**Η ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ
ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ**

Φ. ΚΑΛΥΒΑ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

1. Γραφείο Γενικού Γραμματέα Δημόσιας Υγείας
2. Γραφείο Γενικής Δ/ντριας Δημόσιας Υγείας και Ποιότητας Ζωής
3. Δ/ση Δημόσιας Υγείας και Υγιεινής Περιβάλλοντος, Τμήμα Β

