

## NIK o zdrowym żywieniu w szkołach

2017-09-19 07:00:00



W skontrolowanych szkołach, w roku szkolnym 2015/2016, odsetek uczniów z nieprawidłową masą ciała - z nadwagą i otyłością oraz z niedowagą - wyniósł aż 22 proc., czyli dotyczył co piątego dziecka. W ciągu czterech lat (od 2012 do 2016 roku) wzrósł on o ponad pięć punktów procentowych. Choć w szkołach prowadzone były ogólnopolskie programy promujące zdrowe żywienie i działania edukacyjne kształtujące prawidłowe nawyki żywieniowe wśród uczniów, nie zatrzymały one tej niebezpiecznej tendencji. Skuteczność programów osłabiała m.in. dostępność niezdrowych produktów w części sklepików szkolnych, czy też podawanie uczniom w szkole obiadów niejednokrotnie przekraczających normy żywienia dla dzieci i młodzieży (ze zbyt wysoką zawartością białka, tłuszczów, węglowodanów oraz nadmierną ilością sodu).

Odpowiednie żywienie jest niezbędnym warunkiem dla prawidłowego rozwoju psychofizycznego dzieci, zwłaszcza w wieku szkolnym. Nieprawidłowe odżywianie może prowadzić do powstania wielu groźnych chorób. Jak wskazują eksperci, może być również przyczyną gorszych wyników w nauce (uczniowie mają np. słabszą koncentrację). W Polsce, pomimo wdrażania ogólnopolskich programów żywieniowych i podejmowania innych działań edukacyjnych, liczba dzieci z nadwagą i otyłością stale rośnie. Z analiz Instytutu Żywności i Żywienia wynika, że od kilku lat polskie dzieci zaliczane są do najszybciej tyjących w Europie.

Rozpoznanie potrzeb w zakresie żywienia dzieci

NIK zwraca uwagę, że pomimo, iż **w objętych kontrolą szkołach corocznie prowadzono badania BMI** (wskaźnik masy ciała), **to żadna z nich nie przekazywała tych wyników do organu prowadzącego**. W blisko połowie szkół wyniki te nie były w ogóle gromadzone ani analizowane. Dlatego też, żadna z kontrolowanych gmin nie posiadała informacji o liczbie uczniów z nieprawidłową masą ciała.

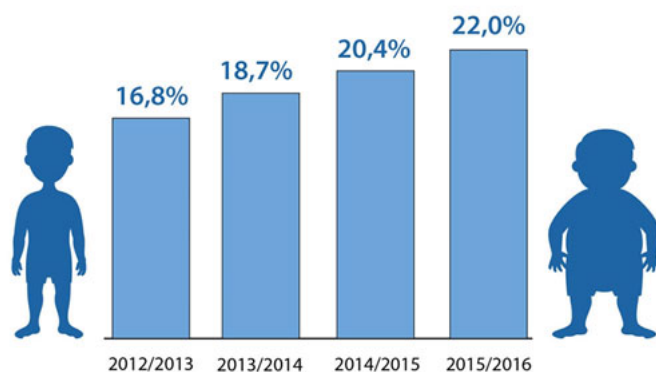
W efekcie samorządy nie rozpoznawały potrzeb i problemów związanych z prawidłowym żywieniem dzieci. Wskazywały nawet, że tym obszarem zajmują się podlegające im ośrodki pomocy społecznej i szkoły. W ocenie Izby taka sytuacja uniemożliwiała ocenę, czy podejmowane działania są odpowiednie do aktualnych problemów, a także czy realizowane programy związane z prawidłowym żywieniem są skuteczne. Tymczasem, choć uzyskanie wiedzy na temat skali zaburzeń masy ciała wśród uczniów nie wynika z obowiązujących przepisów, wydaje się niezbędne dla prawidłowego określenia celów i zadań szkolnych programów wychowawczych oraz profilaktyki.

Body Mass Index (BMI) - zgodnie z wytycznymi WHO (Światowej Organizacji Zdrowia) to podstawowy miernik wagi w zależności od wzrostu. Standardowo BMI jest wyliczane z prostego wzoru, w którym masa ciała w kilogramach dzielona jest przez wzrost w metrach podniesiony do potęgi drugiej.

**Obliczanie BMI dla dzieci, nastolatków i młodzieży jest zależne od wieku i płci.**

Z badań BMI przeprowadzonych przez pielęgniarki szkolne w 19 z 20 skontrolowanych szkół wynika, że **liczba uczniów z nieprawidłową masą ciała systematycznie rosła**. W ciągu czterech lat (od 2012 do 2016 roku) odsetek uczniów z nieprawidłową masą ciała **zwiększył się o ponad pięć punktów procentowych, czyli z 16,8 proc. w roku szkolnym 2012/2013 do 22 proc. w roku szkolnym 2015/2016**. Najszybciej wzrastał odsetek dzieci otyłych, mających nadmiar tkanki tłuszczowej występujący w stopniu zaawansowanym (**wzrost o 3,3 proc.**) oraz z nadwagą, mających nadmiar tkanki tłuszczowej występujący w stopniu umiarkowanym (**wzrost o 1,5 proc.**).

Odsetek uczniów z zaburzeniami masy ciała w latach szkolnych 2012/2013 – 2015/2016



Źródło: Dokumentacja z kontroli NIK

Dane statystyczne z badań BMI przeprowadzonych w kontrolowanych szkołach przez pielęgniarki szkolne w latach szkolnych 2012/2013-2015/2016. Badaniami objęto łącznie 10 778 dzieci (uczniów z klas III i V oraz dzieci w trakcie rocznego obowiązkowego przygotowania przedszkolnego).

#### Realizacja programów żywieniowych

Wszystkie objęte kontrolą szkoły realizowały trzy podstawowe programy żywieniowe: „Mleko w szkole”, „Owoce i warzywa w szkole” oraz „Pomoc państwa w zakresie dożywiania”. W latach 2010-2015 koszt realizacji programu „Szlakanka mleka”/„Mleko w szkole” wyniósł łącznie 885,8 mln zł, programu „Owoce w szkole”/„Owoce i warzywa w szkole” - 325,4 mln zł, a programu „Pomoc państwa w zakresie dożywiania” - ponad 5 mld zł.

NIK ocenia, że warunki organizacyjne w kontrolowanych szkołach nie zawsze sprzyjały osiągnięciu oczekiwanych efektów tych programów. **Skuteczność programów żywieniowych** „Mleko w szkole” i „Owoce i warzywa w szkole” **osłabiał** brak urozmaicenia produktów, a przede wszystkim **niezrealizowanie jednego z podstawowych założeń, czyli spożywania otrzymanych produktów na terenie szkoły.**

Według oświadczeń rodziców, owoce i warzywa na terenie szkoły zawsze spożywało zaledwie 10 proc. uczniów, a mleko 12,5 proc. **Pozostałe dzieci zabierały je do domu, często ich nie spożywają.** Badania ankietowe, w którym udział wzięli rodzice uczniów klas I-VI pokazały, że nawyk codziennego spożywania mleka i przetworów mlecznych posiadało jedynie 56,7 proc., a owoców tylko 53 proc. uczniów szkół podstawowych.

Wszystkie skontrolowane szkoły przekazywały uczniom w ramach programu „Mleko w szkole” wyłącznie mleko, pomimo że Program umożliwiał dostarczanie także jego przetworów (czyli twarogów i jogurtów). Ponadto Izba zwraca uwagę, że wzrasta liczba dzieci z nietolerancją laktozy. Z kontroli NIK wynika natomiast, że żadna ze szkół, nawet mając informacje o uczniach nietolerujących laktozy, nie skorzystała z możliwości zakupu mleka, które jej nie zawierało.

Formalnie w latach 2010-2015 tylko jedna gmina w Polsce (w 2012 r. - dwie) nie uczestniczyła w **programie „Pomoc państwa w zakresie dożywiania”**. NIK wskazuje jednak, że w tym samym czasie spadła liczba dzieci do 7 roku życia (o 11,3 proc.) oraz uczniów do czasu ukończenia szkoły ponadgimnazjalnej (o 9 proc.), korzystających z Programu i otrzymujących bezpłatny gorący posiłek. Najczęstszą przyczyną nieobjęcia dzieci dożywianiem była niechęć rodziców lub opiekunów do korzystania z tej formy pomocy.

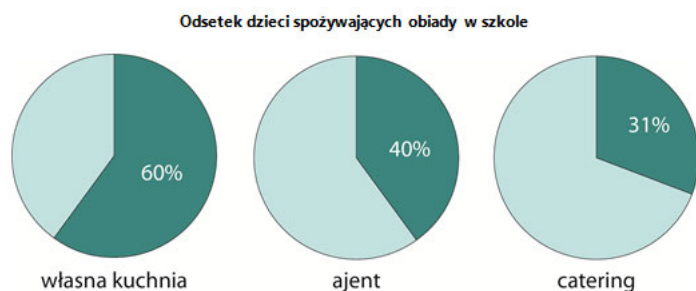
#### Organizacja żywienia w szkole

Kontrola wykazała, że **sposób organizacji żywienia w szkole ma wpływ na liczbę uczniów**

## spożywających szkolne obiady.

**W skontrolowanych szkołach posiadających własną kuchnię**, lub korzystających z kuchni w innych placówkach, **rodzice wykupywali obiady dla 53 proc. uczniów** nieobjętych programem „Pomoc państwa w zakresie dożywiania”. Tymczasem w szkołach w których obiady dowoziła firma cateringowa obiady spożywało średnio tylko 25,3 proc. uczniów, czyli o połowę mniej, a tam gdzie kuchnię prowadził agent - zaledwie 7,8 proc.

**Przykład.** Z badania ankietowego na temat żywienia w szkołach (przeprowadzonego przez Urząd Miasta Krakowa w 2015 roku, ankiety rozesłane do dyrektorów nadzorowanych szkół) wynika, że z posiłków w szkołach, które prowadziły własne stołówki korzystało około 60 proc. uczniów, a w szkołach ze stołówkami prowadzonymi przez agenta lub z cateringiem odpowiednio: 40 proc i 31 proc. ogólnej liczby uczniów.



Źródło: Dokumentacja z kontroli NIK – na podstawie badania ankietowego przeprowadzonego przez Urząd Miasta Krakowa

Z kontroli NIK wynika, że **organizacja obiadów przez agenta lub firmę cateringową wiązała się ze znacznym wzrostem ceny posiłku, która była nawet ponad dwukrotnie wyższa** od ceny w prowadzonej przez szkołę własnej stołówce. W ocenie Izby była to główna przyczyna rezygnacji rodziców z wykupywania dzieciom obiadów w szkole.

W części polskich gmin funkcjonuje wiele szkół posiadających własną kuchnię. Na przykład spośród 97 szkół, dla których organem prowadzącym było **Miasto Białystok**, własne kuchnie posiadało 81 placówek. Gmina ponosiła wszystkie koszty związane z przygotowaniem i wydawaniem obiadów, natomiast koszty produktów niezbędnych do przygotowania posiłku pokrywali rodzice.

## Jadłospisy

**NIK zwraca uwagę na niewłaściwe zbilansowanie obiadów podawanych uczniom w szkole.** Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie przeprowadziła na zlecenie NIK **badanie 15 jadłospisów** (bez względu na formę organizacji obiadów) oraz dokonała oceny m.in. kaloryczności, wartości odżywczej i urozmaicenia posiłków podawanych uczniom.

Z analizy wynika, że żadna ze skontrolowanych placówek nie zapewniła obiadów w 100 proc. spełniających odpowiednie normy żywieniowe dla dzieci i młodzieży. **We wszystkich ocenianych jadłospisach była zbyt duża zawartość białka i węglowodanów, a w ponad 85 proc. również tłuszczów.**

Kontrola środków spożywczych wykorzystanych do przygotowania posiłków wykazała, że średnia zawartość białka ogółem w produktach wynosiła od 169 proc. do 462 proc., natomiast tłuszczów mogło być za mało - od 90 proc. lub zbyt dużo - do 333 proc. średniego zapotrzebowania dla żywionej grupy uczniów.

We wszystkich zbadanych szkołach, w których dokonano pełnej oceny żywienia, stwierdzono zawyżoną zawartość węglowodanów, wynoszącą od 136 proc. do 300 proc. normy dla żywionej grupy

uczniów.

**W 12 z 15 zbadanych jadłospisów stwierdzono nadmierną ilość sodu**, w tym w ośmiu przypadkach dopuszczalna norma przekroczona została ponad trzykrotnie.

NIK zwraca także uwagę na **zbyt krótkie i zbyt wczesne przerwy obiadowe**. W skrajnym przypadku, w jednej z kontrolowanych szkół obiady wydawane były już od godziny 9.20, a w kolejnej od 10.10. Tak wczesne podawanie obiadu uczniom negatywnie wpływa na wyrobienie nawyku spożywania posiłków o odpowiedniej porze i zaburza prawidłowe przerwy pomiędzy poszczególnymi posiłkami.

**W sześciu z 20 skontrolowanych szkół uczniowie nie mieli zapewnionego dostępu do wody pitnej**. W pozostałych szkołach chętni uczniowie otrzymywali bezpłatnie wodę lub kompot. W trzech szkołach zamontowano tzw. poidelka (źródelka ze świeżo przefiltrowaną wodą), z których uczniowie mogli korzystać nawet bez konieczności posiadania kubka.

Sklepiki szkolne

**Od 1 września 2015 r. obowiązuje zakaz sprzedaży „niezdrowych produktów” w polskich szkołach**. Minister Zdrowia w rozporządzeniu w sprawie żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży, określił grupy produktów przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w szkołach.

Przeprowadzone na zlecenie NIK przez inspektorów sanitarnych **kontrole asortymentu sprzedawanego w sklepikach szkolnych** wykazały, że wciąż w **blisko 30 proc. sklepików** (w pięciu na 17 zbadanych) był on niezgodny z wymaganiami określonymi w rozporządzeniu. Dla przykładu w jednym ze sklepików znajdowało się 70 produktów niespełniających wymagań rozporządzenia, w tym np. napoje izotoniczne posiadające informacje na etykiecie, iż mogą mieć „szkodliwy wpływ na aktywność i skupienie uwagi u dzieci”. W pozostałych 12 sklepikach, sprzedawano wyłącznie produkty spełniające wymogi. Z kolei ankietowani przez NIK rodzice (21,4 proc.) zwrócili uwagę, że w sklepikach szkolnych sprzedawano za mało zdrowej żywności.

Działalność edukacyjna

NIK dobrze ocenia podejmowane przez objęte kontrolą szkoły działania edukacyjne. **W szkołach prowadzone były zajęcia lekcyjne na temat zdrowego odżywiania, zajęcia praktyczne, prelekcje pielęgniarek i dietetyków przeznaczone zarówno dla uczniów jak i rodziców oraz liczne konkursy**. Działania edukacyjne prowadzone były zarówno w związku z uczestnictwem w programach żywieniowych, jak i wynikały z realizacji podstawy programowej. **Na szczególne wyróżnienie zasługują inicjatywy polegające na angażowaniu uczniów w przygotowywanie posiłków i naukę zasad zdrowego żywienia poprzez zabawę oraz organizowanie wspólnych śniadań nauczycieli z uczniami**.

**Wnioski NIK**

NIK rekomenduje jednostkom samorządu terytorialnego:

- gromadzenie i wykorzystywanie zbiorczych wyników badań BMI przy planowaniu działań profilaktycznych i edukacyjnych oraz ocenie skuteczności realizowanych programów;
- aktywne wspieranie szkół w działalności edukacyjnej na temat zasad zdrowego żywienia.

NIK rekomenduje placówkom oświatowym:

- wykorzystywanie zbiorczych wyników badań BMI przy planowaniu działań profilaktycznych i edukacyjnych;
- zachęcanie uczniów do spożywania na terenie szkoły produktów otrzymanych w ramach



realizowanych programów;

- wspólne spożywanie śniadań nauczycieli z uczniami;
- zapewnienie właściwej organizacji spożycia posiłków, w tym przerw pomiędzy lekcjami umożliwiającymi spokojne zjedzenie obiadu wszystkim uczniom korzystającym z tej formy żywienia.

**Kontrolę przeprowadzono w 20 szkołach oraz 10 urzędach gmin** z obszaru województw: lubelskiego, małopolskiego, mazowieckiego, podlaskiego i kujawsko-pomorskiego.