



Office for Health
Improvement
& Disparities

Zaproszenie do zgłaszania uwag na temat witaminy D

Pragniemy poznać opinie respondentów na temat sposobów podniesienia poziomu przyjmowania witaminy D przez populację mieszkańców Anglii.

Kontekst: Urząd ds. Poprawy Stanu Zdrowia i Przeciwdziałania Nierównościom (ang. Office for Health Improvement and Disparities, OHID) pragnie uzyskać opinie na temat sposobów podniesienia poziomu witaminy D w populacji mieszkańców Anglii, zgodnie z obecnymi zaleceniami, a także na temat łagodzenia związanych z tą kwestią różnic w stanie zdrowia oraz osiągnięcia poprawy stanu zdrowia populacji poprzez maksymalizację korzyści płynących ze stosowania tej witaminy.

Zaproszenie do zgłaszania uwag będzie trwało przez 6 tygodni, a uczestniczyć w nim mogą wszystkie osoby w wieku od 16 lat. Uczestnicy mogą udzielać odpowiedzi jako osoby indywidualne lub w imieniu organizacji.

Zachęcamy wszystkich do udziału, dzięki któremu możliwe będzie przekazanie nam swoich sugestii.

Aby zgłosić swoje uwagi w ramach zaproszenia, należy wypełnić [ankietę internetową] (<https://consultations.dhsc.gov.uk/6232fcb49ec44360f8538647>). Odpowiedzi można również udzielić pocztą elektroniczną, wysyłając je na adres: vitamind.enquiries@dhsc.gov.uk lub pocztą zwykłą na adres: Vitamin D call for evidence, Department of Health and Social Care, 39 Victoria Street, London, SW1H 0EU

Podsumowanie

Temat niniejszego zaproszenia do zgłaszania uwag

Witamina D pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i mięśni. Niniejsze zaproszenie do zgłaszania uwag ma na celu poznanie opinii na temat sposobu podniesienia poziomu witaminy D w populacji mieszkańców Anglii, zgodnie z obecnymi zaleceniami, a także na temat łagodzenia związanych z tą kwestią różnic w stanie zdrowia oraz osiągnięcia poprawy stanu zdrowia populacji poprzez maksymalizację korzyści płynących ze stosowania tej witaminy. Obejmuje ono uzyskanie opinii na temat przyjmowania witaminy D w żywności oraz suplementach diety, szczególnie przez osoby z grup podwyższonego ryzyka.

Zakres niniejszego zaproszenia do zgłaszania uwag

Niniejsze zaproszenie do zgłaszania uwag ma na celu poznanie opinii respondentów o następujących zagadnieniach:

- łagodzenie różnic w stanie zdrowia związanych z dostępem do witaminy D i jej przyjmowaniem
- zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat witaminy D
- zwiększenie świadomości pracowników ochrony zdrowia i opieki na temat witaminy D
- podniesienie poziomu witaminy D poprzez dietę, w tym żywność wzbogaconą oraz biofortyfikację
- podniesienie poziomu witaminy D poprzez suplementy diety oraz ułatwienie dostępu do suplementów i zwiększenie ich dostępności

Do kogo skierowane jest niniejsze zaproszenie do zgłaszania uwag

Rząd pragnie zachęcić do udziału wszystkie osoby indywidualne, organizacje oraz firmy pragnące wyrazić opinię na temat podniesienia poziomu witaminy D w populacji mieszkańców Anglii, a także łagodzenia związanych z tą kwestią różnic w stanie zdrowia oraz osiągnięcia poprawy stanu zdrowia populacji.

Czas trwania

Niniejsze zaproszenie do zgłaszania uwag będzie trwało przez 6 tygodni od 3 kwietnia do 15 maja 2022 r.

Organ wiodący

Niniejszym zaproszeniem do zgłaszania uwag kieruje Urząd ds. Poprawy Stanu Zdrowia i Przeciwdziałania Nierównościom (ang. Office for Health Improvement and Disparities, OHID) w Ministerstwie Zdrowia i Opieki Społecznej (ang. Department of Health and Social Care, DHSC).

Sposób udzielenia odpowiedzi w ramach zaproszenia do zgłaszania uwag oraz uzyskania informacji na jego temat

Najprostszym sposobem udzielenia odpowiedzi przez osoby indywidualne w ramach zaproszenia do zgłaszania uwag jest wypełnienie internetowej ankiety:

<https://consultations.dhsc.gov.uk/6232fcb49ec44360f8538647>).

Zgłoszenia na piśmie w pliku Word lub PDF można przesyłać na adres e-mail vitamind.enquiries@dhsc.gov.uk

Odpowiedzi na piśmie można przesyłać pocztą na adres:

Vitamin D call for evidence
Department of Health and Social Care
39 Victoria Street
London
SW1H 0EU

Zgłoszenia na piśmie zostaną zeskanowane w celu wykonania kopii cyfrowej, po czym zostaną zniszczone.

W razie problemów w korzystaniu z ankiety, zapytania można przesłać na adres vitamind.enquiries@dhsc.gov.uk. W wiadomościach wysyłanych na ten adres e-mail nie należy podawać żadnych danych osobowych.

Respondenci mogą odpowiedzieć na wszystkie lub tylko na wybrane pytania zawarte w dokumencie. Urząd OHID jest zainteresowany odpowiedziami częściowymi, w których respondenci koncentrują się na aspektach najbardziej dla nich istotnych.

Odpowiadając na pytania w zaproszeniu do zgłaszania uwag nie należy podawać żadnych informacji umożliwiających ustalenie tożsamości respondenta lub innych osób. Na przykład, nie należy podawać nazwiska, wieku, stanowiska ani adresu e-mail jakichkolwiek osób, jeżeli nie jest to wymagane.

W celu zapewnienia kształtowania polityki rządu w sposób reprezentujący wszystkie grupy społeczne oraz uzyskania wiedzy na temat potencjalnego wpływu poglądów i doświadczeń na określone grupy populacyjne, prosimy o odpowiedź na dodatkowe pytania charakteryzujące respondentów. Wyniki zostaną uporządkowane w grupach odpowiedzi od osób o takich samych cechach. Analizy i publikowane wyniki nie będą umożliwiały identyfikacji tożsamości poszczególnych respondentów.

W odpowiedziach na pytania w zaproszeniu do zgłaszania uwag nie należy ujawniać tożsamości jakichkolwiek osób.

Ochrona danych

W celu uzyskania dalszych informacji należy zapoznać się z oświadczeniem o ochronie danych.

Po zakończeniu zaproszenia do zgłaszania uwag

Wkrótce po zakończeniu zaproszenia do zgłaszania uwag w dniu 15 maja rząd opublikuje podsumowanie odpowiedzi. Uzyskane dane zostaną uwzględnione w ramach polityki dążenia do podniesienia poziomu witaminy D w populacji, co może prowadzić do dalszych konsultacji w przyszłości.

Słowo wstępne ze strony ministerstwa

Witamina D jest konieczna do zapewnienia zdrowia mięśni i kości (czyli układu mięśniowo-szkieletowego). Wiadomo jednak, że źródła witaminy D w żywności są ograniczone, a ludzie uzyskują większość tej substancji podczas naświetlania skóry przez słońce wiosną i latem.

Zgodnie z [aktualnymi zaleceniami](#) wszyscy powinni uwzględnić przyjmowanie suplementu diety zawierającego witaminę D codziennie w okresie od października do marca, a osoby należące do niektórych grup podwyższonego ryzyka, w tym osoby, które nie wychodzą często na zewnątrz, np. są osłabione lub nie są w stanie wyjść z domu, a także osoby o ciemnej skórze, powinny uwzględnić przyjmowanie suplementu z witaminą D przez cały rok. Wiadomo jednak, że poziom przyjmowania suplementów diety jest niski, a [przyjmowanie witaminy D jest poniżej zalecanego poziomu we wszystkich grupach wiekowych](#). Potwierdzają to dane, z których wynika, że około [13% do 16% wszystkich osób dorosłych ma niski poziom witaminy D](#), a średni poziom witaminy D jest wyższy u osób dorosłych z białych grup etnicznych w porównaniu z dorosłymi z czarnych afrykańskich, czarnych karaibskich i innych czarnych oraz południowoazjatyckich grup etnicznych.

Dane te wskazują na ryzyko dla zdrowia oraz nierówności pomiędzy populacjami, które muszą zostać zmniejszone, aby możliwa była realizacja dążenia do polepszenia jakości żywienia oraz umożliwienie całemu społeczeństwu osiągnięcia zdrowego trybu życia. Urząd [OHID](#) powstał jako organ wiodący w działaniach ministerstwa mających na celu doskonalenie zdrowia obywateli tak, aby wszyscy mieli szansę żyć dłużej w dobrym zdrowiu, oraz niwelowanie nierówności zdrowotnych poprzez przerwanie związku pomiędzy pochodzeniem a zdrowym trybem życia.

Pandemia koronawirusa (COVID-19) szczególnie uwidoczniła wyzwania i nierówności związane ze stanem zdrowia w następstwie zmiany stylu życia oraz wdrożenia ograniczeń społecznych. W trakcie pandemii rząd zapewnił ponad [900 tys. suplementów z witaminą D](#) osobom zaliczanym z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka oraz osobom przebywającym w domach opieki, które musiały spędzać więcej czasu w pomieszczeniach zamkniętych.

W chwili obecnej, kiedy ograniczenia są znoszone i próbujemy żyć z COVID-19, przyszedł dobry moment na rozważenie sposobów poprawienia poziomu przyjmowania witaminy D w populacji, szczególnie w grupach podwyższonego ryzyka.

Niniejsze zaproszenie do zgłaszania uwag rozpoczyna ogólnokrajową kampanię zwiększania świadomości na temat znaczenia zdrowego poziomu witaminy D oraz okres zaangażowania głównych podmiotów w celu identyfikacji ambitnych i nowatorskich sposobów poprawy poziomu tej witaminy w populacji. O uwzględnienie tej kwestii poproszony został również [Naukowy Komitet Doradczy do spraw Żywienia \(Scientific Advisory Committee on Nutrition, SACN\)](#). Zachęcamy wszystkich do przekazania nam opinii o tym, jak razem możemy osiągnąć ten cel.

Wstęp

Zgodnie z zaleceniami rządu dotyczącymi żywienia, uzyskanie zalecanych składników odżywczych, w tym błonnika, witamin i składników mineralnych powinno być możliwe dzięki zdrowej i zrównoważonej diecie. Zalecenia te opierają się na rekomendacjach SACN oraz zostały zawarte w brytyjskim modelu zdrowego żywienia, czyli w przewodniku [Eatwell Guide](#). Większość ludzi nie realizuje jednak zaleceń dotyczących żywienia.

Dane z [najnowszych krajowych badań dotyczących diety i żywienia \(National Diet and Nutrition Survey \(NDNS\)\)](#) wskazują, że spożycie tłuszczów nasyconych, cukru i soli w populacji przekracza poziom zalecany przez rząd, a spożycie błonnika, owoców i warzyw oraz tłustych ryb jest poniżej tych zaleceń. Ocenia się, że dieta przeciętnej

osoby dorosłej zawiera od 200 do 300 kalorii dziennie więcej niż jest wymagane do osiągnięcia zdrowej wagi ciała.

Dieta przedstawicieli grup o niższych dochodach jest nieco mniej zdrowa niż grup o wyższych dochodach (np. niższe jest spożycie owoców i warzyw, błonnika oraz niektórych witamin i składników mineralnych), ale wszystkie grupy dochodowe zasadniczo nie przestrzegają zaleceń rządu.

Witamina D

Witamina D reguluje ilość wapnia i fosforanów w organizmie człowieka. Te składniki odżywcze są konieczne do utrzymania zdrowych kości i mięśni. Niedobór witaminy D może prowadzić do chorób kości u dzieci, w tym krzywicy, a u dorosłych do bólów i osłabienia mięśni, co może również zwiększać ryzyko upadków u osób starszych.

Witamina D jest obecna w żywności tylko w niewielkich ilościach. Jej źródłami są między innymi tłuste ryby (np. łosoś, sardynki, śledzie i makrele), czerwone mięso, wątroba i żółtka jaj. Ponadto niektóre produkty spożywcze, takie jak tłuszcze do smarowania i płatki śniadaniowe, są wzbogacane tą witaminą. Wzbogacanie żywności i napojów witaminą D jest nieobowiązkowe, ale musi być zgodne z wymogami legislacyjnymi dotyczącymi bezpiecznego poziomu dodatków.

Głównym źródłem witaminy D jest bezpośrednio nasłonecznienie skóry. W okresie od końca marca i początku kwietnia do końca września większość ludzi może wytworzyć (syntezować) całą konieczną witaminę D dzięki nasłonecznieniu skóry oraz uzyskać ją ze zrównoważonej diety. W miesiącach jesienno-zimowych ilość światła słonecznego jest niewystarczająca, aby możliwa była synteza tej witaminy. W związku z powyższym rząd zaleca obecnie, aby wszyscy uwzględnili przyjmowanie codziennie suplementu diety zawierającego witaminę D w miesiącach jesienno-zimowych. Obecne zalecenia dotyczące witaminy D mają na celu zapewnienie zdrowia układu mięśniowo-szkieletowego.

Latem niektórzy ludzie spędzają bardzo niewiele czasu na słońcu, a nawet wcale, więc nie mogą wytworzyć wystarczająco dużo witaminy D z tego źródła. Ta grupa obejmuje osoby starsze, osoby niemogące wyjść z domu lub przebywające w pomieszczeniach przez dłuższy czas, osoby przebywające w domach opieki lub innych placówkach, a także osoby noszące ubrania zakrywające większość ciała podczas pobytu poza domem.

Zalecenia

Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej zaleca, aby osoby dorosłe oraz dzieci w wieku powyżej 4 lat przyjmowały codziennie suplement diety zawierający 10 mikrogramów (400 jednostek) witaminy D przez cały rok, jeżeli:

- nie wychodzą często z pomieszczeń zamkniętych – np. są osłabione lub nie mogą opuścić lokalu mieszkalnego
- przebywają w domu opieki lub w podobnej placówce
- zazwyczaj noszą ubrania zakrywające większość ciała podczas pobytu poza domem

Osoby o ciemnej skórze należące do czarnej afrykańskiej, czarnej karaibskiej i innych czarnych lub południowoazjatyckich grup etnicznych również mogą nie wytwarzać odpowiedniej ilości witaminy D pod wpływem światła słonecznego. Osobom tym zalecane jest rozważenie przyjmowania suplementu diety zawierającego 10 mikrogramów witaminy D codziennie przez cały rok.

[Dzieci w wieku do 1 roku do 4 lat również powinny przyjmować codziennie](#) suplement diety zawierający 10 mikrogramów (400 jednostek) witaminy D przez cały rok. Noworodki i niemowlęta od urodzenia do 1 roku życia również powinny przyjmować codziennie suplementy diety zawierające od 8,5 mikrogramów (340 jednostek) do 10 mikrogramów (400 jednostek) witaminy D przez cały rok, jeżeli są karmione piersią lub mlekiem modyfikowanym dla niemowląt, przy czym spożywają mniej niż 500 mililitrów mleka modyfikowanego

dziennie (ponieważ mleko modyfikowane dla niemowląt jest już wzbogacane witaminą D).

Rządowe zalecenia dotyczące witaminy D oparte są na rekomendacjach zawartych w [raporcie SACN dotyczącym zdrowia i witaminy D](#) z 2016 r.

Ilość witaminy D przyjmowana w żywności przez mieszkańców Wielkiej Brytanii jest poniżej zalecanego poziomu we wszystkich grupach wiekowych, co potwierdzają dane wykazujące niski poziom witaminy D we krwi. [Dane NDNS \(2014 – 2016\)](#) wskazują, że około 13% do 17% osób dorosłych w Wielkiej Brytanii ma niski poziom witaminy D. Średni poziom witaminy D jest wyższy u dorosłych ludzi białych niż u dorosłych członków czarnych i azjatyckich grup etnicznych.

Krajowy Instytut Jakości Ochrony Zdrowia i Opieki (National Institute for Health and Care Excellence, NICE) opublikował [wytyczne dotyczące stosowania suplementów diety z witaminą D](#), których celem jest przeciwdziałanie niedoborowi tej witaminy w określonych populacjach.

Interesujące nas informacje

Jesteśmy zainteresowani opiniami na następujące konkretne tematy:

- łagodzenie różnic w stanie zdrowia związanych z dostępem do witaminy D i jej przyjmowaniem
- zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat witaminy D
- zwiększenie świadomości pracowników ochrony zdrowia i opieki na temat witaminy D
- podniesienie poziomu witaminy D poprzez dietę, w tym żywność wzbogaconą oraz biofortyfikację
- podniesienie poziomu witaminy D poprzez suplementy diety oraz ułatwienie dostępu do suplementów i zwiększenie ich dostępności

Pytania objęte niniejszym zaproszeniem do zgłaszania uwag

Łagodzenie różnic w stanie zdrowia związanych z dostępem do witaminy D i jej przyjmowaniem

Niektóre grupy w populacji są wyjątkowo narażone na niedobór witaminy D, w tym osoby o ciemnej skórze (np. czarna afrykańska, czarna karaibska i inne czarne oraz południowoazjatyckie grupy etniczne), osoby rzadko przebywające na świeżym powietrzu wiosną i latem, np. osoby starsze, osoby niezdolne do wyjścia z pomieszczeń zamkniętych, osoby przebywające w pomieszczeniach przez dłuższy okres lub osoby przebywające w domach opieki lub innych placówkach, a także osoby noszące ubrania zakrywające większość ciała podczas pobytu poza domem. Grupom tym zalecane jest uwzględnienie zażywania suplementów diety codziennie przez cały rok.

Pytanie

Czy Pana/Pani zdaniem istnieją określone grupy w populacji (oprócz grup wymienionych w niniejszym zaproszeniu do zgłaszania uwag), które mogą mieć trudności w dostępie do witaminy D i/lub w jej przyjmowaniu?

Prosimy o podanie szczegółowych informacji oraz uzasadnienia w odniesieniu do tych grup, jeżeli jest to możliwe.

Pytanie

Czy ma Pan/Pani sugestie związane ze sposobem, w jaki wytyczne rządowe dotyczące witaminy D mogłyby zostać lepiej dostosowane do potrzeb grup podwyższonego ryzyka?

Prosimy o podanie szczegółowych informacji oraz uzasadnienia w odniesieniu do tych grup, jeżeli jest to możliwe.

Zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat witaminy D

Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej wydało [wytyczne dla pracowników ochrony zdrowia i opieki dotyczące suplementów z witaminą D dla grup podwyższonego ryzyka w 2012 r.](#) oraz dalsze [wytyczne w 2020 r. dla społeczeństwa dotyczące przyjmowania suplementów z witaminą D w okresie jesienno-zimowym](#). [Strona internetowa NHS](#) również zawiera informacje na temat witamin i składników mineralnych, w tym witaminy D, ich źródeł i korzyści, a także ryzyka związanego z niedoborem witaminy D lub przyjmowaniem jej nadmiernej ilości. Regiony i obszary lokalne mogą prowadzić działania zwiększające świadomość na temat zaleceń dietetycznych związanych z witaminą D.

W związku z dostarczaniem bezpłatnych suplementów z witaminą D dla grup podwyższonego ryzyka w Anglii podczas pandemii COVID-19, Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej udzieliło [dalszych wytycznych dotyczących bezpiecznego stosowania suplementów z witaminą D](#).

Niniejsze zaproszenie do zgłaszania uwag rozpoczyna ogólnokrajową kampanię zwiększania świadomości na temat krajowych wytycznych oraz zaleceń dietetycznych związanych z witaminą D oraz powiązanymi z tą kwestią nierównościami w stanie zdrowia, w której uczestniczyć będą różnorodne zaangażowane podmioty oraz organizacje z sektora żywności.

Przed okresem jesiennym, gdy większość społeczeństwa będzie narażona na niski poziom witaminy D, zintensyfikujemy propagowanie naszych zaleceń i wytycznych dotyczących utrzymania odpowiedniego poziomu witaminy D w okresie zimowym.

Pytanie

Czy może Pan/Pani podać przykłady lub analizy przypadków nowatorskich kampanii promocyjnych dotyczących witaminy D?

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie dotyczące możliwych działań podmiotów sprzedaży detalicznej i producentów w celu wspierania promocji witaminy D?

Prosimy o podanie przykładów nowatorskich działań w tej dziedzinie.

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie lub analizy przypadków dotyczące możliwych działań krajowych oraz lokalnych służb ochrony zdrowia i opieki w celu wspierania promocji witaminy D?

Zwiększenie świadomości pracowników ochrony zdrowia i opieki na temat witaminy D

Wiadomo, że osoby przebywające rzadziej na świeżym powietrzu są bardziej narażone na niedobór witaminy D, w tym osoby starsze, osoby niezdolne do wyjścia z pomieszczeń zamkniętych, osoby przebywające w pomieszczeniach przez dłuższy okres lub osoby przebywające w domach opieki bądź w innych placówkach, a także osoby noszące ubrania zakrywające większość ciała podczas pobytu poza domem.

Pracownicy ochrony zdrowia i opieki w placówkach ochrony zdrowia oraz w społecznościach lokalnych pracują w różnorodnych środowiskach oraz nawiązują cenne relacje w trakcie świadczenia opieki i wsparcia. Mają oni wyjątkową rolę umożliwiającą udzielanie porad i zaleceń swoim podopiecznym.

Dla większości osób pierwszym punktem kontaktu ze służbami ochrony zdrowia są placówki podstawowej opieki zdrowotnej, a najczęściej jest to lekarz pierwszego kontaktu. Placówki podstawowej opieki zdrowotnej coraz częściej stają się lokalnymi ośrodkami zapewniającymi różnorodne porady i formy wsparcia dla społeczności

lokalnych w celu promowania zdrowia. Regionalne i lokalne służby ochrony zdrowia mogą również prowadzić działania promujące zdrowie i dobrostan w swoich społecznościach.

Pytanie

Czy Pana/Pani zdaniem konieczne jest zwiększenie świadomości (lub zasobów informacyjnych) pracowników ochrony zdrowia i opieki na temat witaminy D?

- zgadzam się
- nie zgadzam się
- Nie wiem

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie lub analizy przypadków dotyczące zwiększania świadomości na temat witaminy D wśród pracowników ochrony zdrowia i opieki?

Prosimy o podanie przykładów nowatorskich działań w dziedzinie zwiększania świadomości na temat witaminy D.

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie lub analizy przypadków dotyczące sposobów, w jakie pracownicy ochrony zdrowia i opieki mogą być wspierani w udzielaniu porad oraz pomocy w sposób dostosowany do różnorodnych potrzeb społeczności lokalnych?

Podniesienie poziomu witaminy D poprzez dietę, w tym żywność wzbogaconą oraz biofortyfikację

Główne źródła witaminy D to światło słoneczne, niewielka liczba produktów żywnościowych oraz suplementy diety. Uzyskanie odpowiedniej ilości witaminy D wyłącznie z żywności jest trudne, ponieważ występuje ona tylko w niewielkiej liczbie produktów

spożywczych. Jej źródłami są między innymi tłuste ryby (np. łosoś, sardynki, śledzie i makrele), czerwone mięso, wątroba i żółtka jaj oraz żywność wzbogacana – np. niektóre tłuszcze do smarowania i płatki śniadaniowe.

Niektóre produkty spożywcze w Wielkiej Brytanii są nieobowiązkowo wzbogacane witaminą D przez producentów. Dotyczy to niektórych tłuszczy do smarowania, napojów roślinnych (np. mleka sojowego lub migdałowego), mleka zagęszczonego i mleka w proszku oraz płatków śniadaniowych. Cała margaryna sprzedawana w Wielkiej Brytanii do użycia w gospodarstwach domowych była w przeszłości obowiązkowo wzbogacana witaminą D (oraz witaminą A) od roku 1940 [do momentu zniesienia tego wymogu w roku 2013](#). Wymóg ten został zniesiony, ponieważ na rynku brytyjskim pozostało bardzo niewiele produktów zgodnych z prawną definicją „margaryny”. Obecnie wiele tłuszczy do smarowania jest jednak dobrowolnie wzbogacanych przez producentów witaminą D.

Zgodnie z wcześniejszą legislacją Unii Europejskiej, zachowaną przez Wielką Brytanię po jej wyjściu z UE, [mleko modyfikowane dla niemowląt jest obowiązkowo wzbogacane witaminą D](#) w celu wspierania rozwoju zdrowych zębów i kości od najwcześniejszego etapu rozwoju dziecka. [Zgodnie z aktualnymi zaleceniami rządowymi](#) kobiety karmiące piersią powinny uwzględnić przyjmowanie suplementu diety z witaminą D (zawierającego 10 mikrogramów (400 jednostek)). Jeżeli niemowlę jest karmione wyłącznie mlekiem matki lub mlekiem modyfikowanym i przyjmuje mniej niż 500 mililitrów mleka modyfikowanego dziennie (mleko modyfikowane dla niemowląt jest już wzbogacane witaminą D), należy podawać mu codziennie suplement zawierający od 8,5 mikrogramów do 10 mikrogramów (340 - 400 jednostek) witaminy D.

Wzbogacanie podstawowych produktów spożywczych może stanowić metodę zwiększenia poziomu witaminy D w populacji, szczególnie w grupach podwyższonego ryzyka niedoboru tej witaminy, które mogą mieć utrudniony dostęp do źródeł witaminy D ze zwykłej diety, z suplementów lub ze światła słonecznego.

[W Stanach Zjednoczonych](#) niemal całe mleko jest nieobowiązkowo wzbogacane witaminą D. Inne produkty spożywcze wzbogacane nieobowiązkowo obejmują płatki śniadaniowe (około 75%), napoje zastępujące mleko (nieco powyżej 50%), jogurty (około 25%) oraz

sery, soki i tłuszcze do smarowania. Dodatek witaminy D do mleka modyfikowanego dla niemowląt jest obowiązkowy.

[W Kanadzie](#) wzbogacanie mleka i margaryny witaminą D jest obowiązkowe, a wzbogacone napoje roślinne (np. mleko sojowe) muszą zawierać taką samą ilość tej witaminy jak mleko krowie. Mleko modyfikowane dla niemowląt jest również obowiązkowo wzbogacane.

Biofortyfikacja żywności polega na modyfikowaniu źródła żywności zamiast dodawania substancji odżywczych do tego źródła (wzbogacanie). Biofortyfikacja jaj lub grzybów poddawanych działaniu promieniowania UV witaminą D może poprawić poziom witaminy D w populacji.

Jesteśmy zainteresowani nowatorskimi programami i działaniami mającymi na celu podkreślenie roli witaminy D lub promowanie jej w handlu detalicznym żywności i napojów oraz w innych obszarach.

Pytanie

Czy może Pan/Pani podać jakieś przykłady programów lub działań promujących witaminę D w żywności i napojach w handlu detalicznym oraz w innych obszarach (włącznie z podejściem dostosowanym do potrzeb grup podwyższonego ryzyka)?

Pytanie

Interesują nas opinie dotyczące nieobowiązkowego (opartego na decyzji producenta) oraz obowiązkowego (wymaganego przez rząd) wzbogacania żywności i napojów witaminą D.

Czy Pana/Pani zdaniem występują jakiegokolwiek problemy lub nierówności w dostępie do żywności i napojów i/lub spożywaniu ich, które rząd powinien uwzględnić?

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie lub analizy przypadków dotyczące zwiększania świadomości na temat żywności i napojów wzbogaczanych witaminą D?

Prosimy o udzielenie informacji uzasadniających odpowiedź, jeżeli jest to możliwe.

Pytanie

Czy zgadza się Pan/Pani, czy też nie zgadza, z twierdzeniem, że popularyzacja wiedzy na temat żywności i napojów wzbogacanych witaminą D oraz zwiększenie ich dostępności przyniosłaby korzyści dla firm?

- zgadzam się
- nie zgadzam się
- Nie wiem

Prosimy o uzasadnienie odpowiedzi.

Pytanie

Czy zgadza, czy też nie zgadza się Pan/Pani z twierdzeniem, że popularyzacja wiedzy na temat żywności i napojów wzbogacanych witaminą D oraz zwiększenie ich dostępności przyniosłaby korzyści społeczeństwu?

- zgadzam się
- nie zgadzam się
- Nie wiem

Prosimy o uzasadnienie odpowiedzi.

Pytanie

Czy zgadza, czy też nie zgadza się Pan/Pani z twierdzeniem, że normalizacja nieobowiązkowego wzbogacania żywności i napojów witaminą D przyniosłaby korzyści firmom i konsumentom?

Normalizacja oznacza ustalenie minimalnego poziomu substancji wzbogacającej.

- zgadzam się

- nie zgadzam się
- Nie wiem

Prosimy o uzasadnienie odpowiedzi.

Podniesienie poziomu witaminy D poprzez stosowanie suplementów diety oraz zwiększenie ich dostępności

Według danych z listopada 2020 r. w Wielkiej Brytanii (Anglii, Szkocji i Walii) w 2020 r. zakupionych zostało około 7 milionów jednostek suplementów z witaminą D (Nielsen, 2020). Konsumenci zazwyczaj kupują suplementy z witaminą D bez recepty od sprzedawców detalicznych, tzn. w supermarketach, drogeriach, aptekach lub w sklepach ze zdrową żywnością.

Witamina D w postaci leku dostępnego wyłącznie na receptę może być wydawana osobom, które tego wymagają ze względów zdrowotnych.

Zapewnianie bezpłatnych suplementów z witaminą D w Anglii w trakcie pandemii

W trakcie pandemii COVID-19 rząd zapewnił ponad 900 tys. suplementów z witaminą D osobom zaliczanym z przyczyn medycznych do grupy skrajnie wysokiego ryzyka oraz osobom przebywającym w domach opieki, które były najbardziej narażone na niedobór tej substancji, gdyż musiały spędzać znacznie więcej czasu w pomieszczeniach zamkniętych. W chwili obecnej, gdy ograniczenia zostały zniesione i próbujemy żyć z COVID-19, chcemy rozważyć sposób zwiększenia poziomu witaminy D w populacji, szczególnie w grupach podwyższonego ryzyka.

Witaminy w programie Healthy Start

[Healthy Start](#) to gwarantowany ustawowo program polegający na przekazaniu kwoty 4,25 GBP tygodniowo dla kobiet w ciąży i dzieci w wieku od jednego roku do czterech lat oraz kwoty 8,50 GBP dla dzieci

w wieku poniżej jednego roku na zakup owoców, warzyw, roślin strączkowych, mleka oraz mleka modyfikowanego dla niemowląt. Beneficjenci programu Healthy Start mogą również korzystać bezpłatnie z witamin.

Do korzystania z programu Healthy Start uprawnione są kobiety w ciąży i/lub osoby z dziećmi w wieku do lat czterech, będące beneficjentami określonych zasiłków i ulg podatkowych. Wszystkie kobiety ciężarne w wieku poniżej 18 lat są również uprawnione do korzystania z programu Healthy Start bez względu na dochody.

Program [Healthy Start Vitamins](#) jest dostępny dla kobiet i dzieci. Kobiety ciężarne i matki małych dzieci mogą uzyskać bezpłatnie suplementy diety zawierające kwas foliowy, witaminę C i witaminę D. Dzieci poniżej 4 lat mogą otrzymać suplement zawierający witaminę A, witaminę C i witaminę D. Za dystrybucję witamin na szczeblu lokalnym odpowiedzialne są władze lokalne oraz placówki ochrony zdrowia (NHS) w ramach opieki nad kobietami w ciąży, wizyt położnych środowiskowych oraz w przychodniach zdrowia.

Ponieważ program Healthy Start Vitamins jest wdrażany na szczeblu lokalnym, nie są dostępne scentralizowane dane dotyczące poziomu wykorzystania tej formy pomocy. Nieoficjalnie wiadomo jednak, że poziom korzystania z niej jest niski.

Jesteśmy zainteresowani kwestią dostępu do suplementów z witaminą D oraz ich dostępności.

Pytanie

Czy Pana/Pani zdaniem występują jakiegokolwiek problemy, nierówności lub przeszkody mogące utrudniać przyjmowanie suplementów z witaminą D?

- tak
- nie
- Nie wiem

Prosimy o uzasadnienie odpowiedzi.

Pytanie

Czy Pana/Pani zdaniem możliwe jest podjęcie działań w celu złagodzenia tych problemów, nierówności lub przeszkód?

- tak
- nie
- Nie wiem

Prosimy o uzasadnienie odpowiedzi.

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie lub analizy przypadków dotyczące propagowania wiedzy o programie Healthy Start Vitamins?

Pytanie

Czy ma Pan/Pani jakieś sugestie lub analizy przypadków dotyczące sposobów, w jakie lokalne i publiczne organizacje ochrony zdrowia mogą poprawić poziom przyjmowania suplementów z witaminą D?

Prosimy o podanie przykładów nowatorskich działań lub programów lokalnych.