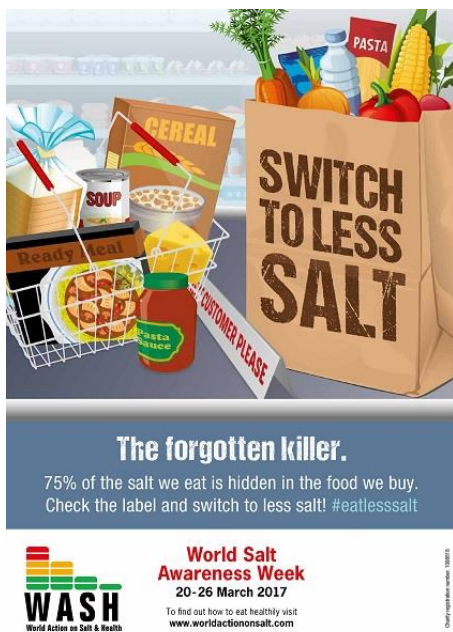


## Světový týden informovanosti o soli 2017

V týdnu od 20. do 26. 11. 2017 probíhá světová kampaň **World Salt Awareness Week 2017** (Světový týden informovanosti o soli). Záměrem této kampaně je zvýšení povědomí o soli a o rizicích spojených s nadměrným příjmem soli a zároveň informování veřejnosti o tom, jakým způsobem lze příjem soli snížit a tím i omezit riziko zdravotních komplikací a předčasných úmrtí. Nadměrná konzumace soli je totiž jedním ze zásadních faktorů pro vznik a rozvoj vysokého krevního tlaku a souvisejících zdravotních komplikací, jakými jsou náhlé mozkové příhody, srdeční infarkty a další závažná onemocnění.



Heslo letošní světové kampaně World Salt Awareness Week 2017 zní „**Sůl: zapomenutý zabiják**“. V posledních letech mnoho zemí na celém světě usiluje o snížení spotřeby soli, přesto je však postup v této oblasti stále pomalý. Většina členských států WHO (Světové zdravotnické organizace) pravděpodobně nebude moci vyhovět záměru WHO, jímž je snížení spotřeby soli v populaci do r. 2025 o 30 %. Proto je potřebné nadále pokračovat v šíření informovanosti veřejnosti o soli a rizicích jejího nadměrného příjmu a na různých úrovních usilovat o snížení spotřeby soli na 5 g za den, jak doporučuje Světová zdravotnická organizace.

Zdroj a více informací o světové kampani **World Salt Awareness Week 2017** zde:

<http://www.worldactiononsalt.com/awarenessweek/World%20Salt%20Awareness%20Week%202017/191643.html>

Při příležitosti světové kampaně World Salt Awareness Week 2017 se v Praze v Lékařském domě uskutečnil dne 20. 11. 2017 seminář a tisková konference „**Příliš soli škodí dětem i dospělým**“. Na semináři, pořádaném Státním zdravotním ústavem, Českou pediatrikou společností ČLS JEP a Zdravotně-sociální fakultou Jihočeské univerzity České Budějovice, byly prezentovány informace jak z oblasti mezinárodních i národních aktivit zaměřených na snížení konzumace soli, tak informace o rizicích spojených s nadměrným příjmem soli, zejména souvislost se vznikem hypertenze a dalších zdravotních komplikací.

V České republice příjem soli v současné době trojnásobně převyšuje doporučený optimální denní příjem. Na osobu a den tak připadá v průměru 16,5 g soli, oproti doporučeným 5g soli. Přitom je důležité vědět, že cca 75–80% soli přijímáme v potravinách a surovinách, které nakupujeme (tzv. skrytá sůl).

Více informací o konkrétních doporučeních ke snížení spotřeby soli v potravinách a tím i k prevenci nemocí je k dispozici zde: <http://mene-solit.cz/>