

43. SVETOVNI DAN HRANE

s sloganom

»Voda je življenje, voda je hrana. Nihče ne sme biti pozabljen.«

Sporočilo okrogle mize#,& *

“Vino, povezovalec prehrane, kulture in zdravja”

PREAMBULA:

Ob svetovnem dnevu hrane, čigar osrednja tematika je bila v letu 2023 voda, smo se v eni od okroglih miz osredotočili na vino – pijačo, katere glavna sestavina po deležu je voda. Pred nekaj dnevi je bilo obeležje svetovnega dneva duševnega zdravja in zato se nismo mogli pa tudi ne želeli izogniti povezavi med pretiranim pitjem alkoholnih pijač, torej tudi vina, in zdravstvenim težavam na organski/somatski in psihični ravni. Vsaka kritična razprava nujno razgalja več plasti vsakršne problematike in zato ne ponuja enostranskega pogleda.

Osnovni namen organizatorjev je povezati napore dveh svetovnih dni - Svetovnega dneva hrane in Svetovnega dneva duševnega zdravja v smer skupnih prekrivajočih se ciljev, ki obravnavajo človeka v njegovih slabostih, ko mu mejo med koristnim in škodljivim zabrišejo mnogi drugi vplivi, in ne več tradicionalna razsodnost »zdrave pameti.«

Prehranski, kulturološki, religiozni in etnografski okvir področja uživanja vina, pa tudi drugih alkoholnih pijač oz. pijač z vsebnostjo alkohola je izjemen, saj se razvija že tisočletja in integrira staro z novim ter s tem razvija in podaja nova, pogosto tudi samo preoblečena sporočila človeku.

Tako alkoholne pijače ne predstavljajo homogenega pojma, še posebej če upoštevamo različne vplive kulture in odnosov med njimi ter med pomembnimi igralci v vsakem razvojnem obdobju - to so gotovo religije in odnosi med njimi ter institucijami, ki jih usmerjajo.

V vseh družbah se alkoholne pijače uporabljajo kot zmogljiva in vsestranska simbolna orodja za konstruiranje in manipulacijo družbenega sveta. Medkulturne raziskave razkrivajo štiri glavne simbolne vloge uživanja alkoholnih pijač, in sicer kot:

- oznake, ki opredeljujejo naravo družbenih razmer ali dogodkov,
- kazalnike socialnega statusa,
- izrekanja o pripadnosti in
- razlikovalce spolov.

Uživanje vina je v svetovnih kulturah napolnilo številne knjižnice z zapisanimi izbornimi besedili. Niso vsi zapisi strokovni, še manj so znanstveni po današnjih kriterijih znanosti. So pa številni leposlovni in filozofski zapisi naših prednamcev vredni časa, ki ga bralec posveti temu, da se seznaní:

- s preteklostjo,
- da bi razumel sedanost in
- mogoče - vsaj za trenutek odstrnil zaveso prihodnosti.

Predstavniki različnih strokovnih in akademskih institucij, če gledamo skozi kmetijsko živilsko prehransko oskrbovalno verigo, vključujoč človeka - uživalca vina in njegovo zdravje, so predstavili svoje vidike. Le-te, ki skupaj tvorijo celoto, smo v nadaljevanju povezali v poudarke. Do teh poudarkov smo prišli v intenzivnem pogovoru predstavnikov kmetijske, vinogradniške vinarske, enološke, sommelierske, gastronomske, turistično-poslovne, zdravstveno - medicinske, prehranske in raziskovalno-pedagoške stroke, obogateni so s komentarji iz publike, ki so odražali mnenje potrošnikov vina.

POVZETEK TRDITEV RAZPRAVLJAVCEV:

Izhajajoč iz tako kompleksne umestitve vina v družbo so udeleženci okrogle mize predstavili številna znana in manj znana dejstva, ki so povezana z vinom in njegovim uživanjem, in sicer:

Vino poleg vode in etanola vsebuje še več kot 1.000 snovi. Vino je proizvod iz grozdja vinske trte in sme nositi edino to ime, vsa ostala vina iz drugih plodov narave mora spremljati ime sadeža. Vino človeka spremlja že tisočletja, pogosto v obredih od rojstva do smrti. Človek ga porablja tudi v verskih obredih, čeprav so glede vina religije zelo kontrastne – nekatere ga popolnoma zavračajo, druge ga uporabljajo v najsvetejših obredih. Vino je za mnoge več kot samo alkoholna pijača. Uporablja se tudi kot sestavina v kulinariki, kar je ugodno, saj se s termično obdelavo količina alkohola zmanjša, ostanejo pa druge sestavine in arome. Vina so postala tudi ambasadorji držav po svetu in so pogosto dragoceno darilo.

Vino je obeležje dežele in krajine, od koder prihaja. In Slovenija je glede tega obdarjena dežela. Prav je, da znamo ceniti to bogastvo, obenem pa moramo spoštovati razsodnost in se ne smemo prepustiti morebitni zaslepljenosti pri nezmernosti uživanja. Vino je del kulture – to je do neke mere dobro, po drugi strani pa velja, da se iz roda v rod prenašajo vzorci vedenja, žal tudi slabi. Zdravje, izhajajoče iz uravnotežene prehrane in pijače, danes temelji na ideji zmernosti pri uživanju lokalnih pridelkov in proizvodov. V to sozvočje kratkih prehranskih verig v kulinariki vse bolj poudarjeno vstopa sožitje vina in hrane. Glede ne-zmernosti ni na tapeti samo vino. Zloraba hrane je vse pogostejša deviacija sodobnih civilizacij, in to v obeh smereh: v preveč in v premalo. Odkloni imajo to značilnost, da se človek, ki zapade v prehranske deviacije, znajde v začaranem krogu, ko se pomešajo vzroki in posledice in se stanje samo slabša. Pomenljivo je, da vino ni najpogostejše med temi odkloni.

Pri vinu zagotovo ne velja rek »Od viška ne boli glava«. Količine vina in drugih alkoholnih pijač, izražene v enotah popitega alkohola, ki so še dopustne, ne da bi pričakovali škodljive učinke alkohola, so pogosto

poimenovane »priporočene« kar je zavajajoče: veljalo bi jih odpraviti s primernejšim pojmom, ki bi povedal uživalcu, da je »priporočena količina« dejansko zgornja meja. Spodbudno je dejstvo, da večina ljudi v Sloveniji uživa alkoholne pijače z nizko stopnjo tveganja. Toda istočasno je zaskrbljujoče, da jih več kot 40 % pije na tvegan način. In glede na zdravstvene posledice zaužitega alkohola medicinska stroka ne more pristati na distinkcije v smislu bolj ali manj nevarnih alkoholnih pijač. Je pa res, da je dopustno tedensko ali enkratno priložnostno količino zaužitega etanola bistveno enostavneje in hitreje doseči in preseči z žganimi pijačami (destilati) kot pa z vinom, ki ima od dva do štirikrat nižjo vsebnost etanola.

Če imamo v mislih mladostniško populacijo, je vsako pitje alkoholnih pijač v otroštvu in v zgodnjem najstniškem obdobju škodljivo in posledično tvegano. Možganski centri oziroma možganska omrežja odgovorna za občutja ugodja se dokončno razvijejo šele v adolescenci in zgodnje pitje ga okvari, kar predstavlja večje tveganje za odvisnosti. Pri tem je zaskrbljujoče, da se starostna meja pitja alkoholnih pijač niža, še posebej pa je problematičen sam način pitja, saj gre prepogosto za neposredno opijanje. Tu prednjačijo destilati in pivo, vino je na tretjem do četrtem mestu. Zato je primerno, da pri opitosti govorimo o alkoholiziranosti osebe in ne uporabljamo pojma *vinjenost*, ki tako kot *vinoreja* sodi med preživeto izrazje slovenskega jezika. Na promocijskih oglasih je prav izpostaviti, da preveliko pitje alkohola škoduje zdravju. A to kampanjo bo treba usmeriti tudi na druge dogodke in ne samo na martinovanje, saj je stanje na tem področju tudi v Sloveniji zaskrbljujoče, o čemer priča že bežen pogled na koledar zabavnih in družabnih dogodkov v Sloveniji, na kar še posebej opozarja zdravstvena stroka.

Tako kot ne moremo ignorirati težav posameznika, družine ali družbe pri odklonih uživanja vina in žganih pijač, ne moremo ignorirati vpliva vinogradništva in vinarstva na urejenost kulturne krajine na gospodarski in socialni doprinos te kmetijske panoge, ki poteka pretežno na ruralnih, kmetijskih področjih, kjer pedoklimatski pogoji omogočajo rast vinske trte. Včasih so to tudi demografsko šibkejša področja, kjer je malo možnosti za druge panoge. Pri vsem tem moramo skrbeti tudi za urejeno kulturno pokrajino in podeželski prostor. To ne velja samo za vino, priporočljivo je tudi za vso prehrano, da se čim bolj opremo na lokalne vire in avtohtono, sezonsko kulinariko. To ni samo reklamni spot iz časa epidemije, to je trezen pristop k spremenjenemu odnosu do kakovostne prehrane iz lokalnih virov, kljub ali pa prav navkljub globalizaciji.

V kontekstu zagotavljanja zdravega načina življenja skozi prehrano in v povezavi na tradicionalno pridelavo prehranskih produktov, in izogibanja zlorabe živil, dobi tudi vino svoje prehransko mesto s svojimi pozitivnimi značilnostmi – tako biokemijskimi glede na sestavo kot tudi socializacijskimi in s kulturnim pitjem. V tem kontekstu je pomembna komunikacija o vinu, ki mora nujno sloneti na osnovi znanstvenih

raziskavah, ki morajo biti korektno in kritično povzete ter jasne in razumljive uporabnikom.

Ob podatkih iz zadnje študije (2019) ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs), ki je pokazala bistveno višji delež mladostnikov, ki so v mesecu pred študijo bili vsaj enkrat opiti oziroma so popili več kot pet alkoholnih pijač, kot je povprečje v državah EU, se je v okviru razprave odprlo ključno vprašanje, kaj bomo naredili glede mladih in zlorabe alkoholnih pijač. Seveda igra pomembno vlogo že družina, znotraj katere poteka primarna socializacija. Z zgleodom ali z nasprotovanjem obnašanju staršev na tem področju se oblikuje kultura ali ne-kultura pitja že v otroških letih. Toda to ne zadošča. Potrebujemo nacionalno, strokovno vodeno dolgoročno kampanjo, ki jo bo podprla vlada in bo vključevala tako izobraževanje kot tudi nenehno ozaveščanje na ravni posameznika, okolja in politik.

V razpravi so bili v zvezi s kampanjo izpostavljeni tudi nekateri odprti izzivi:

- Ali je upravičeno oziroma smiselno, da je vino edina pijača z vsebnostjo alkohola, na katero ni trošarinskega davka?
- Ali bi bilo glede na katastrofalne in obsežne posledice ne-zmernega uživanja alkoholnih pijač smiselno tudi na embalažo le-teh namestiti opozorila glede nevarnosti tveganega uživanja?
- Kdaj in kako začeti otroke in mladino osveščati o negativnih vplivih alkohola in o kulturi pitja vina v slovenski tradicionalni družbi?
- Ali bi lahko v šolske učne kurikule dodali ustrezne vsebine, povezane s kulturo pitja vina v Sloveniji, in ob tem opozarjali na možne spodrseljaje tudi na razrednih urah, v šolskih skupnostih, na roditeljskih sestankih, akademskih večerih, sejah posameznih organov na šoli in podobno?

RAZPRAVA JE IZLUŠČILA NEKAJ SMERI DELOVANJA IN NEKAJ UKREPOV:

Ključnega pomena je dejstvo, da smo pri uživanju in uporabi vina zmerni – ne smemo si dovoliti, da vino obvladuje nas.

Vino nikakor ni in ne sme biti pijača, ki nas odžejja. Vino je pijača, s katero razvijamo svojo možnost zaznavanja okusov in vonjav ter preko katere cenimo vloženo delo vinogradnikov, vinarjev in kulturo dežele, iz katere vino prihaja.

Pomembno je torej informiranje, izobraževanje in predvsem zgled, ki ga dajejo starejši mlajšim. Pri tem so nam lahko v pomoč tudi priporočila iz dveh deklaracij - Mednarodne organizacije za trto in vino (OIV) iz leta 2022 o pravilni komunikaciji o uživanju vina in tudi interpretaciji in evalvaciji epidemioloških študij o vplivu uživanja vina na zdravje.

Informiranje, izobraževanje in ozaveščanje so pomembni. Prav in koristno bi bilo, da bi se že v osnovni šoli, ko se obravnava praznovanja in prehrano, jasno opredelilo tudi do uživanja pijač, kamor sodi tudi vino. Objektivna resnica skozi učiteljeve besede v 3. in 4. razredu osnovne šole bi lahko marsikomu pomagala razumeti dogajanje v družbi in za domačo mizo. Nadaljevanje v različnih starostnih obdobjih s poglobljanjem oziroma razumevanjem tematike bi bila koristna za vse generacije. V komunikacijo je potrebno vključiti tudi vse, ki opozarjajo na tvegano pitje pijač z alkoholom in opozarjajo na posledice takega pitja z upoštevanjem dejstva, da smo glede tveganega pitja na repu evropskih držav, posebej še med mladimi. Ob tem pa je tudi smiselno informacije o boleznih in posledicah tveganega pitja pijač z alkoholom v večji meri deliti z javnostjo.

Te je med drugim potrebno nagovoriti v njihovi skupnosti: mladi mladim ali pa s strani vplivnikov, športnikov, glasbenikov. V tej smeri je uporaben tudi projekt vinskih kraljic, ki naj bi prvenstveno promoviral in razširjal poznavanje vinorodnih dežel, okolišev, tradicije in kulture vinske trte in vina, in ne več pitja in kupovanja vina.

Ob tem sta bila predlagani tudi dva praktična ukrepa na področju neposredne ali posredne vzgoje človeka v hitro spreminjajoči se družbi vrednot:

- Tudi na kozarcih za domačo uporabo, ki imajo večji volumen, kot so ga imeli v preteklosti (1 dcl -> 4-5 dcl), predvsem zaradi jačanja senzoričnih zaznav uživalca, bi bilo priporočljivo dodati označbo, s katero bi posredno nakazali na enoto alkoholne pijače.
- Pri degustacijah vina za nešolane poskuševalce v okviru različnih vinskih dogodkov ali obiskov kleti je potrebno pozorno točiti največ do 0,5 dcl in udeležence degustacij tudi usmerjati v kulturo okušanja vina.

Po drugi strani pa je poleg informiranosti in vzgoje pomembna tudi restriktivna zakonodaja, usmerjena v omejevanje dostopnosti alkoholnih pijač otrokom in mladostnikom.

Veljavna zakonodaja nima velikih pomanjkljivosti, a je nujno, da se jo dosledno spoštuje. Pomembno je ozaveščanje prodajalcev in tudi natarjev in sommelierjev, oz. vseh tistih, ki imajo neposreden ali posreden vpliv na uživanje alkoholnih pijač. Skladno s tem je pomembno prevzemanje odgovornosti.

EPILOG

Vprašanje vina kot sestavnega dela slovenske prehrane in kulture ter hkrati kot alkoholne pijače z izraženim tveganjem za pojav škodljivih učinkov prekomernega uživanja alkohola je zelo kompleksno in nobenega od teh vidikov nismo v razpravi podcenjevali. Uživanje vina je lahko združljivo z zdravim življenjskim slogom, vendar se je treba hkrati s tem jasno zavedati nevarnosti ne-zmerne pitja. Zato je smiselno vse stanovske organizacije,

ki se neposredno ali posredno ukvarjajo z vinom ali s posledicami njegovega pitja, izobraziti o vseh izraženih vidikih, ne samo s pogledom, ki ga neposredno pokriva pripadnost njihovi stanovski organizaciji.

Organizatorji in udeleženci okrogle mize verjamemo, da smo s povezavo svetovnega dneva hrane in svetovnega dneva duševnega zdravja s tem dogodkom vsaj za kanček prispevali k celovitosti razumevanja fenomena vina v človeški kulturi in prehrani ki je usmerjena v sožitje vina in kulinarike, v ozaveščanje na vseh področjih ter v družbeno odgovorno vedenje in trajnostni razvoj.

Opazamo, da se v zadnjih letih kultura pitja vina izboljšuje, in želimo, da se alkoholne pijače pri nas ne bi odražale le kot sredstvo opijanja. Predvsem vino naj bi postalo živilo, ki nas zmore v še dovoljenih količinah oplemenititi in združiti. Vino naj bi ostalo le del obreda prehranjevanja v uravnoteženem prehranskem obroku pri odraslih in odgovornih ljudeh tako v družini kot v okoljih človekovega druženja.

*Sporočilo je bilo pripravljeno na osnovi predstavitev udeležencev na *OKROGLI MIZI na 43. SVETOVNEM DNEVU HRANE* s sloganom »Voda je življenje, voda je hrana. Nihče ne sme biti pozabljen in intenzivne razprave, ki smo jo povzeli v tem zapisu.

*Izpeljava dogodka; Peter Raspor (moderiranje), Borut Božič (poročanje) in Peter Raspor (organizacija dogodka in uskladitev zapisa)
Borut Božič*¹, Bojan Butinar², Branka Mozetič Vodopivec³, Franc Koren⁴, Lea-Marija Colarič-Jakše⁵, Marjan Colja⁶, Metoda Dodič Fikfak⁷, Marko Pišljarič⁸, Tamara Rusjan⁹, Zdravko Štor¹⁰, in Peter Raspor*¹¹

¹Univerza v Ljubljani, Fakulteta za Farmacijo, Predstojnik Katedre za klinično biokemijo, [Borut.Bozic@ffa.uni-lj.si](mailto:borut.bozic@ffa.uni-lj.si); prof. dr. mag. farm. ., spec. medicinske biokemije;

²ex. ZRS Koper; bojan.butinar@gmail.com, dr. univ. dipl. kem., spec. fiz. kem.;

³Fakulteta za vinogradništvo in vinarstvo, Center za raziskave vina, Univerza v Novi Gorici, branka.mozetic@ung.si, prof. dr., univ. dipl. inž. živil. tehnol.;

⁴Zdravstveni Dom Ajdovščina. franc.koren@zd-ajdovscina.si, dr, med. specialist internist - pulmolog;

⁵Visoka šola za upravljanje podeželja Grm Novo mesto, dekanja, lea.colaric-jakse@vsgrm.unm.si, izr. prof. dr.; mag. tur.,

⁶Vinska družba Slovenije in Vinakras z.o.o. Sežana, direktor, marjan.colja@vinakras.si, dipl. org. menedž.;

⁷Univerzitetni klinični center Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa; predstojnica; metoda.dodicfikfak@kclj.si, prof. dr., dr. med. ;

⁸Fakulteta za vede o zdravju, Univerza na Primorskem, Univerza na Primorskem, marko.pisljar@amis.net; doc. dr. dr. med. spec. Psihatrije;

⁹Kmetijsko gozdarska zbornica, Kmetijsko Slovenije gozdarski zavod Nova Gorica, tamara.rusjan@go.kgzs.si, univ. dipl. inž. kmet.;

¹⁰Univerzitetni klinični center Ljubljana, Kirurška klinika, Abdominalna kirurgija, zdravko.stor@kclj.si, doc. dr. ,dr. med.;

¹¹zaslužni profesor univerze v Ljubljani, Peter.Raspor@bf.uni-lj.si, prof. dr. Dr. H. C. mult., univ. dipl. inž. živil. tehnol.;