



# Minister Zdrowia

Warszawa, 28 lutego 2021

PLPR.055.17.2021.ES

*Szanowny Panie,*

w odpowiedzi na przekazaną przez Radę Gminy Gródek nad Dunajcem petycję w sprawie prowadzenia działań zachęcających do uzupełniania niedoborów witaminy D Minister Zdrowia informuje, co następuje.

Inicjatywy mające na celu promowanie prozdrowotnego stylu życia, w tym upowszechnianie zasad prawidłowego żywienia oraz aktywności fizycznej podjęto w ramach realizacji celu operacyjnego nr 1 pn. Poprawa sposobu żywienia, stanu odżywienia i aktywności fizycznej społeczeństwa rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 4 sierpnia 2016 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020. W ramach Programu Zdrowia, Instytut Żywności i Żywienia prowadzi portal - Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej (NCEŻ), który umożliwia dostęp do wiarygodnych informacji na temat żywności, żywienia, aktywności fizycznej, chorób wynikających z nieprawidłowych nawyków żywieniowych, artykułów eksperckich poruszających zagadnienia z tego zakresu. Na portalu zamieszczono również artykuły poświęcone tematyce m.in. roli witaminy D w różnych stanach fizjologicznych, zasadności suplementacji witaminą D wśród osób zdrowych czy też w okresie choroby. Należy w tym miejscu nadmienić, że brak jest wiarygodnych danych dotyczących wpływu stosowania witaminy D na ryzyko zakażenia i przebieg choroby COVID-19.

Niemniej jednak ze względu na powszechny niedobór witaminy D w populacji – szczególnie w okresie jesiennym i zimowym – zaleca się stosowanie suplementacyjnej dawki witaminy D zgodnie z zaleceniami suplementacji tej witaminy w populacji polskiej. Przy czym należy pamiętać, że w każdym przypadku rozważania decyzji o suplementacji należy skonsultować się ze specjalistą oraz wystrzegać się przekraczania maksymalnych dobowych dawek określonych w Normach Żywienia Człowieka jako poziom normy UL (Upper Level), powyżej którego efekty mogą zagrażać zdrowiu.

Z poważaniem  
z upoważnienia Ministra Zdrowia  
Maciej Miłkowski  
Podsekretarz Stanu

*/dokument podpisany elektronicznie/*