

Ruokavalioindeksi tutuksi

D2D-ruokavaliokysely ja -indeksi digitaalseksi
Kehittämistyön kuvaus ja nykytilanne

DESG ry:n seminaari 8.2.2023

Auli Pölönen

Asiakkaan/potilaan ruokavalion ravitsemuslaadun arviointiin apua D2D-ruokavaliokyselyn avulla (1)

- **Dehkon 2D -hankkeessa (2003-2008) kehitettiin 16 kysymyksen ruokavaliokysely** ruokavalio-ohjauksen tueksi terveydenhuoltoon ja hankkeen arvioinnin tiedonkeruun välineeksi
- D2D-hanke: Suomen Diabetesliitto ry, Etelä-Pohjanmaan, Pohjois-Pohjanmaan, Keski-Suomen, Pirkanmaan ja Pohjois-Savon sairaanhoitopiirit sekä KTL/THL
- Kyselyn kehittämisessä työpari Auli Pölönen ja Kirsti Ahonen, kommentaattorit Ulla Siljamäki-Ojansuu, Jaana Lindström, Hilpi Linjama sekä D2D-hankkeen muut aluekoordinaattorit ja moniammatillinen tiedonhallintaryhmä
- **Pitkän aikavälin tavoitteena** ravitsemusohjauksen seurannan väline ja laadun parannus terveydenhuoltoon kansalliselle tasolle
- Yhteensovittaminen FinRavinto-tutkimuksen frekvenssikyselyyn
- **Kyselyn pilotointi** KSHP:ssa (Kirsi Ahonen ja Kaija Korpela)
- **D2D-hankkeen käytännön työssä** ruokavaliokysely osoittautui hyvin toimivaksi ruokavalio-ohjauksen menetelmäksi terveyden- ja sairaanhoitajien (perusterveydenhuolto ja työterveyshuolto viiden sairaanhoitopiirin alueella)

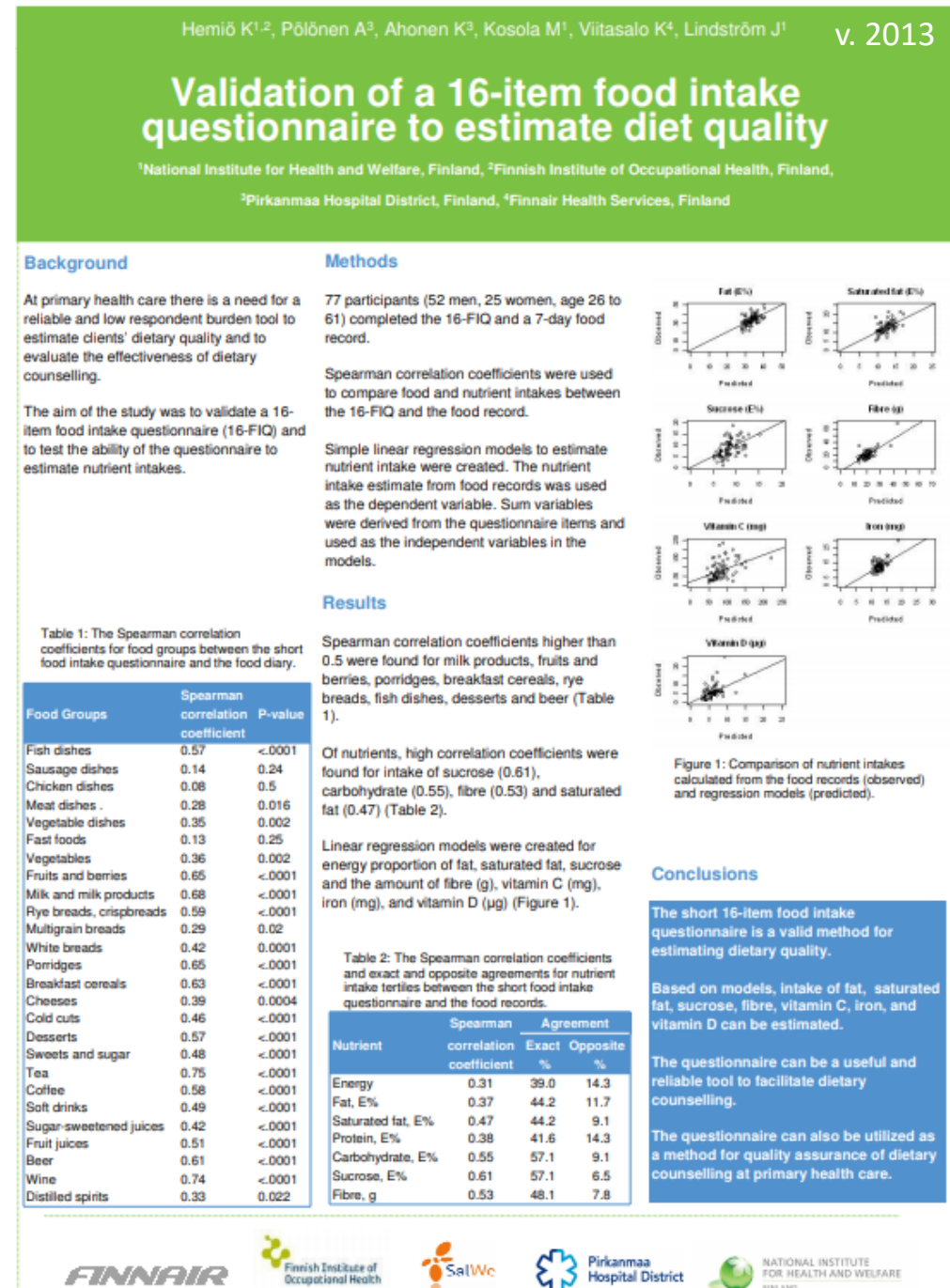
- Menetelmä **validoitiin** tutkimuksena (Hemiö et al. 2014. A Simple Tool for Diet Evaluation in Primary Health Care: Validation of a 16-Item Food Intake Questionnaire)
<https://www.mdpi.com/1660-4601/11/3/2683>

Lineaariset regressiomallit saatiin laadituksi:

- **rasvan osuus kokonaisenergiasta**
- **tydyttynyt rasva**
- **sakkarooosi**
- **ravintokuitu (g)**
- **C-vitamiini (mg)**
- **rauta (mg)**
- **D-vitamiini (µg)**

Jatkosuunnitelma:

- 1) Kyselyn vastausten vertailu suosituksiin ruokaineryhmittäin
- 2) D2D-ruokavalio kyselystä algoritmien avulla indikaattoriravintoaineiden saanti ruokavalion ravitsemuslaadun arvioimiseksi



Ruokavalion ravitsemuslaadun arviointiin apua D2D-ruokavaliokyselyn avulla (2)

- D2D-ruokavaliokyselyn **vastausvaihtoehdot ajantasaistettiin Virtuaalisairaala 2.0 -hankkeen (2016-2018), VESOTE-ravitsemushankkeen (2017-2018) ja StopDia-hankkeen (2017-2019) yhteistyönä**
- VESOTE-ravitsemushanke 2017-2018 (10 + 2 sairaanhoitopiiriä)
- Kyselyn käytön opastusvideo VESOTE-verkkokoulutukseen
- VESOTE-ravitsemushankkeen tuotokset ja opetusvideot Innokylään
- Myöhemmin kysely ja käytönopastusvideo www.tays.fi-sivulle
- Ruokien annoskuvaus v. 2018
- StopDia-hanke otti kyselyn seurannan ja tiedonkeruun välineeksi (ateriakerta-kysymystä laajennettiin ja pähkinöiden käyttöä koskeva kysymys lisättiin)

PSHP: Lomakerekisteri

D2D-RUOKAVALIOKYSELY (täydennetty kahdella kysymyksellä samoin kuten StopDia-hankkeessa), 2017



Vastaaja Päivämäärä

Yksikkö / Lomakkeen vastaanottaja Vastaanottopäivämäärä

1 Kuinka monena arki- tai työpäivänä viikossa syöt seuraavat pääateriat?

		en syö	1-2 päivänä	3-4 päivänä	joka arkipäivä
1.1	aamupalan	☐	☐	☐	☐
1.2	lounaan	☐	☐	☐	☐
1.3	päivällisen/illallisen	☐	☐	☐	☐

2 Kuinka monena arki- tai työpäivänä viikossa syöt seuraavia välipaloja?

		en syö	1-2 päivänä	3-4 päivänä	joka arkipäivä
2.1	aamupäivän välipalan	☐	☐	☐	☐
2.2	iltapäivän välipalan	☐	☐	☐	☐
2.3	iltapalan	☐	☐	☐	☐
2.4	muita välipaloja	☐	☐	☐	☐

3 Kuinka monta kertaa viikossa syöt seuraavia ruokalajeja?

3.1	☐	kalaruokia (esim. uunikalaa, paistettuja silakoita, kalakeittoa, silliä, graavilohta)
3.2	☐	makkararuokia (esim. uunimakkaraa, makkarakeittoa, makkarakastiketta)
3.3	☐	kana- tai broileriruokia (esim. grillibroileria, kanakastiketta, kanasalaattia)
3.4	☐	liharuokia (esim. lihakeittoa, paistia, lihapullia, kyljyksiä, maksalaatikkoa)
3.5	☐	kasvisruokia pääruokana (esim. kasviskeittoa, pinaattiohukaisia, kasvissalaattia)

4 Kuinka paljon syöt pikaruoka-tyypistä ruokaa? Annos on esim. lihapiirakka, pasteija, hampurilainen, pieni pizzapala, 1 dl perunalastuja, popcornia tai suolapähkinöitä?

4.1	☐	annos tai enemmän päivässä
4.2	☐	4-6 annosta viikossa
4.3	☐	1-3 annosta viikossa
4.4	☐	1-3 annosta kuukaudessa
4.5	☐	vähemmän kuin 1 annos kuukaudessa tai ei lainkaan

5 Mitä rasvaa kotonasi käytetään tavallisesti ruoanvalmistuksessa?

5.1	☐	kasviöljyä tai juoksevaa kasviöljyvalmistetta (esim. rypsiöljy, oliiviöljy, pullomargariinit)
5.2	☐	margariinia, jossa 55-80 % rasvaa (esim. Becel, Flora, Keiju, Kultarypsi, Rainbow)
5.3	☐	kasvistanoli- tai kasvisterolimargariinia, jossa 35 -40 % rasvaa (Becel ProActive, Benecol, Keiju Alentaja)
5.4	☐	kasvistanoli- tai kasvisterolimargariinia, jossa 50-60 % rasvaa (Becel ProActive, Benecol, Keiju Alentaja)
5.5	☐	talousmargariinia (kääremargariini), jossa 80 % rasvaa (esim. Pirkka, Rainbow, Sunnuntai)
5.6	☐	voi-kasviöljyseosta (esim. Flora Kulta, Ingmariini, Keijuriini, Oivariini tai voin ja öljyn seos)
5.7	☐	voita, kookosrasvaa tai kookosöljyä
5.8	☐	ei mitään/kotona ei valmisteta ruokaa

6 Mitä kermaa tai kermankaltaista valmistetta kotonasi käytetään tavallisesti ruoanvalmistuksessa?

6.1	☐	kasvirasvakermää, soijakermaa tai kaurakermaa
6.2	☐	ruoanvalmistusjogurttia, kevyt kermaviiliä, ruoanvalmistuskermaa (rasvaa alle 10 %)
6.3	☐	ruoanvalmistuskermaa, kevytkermää, kermaviiliä, kevytranskankermää tai kevytsmetanaa
6.4	☐	vispikermää, kuohukermää, ranskankermää tai smetanaa
6.5	☐	ei mitään/kotona ei valmisteta ruokaa

7 Kuinka paljon syöt vihanneksia ja juureksia? Annos on esim. 1 dl raastetta, salaattia tai keitettyjä vihanneksia tai 1 keskikokoinen porkkana tai 2 tomaattia.

7.1	☐	3 annosta tai enemmän päivässä
7.2	☐	2 annosta päivässä
7.3	☐	annoksen päivässä
7.4	☐	4-6 annosta viikossa
7.5	☐	1-3 annosta viikossa
7.6	☐	vähemmän kuin annoksen viikossa tai ei lainkaan

8 Käytätkö tavallisesti salaatinkastiketta?

8.1	☐	en tavallisesti käytä salaatinkastiketta
8.2	☐	käytän kasviöljyä (esim. oliivi-, rypsi- tai pellavansiemenöljy) tai kasviöljypohjaista kastiketta (esim. ranskalainen, sinappi-, majoneesikastike)
8.3	☐	käytän mehupohjaista kastiketta
8.4	☐	käytän kermaviili- tai jogurttipohjaista kastiketta

9 Kuinka paljon syöt hedelmiä tai marjoja?

Annos on 1 keskikokoinen hedelmä, esim. omena tai appelsiini, 2 luumua tai 1 dl tuoreita tai pakastettuja marjoja.

9.1	☐	2 annosta tai enemmän päivässä
9.2	☐	1 annoksen päivässä
9.3	☐	4–6 annosta viikossa
9.4	☐	1–3 annosta viikossa
9.5	☐	vähemmän kuin 1 annoksen viikossa tai ei lainkaan

10 Kuinka paljon nestemäisiä maitovalmisteita (maitoa, piimää, jogurtia, viiliä, rahkaa) käytät tavallisesti päivässä?

Merkitse määrät desilitroina (lasillinen = noin 2 dl, purkillinen = 1,25 dl – 2 dl).

10.1		dl rasvatonta maitoa, piimää, jogurtia, viiliä tai rahkaa (tuotteissa rasvaa alle 1%)
10.2		dl ykkösmaitoa, ykkösviiliä, vähärasvaista piimää tai rahkajogurtia (tuotteissa rasvaa 1 %)
10.3		dl keskirasvaisia valmisteita, esim. kevytmaitoa, A-piimää, kevytviiliä, jogurtia, rahkaa (tuotteissa rasvaa yli 1 %, mutta alle 3 %)
10.4		dl rasvaista maitoa, piimää tai jogurtia, esim. tilamaitoa, täysmaitoa, tavallista viiliä, luomutai luonnonjogurtia, Bulgarianjogurtia, kreikkalaista tai turkkilaista jogurtia, jälkiruoka- tai kermarahkaa (tuotteissa rasvaa 3 % tai enemmän)
10.5	☐	en yleensä käytä nestemäisiä maitovalmisteita

11 Kuinka paljon leipää tai muita viljavalmisteita syöt päivässä?

Viipale = kaupan valmisviipale, puolikas sämpylää, pieni pulla tai pari voileipäkeksiä.

11.1	☐	viipaleita ruis-, kaura- tms. leipää, jossa ravintokuitua vähintään 6 g/100 g, näkkileipää tai hapankorppua
11.2	☐	viipaleita hiiva-, graham-, kaura- tai sekaleipää tai -sämpylää
11.3	☐	viipaleita ranskanleipää, vaaleaa patonkia, vaaleaa sämpylää tai voileipäkeksiä
11.4	☐	dl täysviljapuuroa (esim. kaura-, ruis-, vehnähiutale- tai talkkunapuuroa)
11.5	☐	dl aamiaismuroja (esim. maissihiutaleita tai riisimuroja)
11.6	☐	dl manna-, riisi-, perunaryyni- tai vispipuuroa
11.7	☐	dl mysliä tai granolaa

12 Mitä rasvaa käytät tavallisesti leivällä?

12.1	☐	margariinia, jossa 30-40 % rasvaa (esim. Flora Vähärasvaisempi, Kevyt Becel, Kevyt Keiju, KevytLevi)
12.2	☐	margariinia, jossa 55-80 % rasvaa (esim. Becel 60, Becel Gold, Flora, Keiju 60, Keiju 70, Keiju Rypsi)
12.3	☐	kasvistanoli- tai kasvisterolimargariinia, jossa 35-40 % rasvaa (Becel ProActive, Benecol, Keiju Alentaja)
	☐	kasvistanoli- tai kasvisterolimargariinia, jossa 50-60 % rasvaa (Becel ProActive, Benecol, Keiju Alentaja)
12.4	☐	voi-kasviöljyseosta (esim. Flora Kulta, Ingmariini, Keijuriini tai Oivariini,)
12.5	☐	voita
12.6	☐	en mitään

13 Kuinka paljon juustoa syöt tavallisesti päivässä?

Viipaleella tarkoitetaan juustohöylällä vedettyä, noin 10 gramman viipaletta.

13.1		viipaletta juustoa, jossa rasvaa on korkeintaan 17 % (esim. Edam 10 %, Fetajuusto 10 %, Kevyt Aamupala, Magre 17, Oltermanni 17, Polar 5- 15%)
13.2		viipaletta juustoa, jossa rasvaa on yli 17 % (esim. Aura, Brie, Edam, Emmental, Fetajuusto, Gouda, Leipäjuusto, Mozzarella, Oltermanni, valkohomejuusto)
13.3		viipaletta kasvirasvapohjaista juustoa (esim. Julia, Julius, Porlammin Vege, Tofutti ym. soijajuustot)
13.4		käytän vähemmän kuin yhden viipaleen päivässä tai en käytä lainkaan

14 Kuinka paljon lihaleikkelettä, leikkelemakkaraa tai kananmunaa käytät tavallisesti päivässä?

Viipale = valssiivu (10–15 g) tai 2 ohuen ohutta siivua tai 1 nakki

14.1		viipaletta lihaleikkelettä (esim. keittokinkku, palvikinkku, broilerin- tai kalkkunaleikkele, lihahyytelö, kevytmaksamakkara)
14.2		viipaletta makkaraa (esim. lauantai-, gottermakkara, maksamakkara tai -pasteija, kevyt meetwursti, lenkki- tai ryynimakkara)
14.3		viipaletta grilli- tai kestromakkaraa (esim. bratwursti, balkaninmakkara, meetwursti)
14.4		kappaletta kananmunaa
14.5		käytän näitä yhteensä vähemmän kuin viipaleen/kappaletta päivässä tai en lainkaan

15 Kuinka paljon syöt makeita leivonnaisia, jäätelöä, vanukkaita, välipalatuotteita tai suklaata?

Annos on esim. pala piirakkaa (50 g) tai kakkua, pieni viineri tai munkki (40 g), 3 keksiä,
2 täytekeksiä, jäätelötuutti, välipalavanukas, pieni suklaapatukka tai välipalapatukka (30 g).

15.1	☐	2 annosta tai enemmän päivässä
15.2	☐	1 annoksen päivässä
15.3	☐	4–6 annosta viikossa
15.4	☐	1–3 annosta viikossa
15.5	☐	vähemmän kuin annoksen viikossa tai ei lainkaan

16 Kuinka paljon syöt pähkinöitä, siemeniä ja manteleita? Annos on 30 g = 2 rkl.

16.1	☐	2 annosta tai enemmän päivässä
16.2	☐	1 annoksen päivässä
16.3	☐	4–6 annosta viikossa
16.4	☐	1–3 annosta viikossa
16.5	☐	vähemmän kuin 1 annoksen viikossa tai en lainkaan

17 Kuinka paljon syöt sokeria, hunajaa tai sokerimakeisia?

Annos on esim. 2 tl sokeria tai hunajaa, 3 sokeripalaa, 5 irtokarkkia, puolet pienestä pastilliaskista.

17.1	☐	2 annosta tai enemmän päivässä
17.2	☐	1 annoksen päivässä
17.3	☐	4–6 annosta viikossa
17.4	☐	1–3 annosta viikossa
17.5	☐	vähemmän kuin annoksen viikossa tai ei lainkaan

18 A Kuinka paljon juot keskimäärin päivässä alla mainittuja juomia?

Jos et juo lainkaan jotain alla mainituista juomista, merkitse kyseiseen kohtaan 0.

18.1		kupillista teetä (kupillinen = 2 dl)
18.2		kupillista kahvia (kupillinen = 1dl)

18 B Kuinka paljon juot keskimäärin viikossa alla mainittuja juomia? Jos et juo lainkaan jotain alla mainituista juomista, merkitse kyseiseen kohtaan 0. Lasillinen on noin 2 dl. Pieni pullollinen/tölkillinen olutta tai siideriä on 3,3 dl, puolen litran pullo/tölkki on 5 dl. Virvoitusjuomapakkaukset ovat useimmiten pieni pullo (3,3 dl), litra (10 dl) ja 1,5 l (15 dl). Perinteinen viinipullollinen on 7,5 dl.

18.3		dl täysmehua tai tuoremehua
18.4		dl sokeroitua mehua, tiivistemehua, kotimehua, mehujuomaa, alkoholitonta olutta/viiniä
18.5		dl sokerillista virvoitusjuomaa, energiajuomaa
18.6		dl sokeritonta virvoitusjuomaa (Light-virvoitusjuomaa)
18.7		dl ykkösolutta, kotikaljaa
18.8		dl III olutta, siideriä, Long Drink-juomaa, ruokakaupan viiniä (alkoholia enintään 4,7 %)
18.9		dl A-olutta, vahvaa siideriä tai Long Drink-juomia (alkoholia yli 4,7 %)
18.10		dl viiniä (ravintola-annos 12 cl = 1,2 dl, 16 cl = 1,6 dl)
18.11		dl väkevää alkoholijuomaa, esim. vodkaa, viskiä, konjakkia (ravintola-annos 4 cl = 0.4 dl)

Etusivu > Ohjeet > Hoito-ohjeet > Ravitsemusohjeet

POTILAILLE JA LÄHEISILLE

Hoitoonpääsy >

AMMATTILAISILLE

Hoito-ohjeet ▾

Keuhkosairauksien hoito-ohjeet

Lastentautien ohjekirjat

Psykiatrian hoito-ohjelmat

Raskaus ja synnytys hoito-ohjeet

Ravitsemusohjeet

Reumasairauksien hoito-ohjeet

Yleisohjeet

Infektioiden torjunta >

Infektio-ohjeet ▾

Ravitsemusohjeet

Ruokatottumusten arviointi

Ateriarytmin seuranta

- [Ateriarytmin seuranta, rastitusmenetelmä](#)

Lyhytmenetelmiä ruokapäiväkirjoista ja ruokatottumuksista

- [Ruokalautanen](#)

Kattavia ruokatottumusten arviointimenetelmiä

- [D2D-ruokavaliokysely](#)
- [D2D-ruokavaliokyselyn käytön ohjausvideo](#)

Ruokavalion ravitsemuslaadun arviointiin apua D2D-ruokavaliokyselyn avulla (3)

- Virtuaalisairaala 2.0 -hankkeessa (2016-2018) D2D-kyselystä laadittiin **Syötkö sopivasti? – Tutustu ruokatottumuksiisi omahoito-ohjelma Kuntoutumistalon OmaPolku-palvelukanavalle**
[Syötkö sopivasti? – Tutustu ruokatottumuksiisi | Kuntoutumistalo | Terveyskylä.fi \(terveyskyla.fi\)](#)
- Kanavalle rekisteröityminen ja vahva tunnistautuminen
- Tiedot eivät terveydenhuollon ammattilaisen käytettävissä (ei siis ole digihoitopolku)

<https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/palvelut/omahoito-ohjelmat/sy%C3%B6tk%C3%B6-sopivasti-%E2%80%93-tutustu-ruokatottumuksiisi>



Hae palvelusta

HAE

På svenska

Terveyskylän talot

Omapolku

TerveyskyläPRO

Talot ▾



Kuntoutumistalo

Tietoa ▾

Kuntoutujaalle ▾

Läheiselle ▾

Pohdi ja testaa ▾

Palvelut ▾

Ammattilaiset ▾

Kuntoutumistalo > Palvelut

Tulosta

Palvelut

- ▾ Kuntoutumistalon itsehoito-ohjelmat
- ▾ Kuntoutumistalo mukana palveluiden kehittämisessä



Kuuntele ►

Syötkö sopivasti? – Tutustu ruokatottumuksiisi

Mihin olet ruokatottumuksissasi tyytyväinen ja mihin kaipaat kohennusta? Tämän omahoito-ohjelman avulla voit arvioida, syötkö terveytesi kannalta sopivasti.



Syötkö sopivasti; Mitä ohjelma Sinulle tarjoaa?

- Tutustut ruokatottumuksiisi ravitsemussuositusten valossa vastaamalla kysymyksiin, jotka koskevat ateriavalintojasi sekä eri ruoka-aineiden ja juomien käyttömääriä ja laatua.
- Etenet kyselyssä ruoka-aineryhmittäin ravitsemussuositusten ruokakolmion pohjalta huipulle.
- Saat palautteen, jossa vastauksiasi verrataan suosituksiin.
- Jokaisen istunnon lopussa voit lukea tarkastelun kohteena olevaa ruoka-aineryhmää koskevat ravitsemussuositusten pääviestit.
- Saat käyttöösi kattavan listan luotettavista nettisivuista, joilta saat lisätietoa ja opastusta terveellisistä valinnoista sekä maukkaiden aterioiden valmistamisesta.
- Jos haluat paneutua erityisesti johonkin ruokavaliosi osioon, pääset linkkien kautta tekemään lisätestejä kasvisten käytöstä, ravintokuidun, sokerin, suolan tai rasvan saannista.
- Kun olet tutustunut tottumuksiisi uusin silmin, voit väittämälistan avulla arvioida, mihin seikkoihin olet tyytyväinen ja mihin kaipaat kohennusta.
- Tavoite on, että löydät ohjelman avulla reitin entistä paremman ravitsemusterveyden polulle
- Rekisteröityminen ja kirjautuminen Omapolulle
- Syötkö sopivasti? - Tutustu ruokavaliotottumuksiisi -omahoito-ohjelmaan pääset Terveyskylän Omapolun kautta.

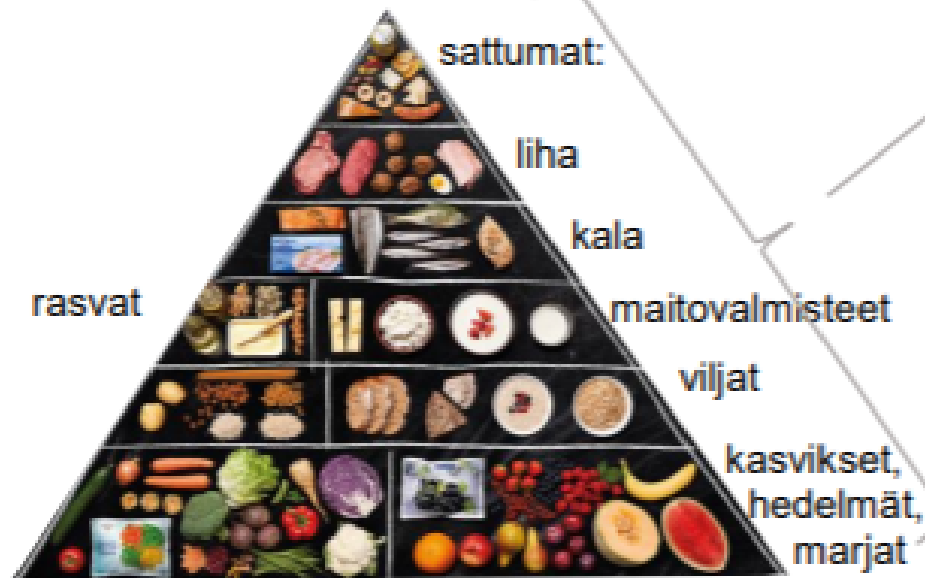
Ruokavalion ravitsemus- laadun arviointiin apua D2D/StopDia- ruokavaliokyselyn avulla (3)

- D2D-ruokavaliokyselyyn kehitettiin **D2D-hankekonsortion työnä ruokavalion laatuindeksi**, joka laajennettiin vuoden 2018 jälkeen yhteistyössä **THL:n ja StopDia-hankkeen ravitsemusasiantuntijoiden kanssa 100 pisteen ruokavaliodeksiksi**
- D2D-korkean riskin aineiston ravitsemusohjauksen tulosten analyysit on esitetty **posterina EASD-kongressissa vuonna 2019**

D2D-ruokavaliodeksin kehittämisprosessi

Tutkimusnäyttöön perustuva D2D-ruokavaliokyselyn pisteytys ruokavaliodeksiksi kolmen ravitsemusasiantuntijaryhmän työnä. Mitä parempi suositusten mukainen valinta, sitä korkeammat pisteet.

1. Yksilöllinen pisteytys
2. Kunkin ryhmän konsensus
3. Kolmen ryhmän yhteinen konsensus



Kuva 3. Suomalaiset ruokasuositukset 2014

Ruokavaliomuutosten ja T2D-riskitekijöiden muutosten välisiä yhteyksiä tutkittiin Pearsonin korrelaatioanalyysillä.

D2D-ruokavaliokysely (16-kysymystä)	
D2D-ruokavaliodeksi (100 pistettä)	
Indeksin osio	maksimi- pisteet
• Ateriarytmi	10
• Viljat	20
• Kasvikset, hedelmät, marjat	20
• Rasvat	15
• Kala ja liha	10
• Maitovalmisteet	10
• Sattumat*	15

*Sattumat: makeat, suolaiset tai rasvaiset naposteltavat, sokeripitoiset juomat, alkoholi

Ruokavalion ravitsemuslaadun arviointiin apua D2D/StopDia-ruokavaliokyselyn avulla (4)

- Kehittämistyö **julkaistiin StopDia-tutkimusaineistoon sovellettuna** v. 2021, Lindström et al. Formation and Validation of the Healthy Diet Index (HDI) for Evaluation of Diet Quality in Healthcare [IJERPH | Free Full-Text | Formation and Validation of the Healthy Diet Index \(HDI\) for Evaluation of Diet Quality in Healthcare \(mdpi.com\)](https://www.mdpi.com/1422-0067/22/1/100)
- Terveyskylän Kuntoutumistalon kehittämistyötä jatkettiin korona-tauon jälkeen vuonna 2022 ja kyselyn vastausvaihtoehdot päivitettiin uusien elintarvikkeiden osalta ravitsemusasiantuntijoiden yhteistyönä
- Ruokavalioindeksi julkaistaan **Terveyskylän Kuntoutumistalon kansalaisille avoimilla sivuilla tänä keväänä**
- D2D/StopDia-ruokavaliokysely ja -indeksi soveltuvat **myös tutkimuskäyttöön**, jos tuloksia ei tarvitse analysoida ravintoaineiden saannin tasolla
- D2D-hankekonsortio ja THL sopivat keväällä 2022, että D2D-ruokavaliokyselyn ja yhteistyössä kehitetyn ruokavalioindeksin **hallinnointi ja päivitystyön koordinointi siirtyy THL:lle**, Jaana Lindström yhteyshenkilönä



Hemiö K, Pölönen A, Ahonen K et al. A Simple Tool for Diet Evaluation in Primary Health Care: Validation of a 16-Item Food Intake Questionnaire. *Int J Environ Res Public Health* 2014; *11*:2683-2697



Lindström J, Aittola K, Pölönen A et al. Formation and Validation of the Healthy Diet Index (HDI) for Evaluation of Diet Quality in Healthcare. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, *18*(5), 2362