

بسمه تعالي

www.takbook.com

برنامه

ارتقاء فرهنگ و سواد تغذيه اي

جامعه

موضوع بند «ب» ماده ۸۴ قانون برنامه چهارم توسعه

تهيه و تنظيم: کمیته فرابخشي متشکل از نمایندگان وزارتخانه هاي بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، آموزش و پرورش و سازمان هاي مدیریت و برنامه ريزي کشور و صدا و سيماي جمهوري اسلامي ايران

بهمن ماه ۱۳۸۳

پیشگفتار:

به استناد بند ب ماده ۸۴ قانون برنامه چهارم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی ایران، تدوین برنامه ارتقاء فرهنگ و سواد تغذیه ای جامعه با همکاری دستگاه های ذیربط، به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی محول گردید که با تشکیل کمیته فرابخشی برنامه مذکور را تدوین نماید. سند پیوست حاصل این همکاری و مشارکت صمیمانه است.

جای دارد از آقای دکتر علی اکبر سیاری معاون محترم هماهنگی و دبیر مجامع، خانم ها دکتر ربابه شیخ الاسلام مدیر کل و زهرا عبداللهی معاون محترم دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، آقایان حسین محمد علیزاده هنجنی و مجید مزید آبادی فراهانی از سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور، دکتر حمید صاحب و دکتر امید زمانی از سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران که در تهیه این سند مشارکت داشته اند تشکر و قدردانی نمایم. امید است با همکاری بخش های مختلف در جهت ارتقاء فرهنگ و سواد تغذیه ای جامعه گام های اساسی و موثر برداشته شود.

دکتر مسعود

پزشکیان

وزیر

مقدمه:

یکی از مهمترین عوامل شکل دهنده الگوی غذایی جامعه، مجموعه عادات و فرهنگ غذا و تغذیه ای افراد آن جامعه است این عادات از بدو تولد در درون خانواده شکل می گیرد که خود وابسته به بستری است که جامعه فراهم می آورد. اما مجموعه عواملی که این بستر را می سازد از فرهنگ و آداب و سنن هر جامعه گرفته شده است که خود تحت تأثیر وضعیت جغرافیایی، فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و آگاهیهای تغذیه ای در افراد جامعه است.

اطلاعات موجود حاکی از آن است که در حال حاضر در کشور ما روند بیماری های مزمن هشدار دهنده است. چاقی و اضافه وزن در درصد بالایی از جمعیت کشور وجود دارد که خود زمینه ساز بیماری های قلبی و عروقی، دیابت و انواع سرطان هاست و از دلایل عمده آن تغییر الگوی مصرف و رفتارهای نامطلوب غذایی است. از سوی دیگر در زمینه بروز سوء تغذیه در کودکان و کمبود ریزمغذی ها (کمبود آهن، روی، ویتامین های A، D، B2 و کلسیم) در گروه های مختلف جامعه، باورها و رفتارهای غذایی مردم و ناآگاهی های تغذیه ای جامعه یکی از عوامل اساسی است.

تحقیقات نشان داده است که خانوارها از مواد غذایی و مغذی محدود موجود در خانواده نیز استفاده بهینه نمی کنند. بنابراین می توانیم دریابیم که تنها دسترسی اقتصادی به منابع غذایی، لزوماً استفاده مناسب و بهینه از منابع موجود در خانوار را تأمین نمی کند بلکه نکته اصلی، سازگار نمودن شیوه و فرهنگ غذا خوردن با سلامتی است و قطعاً مراقبت و تأمین سلامت کودکان، نوجوانان و زنان که افراد در معرض خطر هستند از اولویت به سزایی برخوردار می باشد.

در سطح کشور سازمانهای مختلفی در امر فرهنگ و سواد غذا و تغذیه ای جامعه نقش آفرین هستند. ذیلاً به وضعیت موجود فعالیتهای هر یک پرداخته می شود.

در وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، زیرمجموعه های مختلفی از جمله معاونت سلامت دست اندرکار آموزش هستند. در این مجموعه با بکارگیری توان موجود در بخش بهداشت، شامل حدود ۲۵۰۰۰ واحد بهداشتی - درمانی و حدود ۶۰ تا ۷۰ هزار نفر از افراد شامل بهورز، کاردان،

کارشناس و پزشک آموزشهای مرتبط با غذا و تغذیه در سطح کشور به افراد، بویژه گروههای آسیب پذیر ارائه می گردد. بعلاوه با در نظر گرفته شدن دفتر بهبود تغذیه جامعه در چارت تشکیلاتی این وزارتخانه، اهمیت موضوع پذیرفته شده است.

دفتر بهبود تغذیه جامعه در سال های اخیر برنامه های فراگیر و متعددی را با همکاری بخش های مختلف، از جمله برنامه مشارکتی و حمایتی کاهش سوء تغذیه کودکان، پیشگیری و کنترل اختلالات ناشی از کمبود ید، اجرای طرح آهن یاری دختران دبیرستان ها، غنی سازی مواد غذایی با ریزمغذی ها از جمله غنی سازی آرد با آهن و اسید فولیک، برگزاری کارگاه های آموزشی تغذیه و رشد کودکان ویژه پزشکان و آموزش کارکنان بهداشتی درمانی و کارکنان سایر بخش ها در زمینه های مختلف تغذیه را طراحی و اجرا نموده است.

آموزش و پرورش نیز که بعنوان یکی از مهمترین عوامل مؤثر در توسعه کشورها شناخته می شود. از آنجایی که دانش آموزان و اولیای آنها و کارکنان مدارس، بخش قابل توجهی از جمعیت کشور را در برمی گیرند، از این رو آموزش اطلاعات صحیح غذا و تغذیه ای به حدود ۱۸ میلیون دانش آموز و یک میلیون معلم، تأثیر چشمگیری بر سلامت جامعه خواهد داشت. آموزشهای صورت گرفته در زیر مجموعه این وزارتخانه طی سالهای ۷۵-۷۹ بیشتر دانش آموزان مدارس، معلمان، کارشناسان بهداشت و تغذیه، سرایداران و خدمتگذاران را در بر می گرفته است که در قالب طرحهای بهداشتیاریان، تربیت مدرس، آموزش غذا و تغذیه، برگزاری کارگاه آموزشی تغذیه، طرح آهن یاری، آموزش ضمن خدمت تغذیه و بهداشت، طرح شیر در مدرسه صورت گرفته است. همچنین همکاری در تألیف کتب درسی و تهیه و انتشار جزوات و بروشورها نیز در دستور کار این وزارتخانه قرار داشته اند. سازمان نهضت سوادآموزی که آموزش بخشی از بزرگسالان کشور را بر عهده دارد می تواند نقش تعیین کننده ای در آموزش سواد تغذیه ای داشته باشد. اگرچه سهم این سازمان می تواند در آموزش سواد تغذیه ای قابل توجه باشد اما مطالعه جامعی در خصوص حجم فعالیتها و میزان اثربخشی آنها در دست نیست.

سازمان صدا و سیما از جمله مراکزی است که بویژه در سالهای اخیر سهم آن در فرهنگ سازی بیشتر مورد توجه قرار گرفته است. صدای جمهوری اسلامی ایران طی سالهای ۸۱-۱۳۷۹ در حدود ۱۱۷ برنامه و سیمای جمهوری اسلامی ایران در طی این مدت ۴۱۶ برنامه با عنوان غذا و تغذیه داشته است.

فعالیت‌های سازمان بهزیستی بعنوان یکی از سازمان‌های ذیربط با گروه‌های آسیب دیده و آسیب پذیر جامعه، در سالهای گذشته در قالب تهیه جزوات، پمفلت و تدوین و چاپ مجموعه‌های آموزشی محدود بوده است. همچنین در این زمینه غذا و تغذیه طرح‌های تحقیقاتی متعددی نیز اجرا شده است و همایش‌هایی نیز با موضوعیت غذا و تغذیه و بهداشت توسط این سازمان اجرا شده است. سازمان‌دهی این مجموعه نیز به گونه‌ای است که مراکز بهزیستی از نظر تغذیه تحت نظارت قرار دارند.

انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور بعنوان یک مرکز پژوهشی علمی و در عین حال نقش آفرین در آموزش تخصصی غذا و تغذیه شناخته می‌شود. در حوزه آموزش عمومی و فرهنگ سازی تغذیه‌ای نقش این انستیتو از موضع اصلاح سواد تخصصی و در عین حال حضور تخصصی در آموزش‌های عمومی قابل توجه است. در این سازمان در سالهای اخیر گروه تخصصی ویژه‌ای تحت عنوان تحقیقات آموزش همگانی مورد توجه قرار گرفته است. از جمله فعالیت‌های این مجموعه طی سالهای ۸۱-۱۳۷۸ را می‌توان تعداد زیادی برنامه در صدا و سیما بعلاوه نشر چندین مقاله علمی و آموزشی و تعدادی فیلم و همینطور سمینار برشمرد. مرکز امور مشارکت زنان نیز از جمله مراکز مرتبط با فرهنگ و سواد تغذیه‌ای جامعه شناخته می‌شود که اگرچه سهم آن در آموزش زنان بطور عام بسیار قابل توجه است اما گزارش خاصی در این زمینه در دسترس نیست. اما جمع بندی وضع موجود در حوزه فرهنگ و سواد غذا و تغذیه‌ای جامعه علیرغم وجود و حضور سازمان‌های متعدد در این عرصه وضعیت مطلوبی را نشان نمی‌دهد. واقعیت آن است که اصولاً خود نوع نگاه به فرهنگ و سواد تغذیه‌ای از موضع تمرکزگرایانه دولتی و عمومی و تعریف نقش عمده فقط برای تعدادی سازمان و وزارتخانه بیانگر ورود به موضوع از نقطه‌ای غیر فراگیر است. چرا که اگرچه این سازمان‌ها دارای نقش جدی در فرهنگ و سواد تغذیه‌ای

جامعه هستند اما بطور بدیهی حوزه فرهنگ حوزه ای متعامل بین جامعه و نهادهای فعال در آن است. بعلاوه بجز معدودی در اغلب موارد ارزیابی میزان اثربخشی برنامه های آموزشی اجرا شده ارزیابی نشده است. نتیجه آنکه علیرغم فعالیتهای مراکز متعدد در زمینه آموزش و سواد غذا و تغذیه ای، این حوزه بعنوان یکی از نقاط مهم و اثرگذار و در عین نیازمند به اصلاح و تکمیل در نگرشها و کارکردها شناخته می شود. چرا که بروندهای آن یعنی رفتار غذا و تغذیه ای جامعه همچنان منطبق بر الگوهای علمی نبوده است. این امر آنگاه اهمیت بیشتری می یابد که در نظر داشته باشیم، جامعه ایران دوره گذار تغذیه ای را در بخشی از خود تجربه می نماید و در این میان وجود نگره ها و آموزه های منسجم و متناسب با پس زمینه های فرهنگی و سنتی جامعه دارای اثرگذاری بالایی در جهت دادن به رفتارهای تغذیه ای جامعه است. از علائم ناکافی بودن و عدم انسجام در آموزشها می توان دوگانگی در نگاه و رفتار مراکز علمی با سیاستگذاری و اجرایی را در امر مصرف و تبلیغات کالاهای غذایی مثل روغن های نباتی، تنقلات و ... مشاهده نمود. بنظر می رسد امر آموزش و فرهنگ تغذیه ای اولاً "نیازمند انسجام و ثانیاً" انطباق با موازین علمی متناسب با بستر فرهنگی و سنتی جامعه می باشد که در عین حال در قالب برنامه های فراگیر و نه موارد محدود و معدود طراحی و اجرا گردد.

محدودیت ها و تنگناها:

- شناخت ناکافی از وضعیت میزان آگاهی ، نگرش و عملکرد مردم و سیاستگذاران در زمینه موضوعات مختلف تغذیه.
- نبود راهنمای غذایی در کشور که موجب عدم هماهنگی در برنامه های آموزش همگانی تغذیه شده است.
- ناکافی بودن آگاهی های تغذیه ای گروههای مختلف جامعه.
- وجود بعضی از عادات و رفتارهای غذایی غلط در کشور که از یک طرف سوء تغذیه و کمبود ریز مغذی ها و از سوی دیگر روند رو به گسترش بیماریهای مزمن را سبب شده است.
- نامتعادل بودن الگوی مصرف گروههای غذایی.

- کم توجهی به مسائل زیستی و سلامت غذا و تغذیه‌ای در بخشی از آموزشها و تبلیغات رسانه ای
- کم توجهی به سفره ایرانی بعنوان یکی از روشهای نهادینه شده در بهبود سبک مصرف مواد غذایی.
- متناسب نبودن آموزشها با نیازهای جامعه
- عدم پایش و ارزشیابی برنامه های آموزشی غذا و تغذیه.

هدف کلی:

ارتقای فرهنگ و سواد غذا و تغذیه ای

راهبردها:

- آموزش همگانی تمرینش
- آموزش گروههای خاص موثر بر فرهنگ و سواد غذا و تغذیه ای جامعه
- جلب مشارکت و همکاریهای بین بخشی.

اهداف کمی:

- افزایش آگاهی های تغذیه ای افراد جامعه در مورد اصول تغذیه صحیح به ۲۰٪ وضع موجود.
- اصلاح نگرش و عملکرد گروههای مختلف جامعه در مورد تغذیه صحیح به میزان ۱۵٪ .
- افزایش آگاهی های تغذیه ای والدین در مورد پایش رشد و تغذیه کودک به ۳۰٪ وضع موجود.
- افزایش تنوع و تعداد برنامه های صدا و سیما برای ارتقاء فرهنگ و سواد غذا و تغذیه به میزان ۳۰٪ وضع موجود
- افزایش آگاهی سیاستگذاران و مسئولان مرتبط با سلامت تغذیه ای جامعه در بخش های ذیربط به میزان ۲۰٪ وضع موجود.
- افزایش تعداد برونداد حوزه های مختلف سیاستگذاری در راستای تغذیه سالم.

سیاست های اجرایی:

- ۱- سازماندهی و جهت دهی به اطلاع رسانی و آموزش تغذیه متعادل و سالم ذیل شورایعالی سلامت و امنیت غذایی

- ۲- جلب همکاری سازمانها و ابزارهای اطلاع رسانی و آموزش سطح ملی، زیر ملی و منطقه ای
- ۳- استفاده از شبکه PHC در آموزشهای تغذیه ای و بهداشت مواد غذایی، پایش بیماریهای ناشی از غذا و ...
- ۴- اختصاص زمان پخش مناسب و کافی در ساعات پر بیننده به برنامه های آموزش غذا و تغذیه .
- ۵- آموزش مورد نیاز برای مسئولین فنی و مدیران کارخانه ها، کارکنان بهداشتی درمانی و کارکنان سایر بخش ها
- ۶- تمرکز سیاستگذاریها و فعالیت های آموزشی به غذا و تغذیه و هدفمند نمودن آنها
- ۷- نظارت متمرکز بر برنامه های آموزشی و تبلیغاتی مرتبط با غذا و تغذیه بویژه در رسانه های جمعی
- ۸- استفاده از بستر های فرهنگی و سنتی جامعه در جهت آموزش و ارتقاء سطح سواد تغذیه ای
- ۹- توسعه فرهنگ عرضه و مصرف مواد غذایی سنتی و بومی

اقدامات دستگاه های اجرایی:

• وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی :

۱. تدوین سیاست جامع آموزش و فرهنگ سازی غذا و تغذیه در کشور .
۲. بازنگری دوره های درسی پزشکان و پیراپزشکان و به روز کردن مطالب غذا و تغذیه ای آنها.
۳. تدوین دوره جامع بازآموزی پزشکان و پیراپزشکان در مورد غذا و تغذیه و پیگیری تشکیل کلاسها .
۴. نظارت بر هر نوع تبلیغ کالاهای خوراکی از تمامی رسانه های موجود و صدور مجوز برای تبلیغ مواد غذایی براساس قوانین موجود .
۵. بکارگیری کارشناس تغذیه در نظام ارائه خدمات بهداشتی درمانی (شبکه های بهداشتی- درمانی کشور) متناسب با سطح بندی آن .
۶. نظارت بر برنامه های آموزشی دانشگاههای علوم پزشکی کشور در خصوص غذا و تغذیه .
۷. ارائه الگوی استانی برای جیره میان وعده غذایی دانش آموزان با توجه به نیازهای تغذیه ای آنان .
۸. تدوین و ارسال مطالب آموزشی غذا و تغذیه (پمفلت، پوستر و ...) و ارسال آن به خانوارها.
۹. پایش و ارزشیابی برنامه های آموزشی غذا و تغذیه .

• انستیتو تحقیقات تغذیه ای و صنایع غذایی کشور :

۱. تشکیل گروه آموزش و اطلاع رسانی همگانی در مورد غذا و تغذیه.
۲. تهیه بانک اطلاعاتی در زمینه آموزش غذا و تغذیه.
۳. سنجش نیازهای آموزشی جامعه.
۴. شناخت وضعیت موجود آگاهی و سواد تغذیه ای جامعه از طریق بررسی آگاهی، نگرش و عملکرد مردم و سیاستگذاران در زمینه موضوعات مختلف غذا و تغذیه.

• وزارت آموزش و پرورش

۱. بکارگیری برنامه تغذیه رایگان مدارس جهت فرهنگ سازی تغذیه ای .

۲. گنجاندن مباحث غذا و تغذیه در دوره های مدون بازآموزی کارکنان آموزشی آموزش و پرورش.

۳. تدوین برنامه تغذیه رایگان مدارس از نظر نوع و مقدار براساس آخرین یافته های علمی و پژوهشهای کاربردی ملی و منطقه ای .
۴. همکاری در اجرای الگوی استانی برای حیره میان وعده غذایی دانش آموزان با توجه به نیازهای تغذیه آنان.
۵. لحاظ نمودن مباحث غذا و تغذیه در مراحل مختلف بازنگری و تدوین کتب درسی .
۶. تقویت درس بهداشت و لحاظ نمودن بحث غذا و تغذیه در آن .
۷. همکاری با وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در اطلاع رسانی خانوار.

• نهضت سواد آموزی :

۱. تدوین کتابهای آموزشی حاوی مطالب غذا و تغذیه برای نوسوادان برای مقاطع مختلف .
۲. گنجاندن مباحث غذا و تغذیه برای بازآموزی آموزش یاران .

• سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران:

۱. تقویت فعالیت های آموزشی غذا و تغذیه و هدفمند نمودن آنها .
۲. اصلاح و بازنگری سیاست های جاری در امر تبلیغات غذا و تغذیه .
۳. همکاری در اجرای سیاست جامع آموزش و فرهنگ سازی غذا و تغذیه کشور با وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی .
۴. تهیه و پخش تیزرهای آموزشی تلویزیونی، تهیه و چاپ مطالب آموزشی مناسب برای آموزش همگانی

• همکاری چند وزارت/سازمان (چندبخشی) :

۱. بکارگیری کارشناس تغذیه در کلیه واحدها و مراکزی که خدمات غذایی همگانی دارند از جمله دانشگاهها، مهد کودکها، کارخانه ها، بیمارستانها، مراکز نگهداری سالمندان، (مسئول وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با همکاری کلیه وزارت/سازمانهای ذیربط).

۲. گنج‌آیدن آموزش غذا و تغذیه در کلیه دوره های بازآموزی و آموزش ضمن خدمت، کارآموزی بدو استخدام کلیه کارکنان دولت (مسئول وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با همکاری وزارت آموزش و پرورش، نیروهای نظامی و انتظامی و کلیه وزارت/سازمانهای ذیربط).
۳. تدوین جزوات آموزشی غذا و تغذیه به صورت پوستر، پمفلت و ... (مسئول وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با همکاری انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور).
۴. ارائه الگوی استانی برای جیره میان وعده غذایی دانش آموزان با توجه به نیازهای تغذیه ای آنان (مسئول وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با همکاری انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور)
۵. لحاظ نمودن مباحث غذا و تغذیه در مراحل مختلف بازنگري و تدوین کتب درسی (مسئول وزارت آموزش و پرورش با همکاری وزارت بهداشت و انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور)
۶. استفاده از خدمات تخصصی بازاریابی اجتماعی و ارتباطات سلامت.

منابع:

- ۱- گزارش نهایی وضعیت آموزش غذا و تغذیه در کشور، دبیرخانه شورای غذا و تغذیه کشور، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور، سال ۱۳۸۲.
- ۲- برنامه درون بخشی بهبود تغذیه جامعه در برنامه چهارم توسعه، دفتر بهبود تغذیه جامعه، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی سال ۱۳۸۳.
- ۳- سند فرابخشی امنیت غذا و تغذیه در برنامه چهارم توسعه، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، سال ۱۳۸۳.
- ۴- گزارش نهایی چهل و نهمین اجلاس روسای دانشگاه های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کشور، راهکارهای بهبود تغذیه جامعه، دفتر بهبود تغذیه جامعه، سال ۱۳۸۳.
- ۵- گزارش بررسی ملی تعیین وضعیت ریزمغذی های آهن، روی، ویتامین A و D در ۱۱ اقلیم کشور، دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور، سال ۱۳۸۲.
- ۶- طرح جامع مطالعات مصرف مواد غذایی و تغذیه در کشور، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور، سال ۸۱-۱۳۷۹.