

ایجاد باغچه‌های خانگی با هدف اصلاح الگوی تغذیه



شناسه خبر : ۱۱۳۶۷۸ چهارشنبه ۲۸ اردیبهشت ۱۴۰۱ - ۱۴:۰۹

مسوول واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت شهرستان خرم‌آباد گفت: اجرای برنامه آموزش تغذیه سالم توسط کارشناسان تغذیه، آموزش کاشت سبزیجات توسط کارشناسان جهاد باهدف اصلاح الگوی تغذیه خانوارها و افزایش دسترسی به سبزیجات با ایجاد باغچه‌های خانگی صورت گرفته است.

به گزارش موج خبر از خرم‌آباد، نسترن بهادری با اشاره به اینکه عوامل متعددی در ایجاد ناامنی غذایی تاثیر گذار هستند، اظهار کرد: تغییرات آب و هوایی، خشکسالی و مهاجرت از روستا به حاشیه شهر، بیکاری، عدم آگاهی تغذیه‌ی و عادات و رفتارهای غذایی غلط از جمله عواملی هستند که در ایجاد ناامنی غذایی موثر هستند.

وی افزود: در صورت بی توجهی به عوامل ناامنی تغذیه‌ای احتمال گرسنگی، اشکال مختلف سوءتغذیه به ثورت کوتاه قدی و لاغری کودکان، اضافه وزن و چاقی و ناامنی غذایی در گروه‌های آسیب پذیر افزایش پیدا می کند.

مسوول واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت شهرستان خرم‌آباد گفت: توجه به فرایند تولید مواد غذایی و بخش کشاورزی ارتباط تنگاتنگی با تغذیه سالم دارد.

بهداری افزود: توجه به تولید محصول سالم با رعایت اصول استفاده از انواع سموم و کودهای آلی و شیمیایی، نحوه نگهداری و انبار مواد غذایی، حمل محصولات کشاورزی به کارخانجات، روشهای فرآوری، بسته بندی، حمل تا فروشگاههای عرضه و در نهایت خرید و روشهای طبخ همگی بر مصرف یک غذای خوب و مغذی و سالم توسط خانواده ها تاثیر گذار است.

وی گفت: در همین راستا و همگام با سیاستهای کشوری، اقدامات بسیار مهمی در واحد بهبود تغذیه جهت تحقق بخشیدن به شعار ایمنی غذا از مزرعه تا سفره برنامه ریزی و در حال اجرا است.

مسوول واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت شهرستان خرمآباد با اشاره به برنامههای دانشگاه علوم پزشکی در خصوص ایمنی غذا توضیح داد: آموزش همگانی به عموم مردم در خصوص نکات اساسی در خرید، آماده سازی، پخت و مصرف مواد غذایی، اهمیت مصرف میوه و سبزی سالم، احداث باغچههای ارگانیک سبزی، ایمنی غذا در مدارس، تغذیه سالم در رستوران ها و مراکز جمعی، اهمیت کاهش مصرف قند و نمک و چربی، مصرف مواد غذایی غنی شده از جمله مواردی است که می توان اشاره کرد.

بهداری بیان کرد: مصرف صحیح مکمل های مورد نیاز گروه های سنی، ارائه خدمات مشاوره تغذیه رایگان به گروه های سنی مختلف و موارد دیگر از مهمترین برنامه های در دست اقدام این گروه در سال جاری است.

وی خاطر نشان کرد: شهروندان خرمآبادی در صورت ابتلا به چاقی و اضافه وزن، دیابت و یا فشار خون بالا با مراجعه به پایگاههای پزشک خانواده و ارجاع به کارشناسان تغذیه می توانند از خدمات رایگان مشاوره تغذیه بهره مند شوند.

وی در بخش دیگری از صحبت های خود با بیان اینکه واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت با همکاری جهاد کشاورزی اقدام به تهیه و اهدای بذر سبزیجات در مناطق روستایی کرده است، عنوان کرد: اجرای برنامه آموزش تغذیه سالم توسط کارشناسان تغذیه، آموزش کاشت سبزیجات توسط کارشناسان جهاد باهدف اصلاح الگوی تغذیه خانوار ها و افزایش دسترسی به سبزیجات با ایجاد باغچه های خانگی صورت گرفته است.

مسوول واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت خرمآباد گفت: این برنامه در طول هفته سلامت در مناطق رباط، تجره، زاغه، بیرانشهر و پل سیاهگوشی انجام شده و به تدریج در سایر مناطق ادامه خواهد داشت.

انتهای پیام/

انتهای پیام/