کاهش محسوس مصرف لبنیات در کشور / کوتاهی قد ایرانیان طی ۲۵ سال گذشته



عضو هیئت علمی انستیتوی تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور با بیان این که بازرسی، نمونه‌برداری و آزمون از فراورده‌های لبنی طی سال به صورت متوالی توسط وزارت بهداشت و معاونت‌های غذا و داروی دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور انجام می‌گیرد، افزود: باید برای گسترش استفاده از شیر و لبنیات فرهنگسازی شود و دانش تغذیه‌ای مردم افزایش یابد.

دکتر سهیل اسکندری با اشاره به این که متأسفانه شیر در سبد غذایی خیلی از ایرانی‌ها جایی ندارد، به ایسنا گفت: آمارها از کاهش محسوس مصرف لبنیات حکایت دارند و اگر فکری برای آن نشود ۱۰ تا ۲۰ سال دیگر شاهد بیماری‌هایی نظیر پوکی استخوان، راشیتیسم و کوتاهی قد فرزندان‌مان خواهیم بود.

وی با بیان این که کشور ژاپن با بهبود تغذیه موفق شده است در طول ۲۰ سال میانگین قد را ۱۰ سانتی‌متر افزایش دهد، اظهار کرد: در

حالی که کشور ما با کوتاهی قد در طول ۲۵ سال گذشته روبه‌روست.

میزان استاندارد مصرف چقدر است؟

اسکندری درباره میزان مصرف شیر، گفت: بر اساس سبد غذایی پیشنهادی برای افراد ۱۸ تا ۵۰ سال از سوی وزارت بهداشت کشور، هر فرد باید ماهانه ۸ لیتر شیر، سه کیلوگرم ماست و حدود ۵۰۰ گرم پنیر مصرف کند. این مقدار مطلوبی است اما در طول چند سال گذشته مصرف شیر و لبنیات به شکل محسوسی تا ۲۵ درصد کاهش یافته و با توجه به نقش بی‌بدیل و بدون جانشینی که شیر در تغذیه انسان دارد از این نظر کمبود فاحشی در وضعیت غذایی ما ایجاد شده است.

۲ دلیل کاهش مصرف شیر

وی افزود: کارشناسان تغذیه دو دلیل اصلی را در این باره ذکر می‌کنند؛ نخست، کاهش قدرت خرید خانوار و دوم، هشدارهایی که درباره افزوده شدن بیش از حد روغن پالم به شیر و محصولات لبنی از سوی برخی کارخانه‌ها، داده شد.