

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، نمونه برداری و آزمون از فراورده های لبنی طی سال به صورت متوالی توسط وزارت بهداشت و معاونت های غذا و دارو دانشگاه های علوم پزشکی کشور انجام می گیرد، افزود: باید برای گسترش استفاده از شیر و لبنیات فرهنگ سازی شود و دانش تغذیه ای مردم افزایش یابد.

دکتر سهیل اسکندری با اشاره به این که متأسفانه شیر در سبد غذایی خیلی از ایرانی ها 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 بیماری هایی نظیر پوکی استخوان، راشیتسم 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 سانتی متر 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.