هجمه‌های طب سنتی، مصرف لبنیات را کاهش داد/ برای خرید لبنیات به مردم یارانه بدهید



عضو هیات علمی دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی خاطر نشان کرد: قیمت لبنیات باید در کشور کنترل شود و در صورت امکان برای اینکه با قیمت مناسب‌تری در اختیار مصرف کننده قرار بگیرد سوبسید به آن تعلق گیرد.

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی(اگروفودنیوز)، به نقل از ایلنا؛ گلبن سهراب درباره دلایل کاهش مصرف لبنیات، گفت: کاهش مصرف لبنیات چند دلیل عمده دارد نخست افزایش قیمت لبنیات در سال‌های اخیر و دوم هجمه‌هایی که طب سنتی درباره مصرف لبنیات در کشور ایجاد کرد.

وی ادامه داد: در طب سنتی لبنیات طبع سرد دارد از این‌رو نباید استفاده شود، در صورتی که ارزش غذایی لبنیات بالاست و منبع پروتئین، کلسیم و ویتامین گروه های B است. حتی اگر کسی باور دارد که طبع لبنیات سرد است باید آموزش داده شود تا بحث سردی آن را مرتفع کند. با توجه به اینکه لبنیات ارزش غذایی خیلی بالایی دارد در واقع ما با عدم استفاده یک منبع خیلی غنی غذایی را از دست می دهیم.

این استاد دانشگاه درباره خواص یک لیوان شیر، تصریح کرد: یک لیوان شیر ۱۲ گرم پروتئین دارد که پروتئینش از ارزش بیولوژیکی خیلی بالایی برخوردار است. در عین حال منبع خیلی خوبی از ویتامین های گروه B است و همین طور منبع سرشار کلسیم ما با مصرف یک لیوان شیر که حدود ۱۲۰تا ۱۵۰ کالری براساس میزان چربی اش دریافت می‌کنیم مواد مغذی خیلی زیادی وارد بدنمان می‌شود.

سهراب در ادامه تصریح کرد: حذف لبنیات از سبد غذایی خانوارها تعاقب زیادی دارد. خیلی سخت است که ما بتوانیم با یک منبع غذایی این همه مواد مغذی را یکجا تامین کنیم بنابراین با حذف لبنیات احتمال سوء تغذیه پروتئین و همینطور اختلال رشد در کودکان و احتمال پوکی استخوان افزایش خواهد یافت.

وی برای افزایش مصرف لبنیات پیشنهاد داد: قیمت لبنیات در کشور باید کنترل شود و در صورت امکان برای اینکه با قیمت مناسب‌تری در اختیار مصرف کننده قرار بگیرد سوبسید به آن تعلق گیرد.

این استاد دانشگاه افزود: یک بحث خیلی مهم بحث فرهنگ سازی و آموزش است که در واقع از کانال‌های مختلف بحث آموزش باید پیگیری شود. بخاطر رشد سریع شبکه‌های اجتماعی مردم از منابع خیلی غیر معتبر خبر دریافت می‌کنند و فیلم های مختلف در شبکه های اجتماعی دست به دست می شود در ارتباط با مضراتی که لبنیات می‌تواند داشته باشد و در مقابلش یک قدرت قوی، معتبر و مرجع نمی‌بینیم که به صورت علمی پاسخگو باشد.

وی تصریح کرد: این اخبار باید به صورت کاملا کارشناسی شده به مردم اطلاع رسانی شود و مطالب علمی در اختیار مردم قرار داده شود.

سرویس خبری: صنعت غذا

منبع: ایلنا