

5 نيسان/أبريل 2016، القاهرة، مصر.. يعاني ما يزيد على 65% من السكان البالغين و 20% من المراهقين، في إقليم شرق المتوسط، من فرط الوزن والسمنة. وهناك بيّات وأدلة متزايدة على أن استهلاك السكر يترتب عليه الإصابة بالسمنة، ليس ذلك فحسب بل وانتشار الإصابة بالسكري، وتسوس الأسنان بين الأطفال والبالغين.

وللحد من استهلاك السكر ومن ثم خفض معدل انتشار النوع الثاني من السكري والسمنة في الإقليم، أطلق المكتب الإقليمي لشرق المتوسط لمنظمة الصحة العالمية هذا الأسبوع بياناً للسياسات، يشتمل على الإجراءات الموصى بها للتصدي لهذه المشكلة. ويشكل بيان السياسات والإجراءات الموصى بها جزءاً من جهود منظمة الصحة العالمية لتحقيق هدف وقف ارتفاع معدلات انتشار السكري والسمنة، وتخفيض عبء الوفيات المبكرة المترتبة على الأمراض غير المسارية، وذلك بنسبة 25% بحلول 2025.

وفي هذا السياق تدعو منظمة الصحة العالمية الحكومات للنظر في تطبيق خفض تدريجي ومستدام في مستوى استهلاك السكر على الصعيد الوطني على مدى السنوات الثلاث أو الأربع القادمة. ذلك أن تخفيض استهلاك السكر هو أمر ضروري لوقف ارتفاع معدلات انتشار السكري والسمنة.

وبهذه المناسبة، قال الدكتور علاء الدين العلوان، المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية: "إننا نشهد زيادة في استهلاك السكر في بعض بلدان الإقليم، حيث يزيد استهلاك سكانها على 85 غراماً للفرد يومياً."

وتوصي المنظمة بأن يستهلك الأطفال والبالغين أقل من 10%، بل أقل من 5% (أي حوالي 25 غراماً للفرد يومياً) من السكريات المحرة في تغذيتهم.

وتتراوح نسب استهلاك السكر بين 9% إلى 15% في البلدان المرتفعة والمتوسطة الدخل، بل إنها ترتفع في البلدان ذات الدخل المنخفض بحيث يمكن أن تصل إلى 12%.

ويستهلك الأطفال، خصوصاً طلاب المدارس والشباب، في العادة كميات من السكر كبيرة للغاية. وأغلب ما يتم استهلاكه من السكر يأتي من الحلوى والعصائر والسكر الذي يضاف بإفراط للشاي، وكلها جزء من التغذية اليومية. وعلى سبيل المثال فإن علبة واحدة من الصودا المحلاة تحتوي على 40 غراماً من السكر أي أعلى من إجمالي كمية السكر الموصى بها للطفل في اليوم كله.

وقال الدكتور العلوان: "نحن نحث البلدان على خفض مستويات السكر في غذاء مواطنيها حرصاً على تحسين صحتهم. وعلى صانعي القرارات النظر في تطبيق الإجراءات التي اتخذتها دول أخرى لزيادة سعر التجزئة للمشرروبات الغازية من خلال زيادة الضرائب المفروضة عليها. وينبغي عليهم أيضاً بحث تنفيذ السياسات اللازمة لتعديل مكونات المنتجات الغذائية لخفض مستوى السكر فيها. ولما يقل عن ذلك أهمية فرض القيود والضوابط التنظيمية على الإعلان عن الأغذية والمشرروبات غير الصحية الغنية بالسكر وتسويقها،

ولاسي ما للأطفال".

وأضاف الدكتور العلوان: "المطلوب اتخاذ إجراءات خاصة للتصدي للتسويق غير المجابه عبر قنوات المفضائية وسائر وسائل الإعلام الرقمية.

وهناك تدابير أخرى يمكن اتخاذها للحد من استهلاك السكر، تشمل ما يلي:

تنفيذ سياسات للحد تدريجياً من كمية السكر في المنتجات المعروضة للبيع في المنافذ التي ترعاها الحكومة:

ضبط العروض التسويقية، مثل تقديم وحدتين من المنتجات بسعر واحدة أو زيادة الكمية مع تثبيت السعر على المنتجات الغنية بالسكر، خصوصاً المشروبات؛

استخدام التنميط الغذائي لوضع تعريفات واضحة للأطعمة والمشروبات الغنية بالسكر كي لا يتم تضليل المستهلكين فيما يتعلق بمحتوى السكر في المنتجات؛

إلغاء الدعم الذي توفره الحكومات الوطنية على السكر وفرض ضرائب تدريجية على المشروبات السكرية مبدئياً، ثم فرضها على جميع الأطعمة والمشروبات الغنية بالسكر؛ وتوفير التثقيف الصحي الروتيني للسكان.

Saturday 17th of May 2025 05:54:28 PM