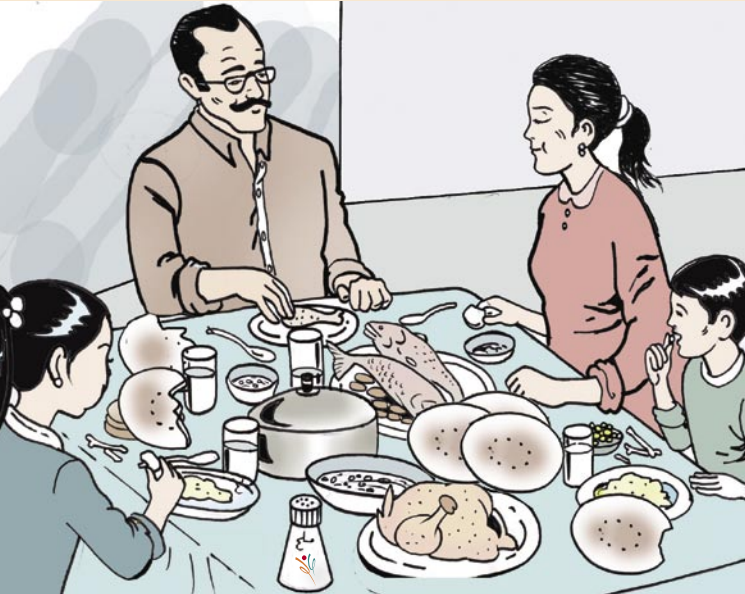


## البرنامج الوطني لتدعيم الطحين وأيدنة ملح الطعام

### معلومات تهلك وتهم أسرته



### لنعلم أن:

■ تناول الأغذية المدعمة ليس بديلاً عن التغذية الجيدة بل مكمل لها. فلنحرص على أن تكون وجباتنا الغذائية متوازنة وتحتوي على مجموعات غذائية متنوعة مثل: البقوليات والحبوب والخضار والفواكه والحليب ومشتقاته والبيض واللحوم والدجاج والأسماك.

■ لنحرص على تناول الأغذية المدعمة من أجل صحة أفضل لنا ولعائلاتنا:

- ◀ الأغذية المدعمة تحسن مستوى الذكاء وتزيد من قدرة أطفالنا على التحصيل العلمي.
- ◀ الأغذية المدعمة تساهم في رفع النشاط العقلي والجسدي وتمنع الحمل والكسل وتقوي مناعة الجسم.

■ حتى نحقق الفائدة المرجوة من الأغذية المدعمة:

- ◀ نتأكد من وجود شعار الأغذية المدعمة على أكياس ملح الطعام وأكياس الطحين التي نستعملها.
- ◀ نحرص على تخزين الأغذية المدعمة بطريقة صحيحة. إذ ينصح بتخزينها بعيداً عن الرطوبة والضوء.

**صحة أطفالنا وعائلاتنا أمانة في أعناقنا  
فلنؤمن حقهم في التغذية السليمة**

### ما الفوائد التي يمكن أن يحققها برنامج تدعيم الأغذية على الصعيد الوطني؟

يساعد برنامج تدعيم الطحين وملح الطعام على تقليل الأمراض الناتجة عن نقص العناصر الغذائية الدقيقة وعلى التمتع بمستوى صحي عال ورفع مستوى المناعة الصحية لدى المواطن الفلسطيني وتقليل نفقات علاج المشاكل الصحية الناتجة عن نقص العناصر الغذائية الدقيقة.

### كيف نعرف أن الأغذية التي نشتريها مدعمة؟

تم إعداد شعاراً للأغذية المدعمة ووضع على غلاف أكياس الطحين وملح الطعام المتوفرة في الأسواق المحلية ليدل على أن هذا الطعام مدعم حسب برنامج تدعيم الأغذية الفلسطيني.



## ما هي الأغذية المدعمة؟

الأغذية المدعمة عبارة عن أغذية واسعة الاستهلاك مثل الطحين وملح الطعام، تضاف إليها عناصر غذائية معينة بنسب معينة محسوبة بدقة وذلك لترتفع قيمتها الغذائية وتساعد على الحد من الأمراض الناجمة عن النقص في العناصر الغذائية الدقيقة.

## كيف يتم تدعيم الأغذية على المستوى العالمي والمحلي؟

يتم تدعيم الأغذية في بلدان كثيرة في العالم تحت مراقبة وتوجيه من الحكومات. فعلى سبيل المثال، تطبق أيدنة الملح (إضافة اليود لمخ الطعام) في أكثر من 125 دولة. ويطبق تدعيم الطحين في 60 دولة منها الولايات المتحدة الأمريكية وروسيا والصين والهند واليابان والأردن وسوريا ومصر وفرنسا وتونس ... وغيرها من الدول.

أما على المستوى المحلي، فيتم حالياً تطبيق برنامج وطني لتدعيم الأغذية، وذلك لمواجهة انتشار الأمراض المرتبطة بنقص العناصر الغذائية الدقيقة مثل نقص اليود وفيتامين أ وفيتامين د والحديد وحامض الفوليك وغيرها.

ولتحقيق ذلك، تبنت وزارة الصحة سياسة أيدنة ملح الطعام وتدعيم الطحين. فتم وضع تعليمات إلزامية من قبل مؤسسة المواصفات والمقاييس ومقرة من قبل مجلس الوزراء. بحيث أصبح تدعيم الطحين وأيدنة ملح الطعام إجبارياً لجميع الجهات التي تنتج الطحين أو ملح الطعام أو تستوردهما.

## ماذا يتضمن البرنامج الوطني لتدعيم الأغذية؟

يتكون البرنامج الوطني لتدعيم الأغذية من عنصرين رئيسيين:

■ إضافة اليود إلى ملح الطعام وهو ما يساعد على التخلص من أعراض نقص اليود مثل: تضخم الغدة الدرقية والحمول والكسل وتدني مستوى الذكاء لدى الأطفال.

■ تدعيم الطحين بالعناصر الغذائية الدقيقة الضرورية وهو ما يزيد من قيمته الغذائية. ويساعد على تقليل مستوى فقر الدم لدى الأطفال والنساء الحوامل والمرضعات والشباب/الشابات ويقلل من الشعور بالحمول ويقوي مناعة الجسم.



## كيف تتم مراقبة الأغذية المدعمة؟

تم تشكيل اللجنة الفنية لمراقبة الأغذية المدعمة والتي تشارك فيها وزارة الصحة ووزارة الاقتصاد الوطني. وتقوم هذه اللجنة بمراقبة عمليات إنتاج وإستيراد الطحين المدعم وملح الطعام المضاف إليه اليود.

تتم مراقبة الأغذية المدعمة في الأسواق وعلى المعابر والحدود للتأكد من مطابقتها للمواصفة الفلسطينية، حيث تفحص عينات منها في مختبرات متطورة ومتخصصة في هذا المجال.

## هل تعلم/ي أن الوضع الغذائي للأطفال والنساء في خطر؟

- 20% من طلبة المدارس الابتدائية يعانون من نقص اليود.
- 25% من الأطفال دون سن الخامسة يعانون من نقص فيتامين أ.
- حسب الدراسات التي تم إجراؤها، أكثر من 50% من الأطفال دون سن الخامسة والنساء الحوامل يعانون من فقر الدم.

بإمكاننا أن نواجه هذه المشاكل من خلال التغذية السليمة و من خلال تناول الأغذية المدعمة.

## هل يؤثر تدعيم الأغذية على الطحين وملح الطعام؟

ليس لتدعيم الأغذية أي أثر على الطعم أو اللون أو الملمس أو الرائحة أو التركيب الكيماوي أو الفيزيائي للطحين أو ملح الطعام ولا يرفع من سعرهما.

