

سوء تغذية الأطفال.. الرقم الصعب



د. منى تهلك

عندما نسمع من يتحدث عن سوء التغذية، يذهب الذهن نحو الجوع والهزلة وانخفاض الوزن، والحقيقة أن سوء التغذية يشمل أيضاً زيادة الوزن، إضافة إلى الجوانب الأخرى المتعلقة بالنحف والهزلة

وأورد ما جاء من منظمة الصحة العالمية، عن سوء التغذية، حيث قالت: «يُشير سوء التغذية إلى النقص أو الزيادة أو عدم التوازن في مدخول الطاقة، أو المغذيات لدى الشخص، ويشمل مصطلح سوء التغذية 3 مجموعات واسعة النطاق من الحالات الصحية: نقص التغذية، الذي يشمل الهزال (انخفاض الوزن بالنسبة إلى الطول)، والتقزم (قصر القامة بالنسبة إلى العمر)، ونقص الوزن (انخفاض الوزن بالنسبة إلى العمر). سوء التغذية المتعلق بالمغذيات الدقيقة (نقص الفيتامينات والمعادن المهمة) أو فرط المغذيات الدقيقة. فرط الوزن والسمنة والأمراض غير السارية المرتبطة بالنظام» (الغذائي (مثل أمراض القلب والسكتة الدماغية وداء السكري وبعض السرطانات

ومن هنا ندرك حيوية التغذية وأهميتها القصوى، والحقيقة ليس سد الجوع وتناول الطعام الجانب المهم؛ بل بات لدينا جانب حيوي جداً، وهو نوعية الطعام الذي يتم تناوله.

واللافت للأمر أن معظم حالات سوء التغذية يتعرض لها الأطفال، وهذا طبيعي إما لأنهم يقعون تحت طائلة الفقر وعدم الحصول على كفايتهم من الطعام، أو لأنهم يقعون في تخمة الحلويات ومختلف أنواع الأطعمة، وهذا يؤدي إلى زيادة الوزن التي تؤثر في جودة الحياة لهذا الطفل، فضلاً عما تسببه من أمراض كثيرة ومتنوعة ومعروفة مثل السكري، كما هو واضح.

إن وضع سوء التغذية الذي يعانيه الأطفال في العالم يحتاج إلى التدخل والمعالجة، خاصة مع الأرقام المديوية والكبيرة؛ حيث تقول منظمة الصحة العالمية: «يعاني 52 مليون طفل دون سن الخامسة من الهزال، في حين يعاني 41 مليون طفل من فرط الوزن أو السمنة. وترتبط نسبة 45% تقريباً من وفيات الأطفال دون سن الخامسة بنقص التغذية، ويحدث معظم هذه الوفيات في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل. وفي الوقت ذاته، تتزايد نسبة فرط الوزن والسمنة.» بين الأطفال في هذه البلدان نفسها.

دون أدنى شك أن الضريبة التي تدفعها تلك المجتمعات التي يعاني فيها الأطفال، فادحة وكبيرة، وهي تشكل عبئاً حقيقياً على مختلف جوانب التنمية، وتحتاج إلى حلول وعلاج سريع، هذا على المستوى الدولي والهيئات الدولية، أما على المستوى الفردي، فإنه يجب الوعي والمعرفة بأهمية وأثر الطعام وجودته على أطفالنا، وتنظيم هذا الجانب وفق علم ودراية.

استشاري أمراض نساء وولادة
مدير تنفيذي مستشفى لطيفة