



टी फोर्टफिकेशन

प्रलिस के लयः

फोर्टफिकेशन, फोलेट और वटलमनल B12, एनीमलल, भारत में फोर्टफिकेशन प्रोगरल

मेन्स के लयः

भोजन के फोर्टफिकेशन से जुड़े मुददे और आगे की राह

चरुा में क्यौं?

फोलेट और वटलमनल B12 के साथ फोर्टफाइंग टी/चाय के प्रभाव का आकलन करने हेतु 43 महिलाओं पर महाराष्ट्र में हाल ही में कयल गए एक अधयन में फोलेट एवं वटलमनल B12 के स्तर में उल्लेखनीय वृद्धल देखी गई है। इसने हीमोग्लोबनल के स्तर में उल्लेखनीय वृद्धल पर भी प्रकाश डाला।

- हालौंक अधयन अपने नमूने के आकार के कारण ज़यादातर गलत साबतल हुआ है।

टी फोर्टफिकेशन प्रभावकारी परवलरतन/गेम-चेंजरः

- **एनीमलल और NTD से मुकाबला:** नए अधयन के अनुसार, फोलेट और वटलमनल B12 के साथ फोर्टफाइंग चाय भारतीय महिलाओं में एनीमलल और NTD का मुकाबला करने में मदद कर सकती है क्यौंक चाय भारत में पयल जाने वाला सबसे आम पेय पदार्थ है।
 - अधकलंश भारतीय महिलाओं द्वारा खराब आहार फोलेट और वटलमनल B12 का सेवन कयल जाता है, जसके परणलमस्वरूप उनकी वटलमनल की स्थतललगातार कम होती है, जो एनीमलल को बढ़ाता है, यही कारण है कल भारत में फोलेट-उत्तरदायी न्यूरल-ट्यूब दोष (Neural-Tube Defects- NTD) की उच्च घटनाएँ होती हैं।
 - शरीर में लाल रक्त कोशकलओं के उत्पादन हेतु वटलमनल B12 और फोलेट दोनों महत्वपूर्ण हैं।
 - शरीर में फोलेट के उचित अवशोषण और उपयोग हेतु वटलमनल B12 आवश्यक है क्यौंक फोलेट की कमी से गंभीर जनम दोष (NTDs) हो सकते हैं।

नोट: न्यूरल ट्यूब की समस्या तब होती है जब भ्रूण के कलस के दौरान न्यूरल ट्यूब पूरी तरह से बंद नहीं होती है। न्यूरल ट्यूब अंततः मस्तकल, रीढ़ की हड्डी और आसपास के ऊतकों का नरलमाण करती है।

■ टी फोर्टफिकेशन संबंधी मुददे:

- **सीमतल खेतल:** चाय बड़े पैमाने पर केवल 4 राज्यों असम, पश्चलम बंगाल, तमललनाडु और केरल के ऊँचाई वाले कषेत्रों में उगाई एवं संसाधतल की जाती है।
- **अवसरचना की कमी:** कई चाय उगाने वाले कषेत्रों में फोर्टफाइड चाय के प्रसंस्करण और पैकेजल के लयल पर्याप्त बुनयलदी ढाँचे कमी हैं।
 - इसमें चाय के समशरण और पैकेजल के साथ-साथ परवलहन और भंडारण के बुनयलदी ढाँचे की सुवधलएँ शामिल हैं।
- **आहार संबंधी बाधाएँ:** लगभग 70 प्रतशलत आबादी गाँवों में रहती है, जहाँ अनाज अधकल बार उगाया एवं साफ कयल जाता है तथा स्थानीय स्तर पर खरीदा जाता है। सांस्कृतकल, धारमकल एवं जातीय मतभेदों व वशलवासों के अनुसार आहार प्रकृतकलकली भनन होती है।

फूड फोर्टफिकेशनः

■ परिचय:

- चावल, दूध और नमक जैसे प्रमुख खाद्य पदार्थों में आयरन, आयोडीन, जंक, विटामिन A और D जैसे प्रमुख विटामिन तथा खनिजों को शामिल करना **फोर्टिफिकेशन** है, ताकि उनकी पोषण सामग्री में सुधार हो सके। प्रसंस्करण से पहले ये पोषक तत्त्व भोजन में मूल रूप से मौजूद हो भी सकते हैं और नहीं भी।

■ भारत में फूड फोर्टिफिकेशन की स्थिति:

- **चावल:** खाद्य और सार्वजनिक वितरण विभाग (DFPD) "**चावल के फोर्टिफिकेशन और सार्वजनिक वितरण प्रणाली के माध्यम से इसके वितरण पर केंद्र प्रयोजित पायलट योजना**" चला रहा है।
 - योजना को तीन साल के पायलट अवधि के लिये वर्ष 2019-20 में शुरू किया गया था।
 - यह योजना वर्ष 2023 तक चलेगी और **लाभार्थियों को 1 रुपए किलो की दर** से चावल की आपूर्तकी जाएगी।
- **गेहूँ:** गेहूँ के फोर्टिफिकेशन पर नरिणय की घोषणा वर्ष 2018 में की गई थी और बच्चों, कशिरों, गर्भवती माताओं तथा स्तनपान कराने वाली माताओं के पोषण में सुधार के लिये भारत के प्रमुख **पोषण अभियान** के तहत 12 राज्यों में इसे लागू किया जा रहा है।
- **खाद्य तेल:** वर्ष 2018 में FSSAI द्वारा देश भर में खाद्य तेल का फोर्टिफिकेशन अनिवार्य कर दिया गया था।
- **दूध:** वर्ष 2017 में **भारतीय राष्ट्रीय डेयरी विकास बोर्ड (NDDB)** ने कंपनियों को विटामिन D मलाने के लिये प्रोत्साहित करके दूध के फोर्टिफिकेशन की शुरुआत की।

■ महत्त्व:

- **व्यापक जनसंख्या स्वास्थ्य सुधार:** चूँकि व्यापक रूप से उपभोग किये जाने वाले प्रमुख खाद्य पदार्थों में पोषक तत्त्वों का योग किया जाता है, यह **आबादी के एक बड़े हिस्से के स्वास्थ्य में एक साथ सुधार लाने का एक उत्कृष्ट तरीका** है।
- **सुरक्षित तरीका:** फोर्टिफिकेशन लोगों के बीच **पोषण में सुधार का एक सुरक्षित तरीका** है।
 - **यदि मिलाई गई मात्रा को नरिधारित मानकों के अनुसार** अच्छी तरह से वनियमि किये जाता है तो पोषक तत्त्वों की अधिक मात्रा की संभावना नहीं होती है।
- **खाने की आदतों पर कोई प्रभाव नहीं:** इसे **खाने की आदतों और लोगों के पैटर्न में किसी भी बदलाव की आवश्यकता नहीं होती है** और यह लोगों को पोषक तत्त्व प्रदान करने का एक सामाजिक-सांस्कृतिक रूप से स्वीकार्य तरीका है।
 - यह भोजन की विशेषताओं- स्वाद, स्पर्श, रूप में भी परिवर्तन नहीं करता है।
- **लागत प्रभावी:** यह वर्धि लागत प्रभावी है, विशेष रूप से यदि मौजूदा प्रौद्योगिकी और वितरण प्लेटफॉर्म का समुचित लाभ उठाया जाता है।
 - कोपेनहेगन सहमति (Copenhagen Consensus) का अनुमान है **कफ़ूड फोर्टिफिकेशन पर व्यय किया गया प्रत्येक 1 रुपया अर्थव्यवस्था के लिये 9 रुपए का लाभ उत्पन्न करता है।**

■ चुनौतियाँ:

- भारत में केवल कुछ खाद्य पदार्थों (गेहूँ, चावल, नमक) के लिये खाद्य पदार्थों का फोर्टिफिकेशन किया जाता है, कई अन्य खाद्य पदार्थों को फोर्टिफाइड नहीं किया जाता है, **जिससे पोषक तत्त्वों का सेवन अपर्याप्त हो जाता है।**
- **सूक्ष्म पोषक तत्त्वों को मलाने की प्रक्रिया प्राकृतिक खाद्य पदार्थों जैसे- फाइटोकेमिकल्स और पॉलीअनसैचुरेटेड वसा पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकती है।**
- **गर्भवती महिलाओं द्वारा अधिक आयरन का सेवन करने से भ्रूण के विकास पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है** और जन्म के समय बच्चों में पुरानी बीमारियों के होने का खतरा बढ़ सकता है।
- फोर्टिफिकेशन, **बहुराष्ट्रीय कंपनियों के लिये एक गारंटीकृत बाज़ार प्रदान कर सकता है**, जो पूरे भारत में छोटे व्यवसायों की **आजीविका को संभावित रूप से नुकसान पहुँचा सकता है।**
- जोड़े गए विटामिन और खनिजों की **अस्थिरता के कारण दूध एवं तेल जैसे कुछ खाद्य पदार्थों के फोर्टिफिकेशन में तकनीकी चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है।**

टी फोर्टिफिकेशन से संबंधित चुनौतियों से निपटने हेतु आवश्यक कदम:

- **सरकार का हस्तक्षेप:** चाय के पोषण में वृद्धि करने के लिये नीतियों और वनियमों को लागू करके सरकार टी फोर्टिफिकेशन को बढ़ावा देने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है।
 - उदाहरण के लिये सरकार चाय नरिमाताओं हेतु आयरन, फोलिक एसिड और विटामिन B जैसे आवश्यक सूक्ष्म पोषक तत्त्वों की मात्रा में वृद्धि करना अनिवार्य कर सकती है।
- **उद्योग की भागीदारी को बढ़ावा देना:** चाय नरिमाता अनुसंधान एवं शोध में निवेश करके और बाज़ार में फोर्टिफाइड चाय उत्पादों को पेश करके चाय के फोर्टिफिकेशन को बढ़ावा देने का कार्य कर सकते हैं।
 - वे फोर्टिफाइड चाय के लाभों को बढ़ावा देने के लिये सरकार और गैर-लाभकारी संगठनों के साथ भी सहयोग कर सकते हैं।
- **उपभोक्ता जागरूकता बढ़ाना:** उपभोक्ताओं को फोर्टिफाइड चाय के लाभों के बारे में शक्ति करने से इसकी खपत को बढ़ावा देने में काफी मदद मिल सकती है।
 - यह वभिन्न माध्यमों जैसे वजिापन अभियान, सोशल मीडिया और स्कूलों एवं कॉलेजों में जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से किया जा सकता है।
- **रसद में सुधार:** बड़े पैमाने पर चाय के फोर्टिफिकेशन को लागू करने के लिये एक मज़बूत रसद प्रणाली का होना आवश्यक है।
 - इसमें यह सुनिश्चि कराना शामिल है कि पोषण तत्त्वों के किसी भी नुकसान के बिना फोर्टिफाइड चाय लक्षित आबादी तक समय पर और कुशल तरीके से पहुँचे।

स्रोत: द हिंदू

PDF Refernece URL: <https://www.drishtias.com/hindi/printpdf/tea-fortification>

