

टी फोर्टफिकेशन

प्रलिस के लयः

फोर्टफिकेशन, फोलेट और वटामन B12, एनीमया, भारत में फोर्टफिकेशन प्रोग्राम

मेन्स के लयः

भोजन के फोर्टफिकेशन से जुड़े मुद्दे और आगे की राह

चर्चा में क्यों?

फोलेट और वटामन B12 के साथ फोर्टफाइंग टी/चाय के प्रभाव का आकलन करने हेतु 43 महिलाओं पर महाराष्ट्र में हाल ही में किये गए एक अध्ययन में फोलेट एवं वटामन B12 के स्तर में उल्लेखनीय वृद्धि देखी गई है। इसने हीमोग्लोबिन के स्तर में उल्लेखनीय वृद्धि पर भी प्रकाश डाला।

- हालाँकि अध्ययन अपने नमूने के आकार के कारण ज्यादातर गलत साबति हुआ है।

टी फोर्टफिकेशन प्रभावकारी परिवर्तन/गेम-चेंजर:

- **एनीमया और NTD से मुकाबला:** नए अध्ययन के अनुसार, फोलेट और वटामन B12 के साथ फोर्टफाइंग चाय भारतीय महिलाओं में एनीमया और NTD का मुकाबला करने में मदद कर सकती है क्योंकि चाय भारत में पिया जाने वाला सबसे आम पेय पदार्थ है।
 - अधिकांश भारतीय महिलाओं द्वारा खराब आहार फोलेट और वटामन B12 का सेवन किया जाता है, जिसके परिणामस्वरूप उनकी वटामन की स्थिति लगातार कम होती है, जो एनीमया को बढ़ाता है, यही कारण है कि भारत में फोलेट-उत्तरदायी न्यूरल-ट्यूब दोष (Neural-Tube Defects- NTD) की उच्च घटनाएँ होती हैं।
 - शरीर में लाल रक्त कोशिकाओं के उत्पादन हेतु वटामन B12 और फोलेट दोनों महत्वपूर्ण हैं।
 - शरीर में फोलेट के उचित अवशोषण और उपयोग हेतु वटामन B12 आवश्यक है क्योंकि फोलेट की कमी से गंभीर जन्म दोष (NTDs) हो सकते हैं।

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

■ टी फोर्टफिकेशन संबंधी मुद्दे:

- **सीमति खेती:** चाय बड़े पैमाने पर केवल 4 राज्यों असम, पश्चिम बंगाल, तमिलनाडु और केरल के ऊँचाई वाले क्षेत्रों में उगाई एवं संसाधित की जाती है।
- **अवसरचना की कमी:** कई चाय उगाने वाले क्षेत्रों में फोर्टफाइड चाय के प्रसंस्करण और पैकेजिंग के लिये पर्याप्त बुनियादी ढाँचे कमी है।
 - इसमें चाय के सम्मिश्रण और पैकेजिंग के साथ-साथ परिवहन और भंडारण के बुनियादी ढाँचे की सुविधाएँ शामिल हैं।
- **आहार संबंधी बाधाएँ:** लगभग 70 प्रतिशत आबादी गाँवों में रहती है, जहाँ अनाज अधिक बार उगाया एवं साफ किया जाता है तथा स्थानीय स्तर पर खरीदा जाता है। सांस्कृतिक, धार्मिक एवं जातीय मतभेदों व विश्वासों के अनुसार आहार प्रकृतिकाफी भिन्न होती है।

फूड फोर्टफिकेशन:

■ परचियः

- चावल, दूध और नमक जैसे प्रमुख खाद्य पदार्थों में आयरन, आयोडीन, जक, वटामिन A और D जैसे प्रमुख वटामिन तथा खनजिों को शामिल करना **फोर्टिफिकेशन** है, ताक 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 स्थितिः

- **चावलः** खाद्य और सार्वजनिक वितरण वभाग (DFPD) "**चावल के फोर्टिफिकेशन और सार्वजनिक वितरण प्रणाली के माध्यम से इसके वितरण पर केंद्र प्रायोजित 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।
- **गेहूँः** गेहूँ के फोर्टिफिकेशन पर नरिणय की घोषणा वर्ष 2018 में की गई थी और बच्चों, कशिारों, 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 तेलः** वर्ष 2018 में FSSAI द्वारा देश भर में खाद्य तेल का फोर्टिफिकेशन अनविर्य कर दिया गया था।
- **दूधः** वर्ष 2017 में **भारतीय राष्ट्रीय डेयरी विकास बोर्ड (NDDB)** ने कंपनियों को वटामिन D मलाने के लिये प्रोत्साहति करके दूध के फोर्टिफिकेशन की शुरुआत की।

■ महत्त्वः

- **व्यापक जनसंख्या स्वास्थ्य सुधारः** चूंक व्यापक रूप से उपभोग किये जाने वाले प्रमुख खाद्य पदार्थों में पोषक तत्त्वों का योग किया जाता है, यह **आबादी के एक बड़े हसिसे के स्वास्थ्य में एक साथ सुधार लाने का एक उत्कृष्ट तरीका** है।
- **सुरक्षति तरीकाः** फोर्टिफिकेशन लोगों के बीच **पोषण में सुधार का एक सुरक्षति तरीका** है।
 - **यदि मलाई गई मात्रा को नरिधारति मानकों के अनुसार** अच्छी तरह से वनियमति किया जाता है तो पोषक तत्त्वों की अधिक मात्रा की संभावना नहीं होती है।
- **खाने की आदतों पर कोई प्रभाव नहींः** इसे **खाने की आदतों और लोगों के पैटर्न में कसिी** 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 वशिषताओं- स्वाद, स्पर्श, रूप में भी परिवर्तन नहीं करता है।
- **लागत प्रभावीः** यह वधि लागत प्रभावी है, वशिष रूप से यदि मौजूदा प्रोद्योगिकी और वितरण प्लेटफॉर्म का समुचति लाभ उठाया जाता है।
 - कोपेनहेगन सहमति (Copenhagen Consensus) का अनुमान है **कफिड फोर्टिफिकेशन पर व्यय किया गया प्रत्येक 1 रुपया अर्थव्यवस्था के लिये 9 रुपए का लाभ उत्पन्न करता है।**

■ चुनौतियाँः

- 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, **जसिसे 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 संभावति रूप से नुकसान पहुँचा सकता है।**
- जोड़े गए वटामिन और खनजिों 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 संबंधति चुनौतियों से नपिटने हेतु आवश्यक कदमः

- **सरकार का हस्तक्षेपः** चाय के पोषण में वृद्धि करने के लिये नीतियों और वनियमों को लागू करके सरकार टी फोर्टिफिकेशन को बढ़ावा देने में महत्त्वपूर्ण भूमिका नभि सकती है।
 - उदाहरण के लिये सरकार चाय नरिमाताओं हेतु आयरन, फोलिक एसडि और वटामिन B जैसे आवश्यक सूक्ष्म पोषक तत्त्वों की मात्रा में वृद्धि करना अनविर्य कर सकती है।
- **उद्योग की भागीदारी को बढ़ावा देनाः** चाय नरिमाता अनुसंधान एवं शोध में नविश 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 बढ़ानाः** उपभोक्ताओं को फोर्टिफाइड चाय के लाभों के बारे में शक्ति करने से इसकी खपत को बढ़ावा देने में काफ़ी मदद मलि 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 सुधारः** बड़े पैमाने पर चाय के फोर्टिफिकेशन को लागू करने के लिये एक मज़बूत रसद प्रणाली का होना आवश्यक है।
 - इसमें यह सुनिश्चति करना शामिल है कपोषण तत्त्वों के कसिी भी नुकसान के बनिा फोर्टिफाइड चाय लक्षति आबादी तक समय पर और कुशल तरीके से पहुँचे।

स्रोतः द हट्टि

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

