

١٣,٢٪ من الاطفال في لبنان يعانون من البدانة ٣٤,٨٪ يشكون من زيادة الوزن



رنا صالح
باحثة في مركز ترشيد
السياسات الصحية
أخصائية تغذية مجازة

في الدّم. والأطفال معرّضون لخطر تفاقم البدانة وبالتالي خطر الإصابة بأمراض مزمنة عندما يكبرون. على عكس الشائع «بكرا بيكبروا وبتروح النصاحة بطولن».

غياب السياسات والقوانين الصحية في المدارس يؤدي الى بدانة الأطفال

عندما نسأل الأهل عن أسباب بدانة الأطفال، تأتي الملامة على «الطعام غير الصحيّ وقلّة ممارسة الرياضة». صحيح أنّ هذه هي الأسباب المباشرة للبدانة بالإضافة الى أسباب جينية وبيولوجية كاضطرابات الهرمونات وغيرها. إنّما ما يجهله معظم الأهل والمعتين أنّ هناك أسباب متنوّعة تؤدي الى عادات غذائية غير سليمة. فمن غير المنصف أنّ لنوم الطفل على عدم الإهتمام بالعادات الصحية خصوصاً وأنّ البيئة المحيطة به حتّى مثلاً على استهلاك الأطعمة الجاهزة وعلى عدم ممارسة الرياضة. ومن الضروري أن يعي الأهل أنّهم هم من يؤثرون على عادات أطفالهم الغذائية والرياضية. فقدوة الأطفال الأولى هي أهلهم. أمّا غياب السياسات والقوانين الصحية في المدارس والأحياء السكنية له تأثير سلبي على بدانة الأطفال. فغياب القوانين التنظيمية لطعام الوجبات السريعة على سبيل المثال يترك لها حرية كبيرة في تقديم وجبات مغرية ذات أسعار منخفضة وتسمح لهم بالتسويق المكثّف لإغراء الأطفال.

مركز ترشيد السياسات الصحيّة في لبنان:

المواطن وجميع الشركاء للحدّ من بدانة الأطفال

مشكلة البدانة عند الأطفال في لبنان تتفاقم ويات تشكّل تحدّ لجميع

أثبتت الدراسات أنّ الاستراتيجيات المطبّقة حول العالم في المدارس كان لها تأثيرات ايجابية شديدة في تحسين عادات الأطفال الغذائية والرياضية. وفي تهيئة البيئة المناسبة لهم للتغيير والتخفيف من نسبة البدانة وزيادة الوزن. كما وأن توصيات وزارة الصحة في لبنان ومنظمة الصحة العالمية تؤكد ضرورة وجودة قوانين على مستوى المدارس للحدّ من البدانة وتعتبرها من أولوياتها.

أصدرت وزارة التربية والتعليم العالي في لبنان قراراً بتنظيم وضع

الحانوت المدرسي (دكان) في المدارس الرسمية في العام ٢٠١٢. أما قسم الصحة المدرسية في وزارة التربية له العديد من النشاطات المتفرقة التي تساهم في جعل المدارس اللبنانية الرسمية ذات بيئة صحية لأطفالها.

العاملين في قطاع الصحة العامة من جهة. ومصدر قلق للأهل من جهة أخرى. وبما أنّها لا حتلّ المراكز الأولى على سلّم أولويات الدولة تبنّى مركز ترشيد السياسات الصحيّة (KFP Center) في كليّة العلوم الصحيّة في الجامعة الأميركية في بيروت قضية من شأنها حماية أطفال لبنان من المخاطر التي تتوعدهم. فلجأ الباحثون في المركز الى جمع أدقّ البراهين والأدلة العلمية في المراجع المنهجية والدراسات العالمية والمحلية ذات النوعية العالية بهدف اعداد موجز السياسات الصحيّة (KFP Policy Brief).

وتّمّ تحديد ثلاثة عناصر لمقاربة موضوع بدانة الأطفال مبنية على أسس علمية على مستوى المدارس.

العنصر الأوّل: ادخال برامج التوعية على الغذاء الصحي والرياضة في داخل المنهج الدراسي. ليكون جزءاً لا يتجزء من عدة مواد منها العلوم والرياضيات. بما يتناسب مع الفئات العمرية. يتضمن هذا العنصر أيضاً إعطاء الأطفال فرصة لبناء المهارات المطلوبة لتغيير عاداتهم الصحية. حيث أنّها أصبحت حقيقة علمية أنّ المعلومات وحدها لا تكفي لتغيير السلوك. كما وأثبتت الدراسات أهمية انخراط الأهل في برامج التوعية هذه. لمساعدة أطفالهم على تبنّي أسلوب عيش صحي والحفاظ عليه

بطريقة علمية صحيحة لا تترك آثاراً سلبية على الأطفال.

العنصر الثاني: تهيئة البيئة السليمة لتغذية صحيّة وذلك عبر:

- ١- منع المشروبات الغازية
- ٢- التحسين في القيمة الغذائية للمأكولات الموجودة في المدرسة عبر مراقبة تكوين هذه المأكولات من المصدر والتخفيف من حجم هذه المأكولات.
- ٣- إيجاد بدائل غذائية، صحيّة وبأسعار معقولة كالخضار والفاكهة مثلاً.
- ٤- وضع مبادئ غذائية توجيهية للأطفال في لبنان وللمأكولات الواجب وجودها في المدارس والبدء بالجهود لتفعيل نظام الوجبة المدرسية.
- ٥- منع أي أنواع تسويق لمأكولات غير صحية وأي من شركاتها المنتجة والداعمة في المدارس.

العنصر الثالث: إجراء المسح الدوري للأطفال في المدارس بطريقة تضمن عدم الوصم أو الإساءة لأي طفل. كما ويتضمن هذا البند وجوب وجود خدمات متوافرة من متخصصين في مجال التغذية في المجتمع بأسعار مقبولة لتمكين الأهل من مساعدة أولادهم.

ويخطو مركز ترشيد السياسات الصحية نحو مناقشة هذه العناصر بشكل منهجي، على طاولتي حوار وطني:

طاولة خاصّة لكافة الجهات المعنية. من وزارات وأهالي. للتوصل الى تفاهم مشترك حول صيغة قانون شامل فيه خطة واضحة المعالم ومحددة الواجبات لكل طرف.

وطاولة الحوار الأخرى فهي خاصّة بالأهل. ومدراء المدارس، والطلاب والأساتذة وغيرهم للأخذ برأيهم ولدعمهم من ناحية كيفية المساهمة في إقرار استراتيجيات المحافظة على صحّة أطفالنا. فللحدّ من بدانة الأطفال في لبنان، يجب اللجوء الى استراتيجيات عديدة على مستوى المنزل، والمدرسة، والأحياء السكنية. والنظام الصحيّ. والقوانين والتشريعات. وفي غياب هذه الاستراتيجيات، فلا بدّ من البدء بأولى الخطوات للحدّ من المخاطر التي تتوعّد أطفالنا، وذلك عبر توحيد القوى الصادرة من الأهل عبر رفض المساومة على صحة أطفالنا وقوى العلم والمعرفة. الأهل شركاء أساسيون في المسألة عن سير القوانين الصحية على مستوى المدارس وعلى مستوى الوزارات المعنية. فهم القادرون على وضع أيديهم بأيدي الباحثين والأخصائيين والمدارس والوزارات لتحسين الوضع الصحي في المدارس عبر أحدث الاستراتيجيات المرتكزة على البراهين العلمية.

