پاکستان کے نصف سے زائد بچے پوشیدہ غذائی کمی کا شکار ہیں

ملک بھر کے بچوں میں خطرناک حد تک فولاد اور وٹامنز کی کمی پائی جاتی ہے اور یہی بنیادی وجہ ہے کہ پاکستان ترقی کے لیے افراد اور گروہوں کی مخفی صلاحیتوں اور قوتوں کو استعمال کرنے سے قاصر ہے۔ آغا خان یونیورسٹی کے تحت منعقدہ کانفرنس غذائیت اور ابتدائی انسانی نشوونما (نیوٹریشن اینڈ ارلی ہیومن ڈیویلپمنٹ) میں یہ بات ماہرین نے بتائی۔

فولاد، وٹامن اے اور وٹامن ڈی کی کمی کو پوشیدہ غذائی کمی کہا جاتا ہے کیوں کہ ان کی کمی کی علامات اس طرح ظاہر نہیں ہوتیں جیسے غذائی کمی کے دیگر مسائل کی علامات بچوں کے وزن یا نشوونما میں کمی کی صورت میں ظاہر ہوتی ہیں۔ ان اہم معدنیات اور مائیکرو نیوٹریئنٹس کی کمی کے متعدد نتائج ظاہر ہو سکتے ہیں مثلا نشوونما میں تاخیر، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت نہ ہونا، بچوں کا جلد اوربار بار تھک جانا اور زخموں کا جلد ٹھیک نہ ہونا۔

ماہرین نے بتایا کہ نیشنل نیوٹریشن سروے (این این ایس) کے مطابق پاکستان کے ہر دس میں سے 6 بچوں (62.7 فیصد) میں وٹامن ڈی کی کمی پائی جاتی ہے؛ پانچ سال سے کم عمر نصف سے زائد بچے (53.7 فیصد) انیمیا یعنی خون میں فولاد کی کمی کا شکار ہیں؛ جبکہ نصف سے زائد بچے (51.5 فیصد) وٹامن اے کی کمی کا شکار ہیں۔ غذائی کمی کے ان اعدادوشمار کا اطلاق تمام سماجی-معاشی گروہوں پر ہوتا ہے اور ملک کے امیر ترین علاقوں میں رہنے والے بچوں میں بھی غذائیت کی کمی پائی جاتی ہے۔

آغا خان یونیورسٹی کے سینٹر آف ایکسیلنس ان ویمن اینڈ چائلڈ ہیلتھ کے بانی ڈائریکٹر پروفیسر ذوالفقار اے بھٹہ نے اس حوالے سے بات کرتے ہوئے کہا، "پاکستان کے غذائی چیلنج کی بنیادی وجہ غربت نہیں ہے کیونکہ امیر ترین گھرانوں میں بھی اہم معدنیات اورغذائیت کی کمی دیکھی جا سکتی ہے۔"

انہوں نے کہا، "غذائیت کی کمی محض وزارت صحت کے لیے چیلنج نہیں ہے۔ غذائیت کی کمی تعلیم، صنفی مساوات اور سماجی عدم توازن سے نمٹنے کی صلاحیت پر بھی اثرانداز ہوتی ہے۔ لہذا ہمیں ایسے جامع حل کی ضرورت ہے جو زراعت، تعلیم اور صاف پانی و نکاسی آب کے نظاموں کو ایک ساتھ منسلک کرے اور اس میں والدین اور مقامی آبادیوں کی بھرپور شمولیت ہو۔"

این این ایس 2018 کے مطابق ملک کو اس وقت غذائیت کی کمی کے باعث پیدا ہونے والے سہ رخی چیلنج کا سامنا ہے جس میں مائیکرونیوٹریئنٹس کی کمی، غذائیت کی کمی اور مٹاپا شامل ہیں۔ ڈاکٹر بھٹہ نے اپنی پریزنٹیشن میں بتایا کہ پاکستان میں طویل عرصے تک ایسے پروگرامز جاری رکھے

گئے ہیں جن کے تحت زیادہ طاقت بخش تیل، گھی اور گندم کی پیداوار پر زور دیا گیا ہے۔ تاہم ان کے باوجود وٹامن اے اور وٹامن ڈی کی کمی اور آئیوڈین میں کمی کو بہتر نہیں کیا جا سکا اور 2011 میں کیے گئے سروے کے بعد سے ان میں مزید اضافہ دیکھا گیا ہے۔

این این ایس کے مطابق 6 سے 23 ماہ کے ہر سات میں سے صرف ایک بچے کو ایسی غذا میسر ہے جس میں غذائی تنوع موجود ہے اور اس کی غذا میں کم از کم چاروں غذائی گروہوں سے اشیا شامل ہوتی ہے۔ ہر 20 میں سے ایک سے بھی کم بچوں (3.6 فیصد) کو اضافی غذا فراہم کی جاتی ہے جس سے بہترین نشوونما ممکن ہے۔ ماہرین نے بتایا کہ ملک میں اضافی غذائیت کی حامل اشیا کے حوالے سے حکمت عملی موجود نہیں اور انہوں نے حکومت سے مطالبہ کیا کہ ایک کثیرالشعبہ ورکنگ گروپ قائم کیا جائے جو اس خاص سمت میں عملی کوششوں کا آغاز کرے۔

ماہرین نے بتایا کہ اہم معدنیات کی اہمیت کے حوالے سے معلومات میں اضافے کے لیے لیڈی ہیلتھ ورکرز کی خدمات حاصل کی جا سکتی ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ پرائمری اسکول کے طلبہ وطالبات کو بھی اس حوالے سے آگاہی فراہم کی جا سکتی ہے۔

ماہرین نے مزید بتایا کہ ماں کے دودھ کی اہمیت اجاگر کرنے کے لیے صحت کی آگاہی میں اضافے کے پروگراموں کی ضرورت ہے۔ این این ایس 2018 کے مطابق پاکستان کے ہر پانچ میں سے ایک بچے کو ماں کا دودھ میسر نہیں ہوتا اور صرف 56 فیصد بچوں کو مائیں دو سال تک دودھ پلاتی ہیں جو کہ صحت کی عالمی تنظیم کی جانب سے تجویز کردہ دورانیہ ہے۔

اس سہ روزہ کانفرنس کے مقررین نے حاضرین کو بچوں کی ابتدائی نشوونما (ای سی ڈی) میں غذائیت اور صحت کی اہمیت سے آگاہ کیا جس سے بچے اپنی جسمانی، نفسیاتی اور ادراکی صلاحیتیں حاصل کرپاتے ہیں۔

انہوں نے بتایا کہ ای سی ڈی کے لیے ایک جامع حکمت عملی ترتیب دینے اور اس پر عمل درآمد سے کئی گنا بہترین نتائج حاصل کیے جا سکے اور انہی کی مدد سے 7 سسٹین ایبل ڈیویلپمنٹ گولز کا حصول بھی ممکن ہوا جن میں غربت کا خاتمہ، بھوک کا خاتمہ، اچھی صحت اور فلاح، معیاری تعلیم، صنفی مساوات، پینے کا صاف پانی اور نکاسی آب کا نظام اور عدم مساوات میں کمی شامل ہیں۔

کراچی میں منعقدہ اس سہ روزہ کانفرنس میں 26 سے زائد ممالک سے تعلق رکھنے والے 200 سے زائد تعلیمی ماہرین، پالیسی سازوں، ماہرین اور ای سی ڈی ماہرین نے شرکت کی۔