



## کمیته درون بخشی اجرای پویش ملی تغذیه سالم برگزار شد

به گزارش روابط عمومی، در راستای اجرای پویش ملی تغذیه سالم از 17 آذر لغایت 30 آذر، کمیته درون بخشی جهت هماهنگی اجرای برنامه های این پویش با شعار " روغن مناسب، غذای سالم، خانواده سالم" با حضور معاونت بهداشتی، سرپرست معاونت فنی و روسای گروه کارشناسی به همت گروه بهبود تغذیه معاونت بهداشتی تشکیل شد.

دکتر الهه حق گشایی در این کمیته به اهمیت تغذیه به عنوان یکی از عوامل موثر در پیشگیری و کنترل بیماری های غیر واگیر مانند دیابت، قلبی عروقی، پرفشاری خون، و چاقی اشاره کرد. وی افزود: 80 درصد بیماری های قلبی عروقی، 90 درصد بیماری دیابت نوع دو، 30 تا 40 درصد سرطان ها از طریق رژیم غذایی سالم، نگهداری وزن در حد طبیعی و فعالیت بدنی قابل پیشگیری است و در حال حاضر در کشور ما مصرف چربی، قند و نمک که از مهم ترین عوامل خطر بیماری های غیر واگیر می باشد، بیشتر از مقدار توصیه شده می باشد. اصلاح شیوه زندگی و آموزش مردم در زمینه تغذیه و ترویج الگوی غذایی صحیح، اولین قدم در راستای پیشگیری از بیماری های غیر واگیر است.

دکتر حق گشایی در ارتباط با انواع روغن های خوراکی مصرفی در پخت و پز خانگی، رستوران ها و ... عنوان کرد با توجه به شعار پویش، اطلاع رسانی در زمینه اصلاح باورهای نادرست در مورد روغن ها و چربی ها انجام مردم با آگاهی و دانش کافی به خرید روغن سالم و مناسب برای پخت و پز اقدام نمایند.

در ادامه کارشناس مسئول گروه بهبود تغذیه به اهمیت و تاثیر پویش های اطلاع رسانی تغذیه که هر سال با هدف افزایش فرهنگ و سواد تغذیه ای جامعه در سراسر کشور برگزار می شود اشاره نموده و بیان کرد که امسال نیز همچون سنوات گذشته با هدف اطلاع رسانی و اصلاح باورهای نادرست در مورد روغن ها و چربی ها و فرهنگ سازی برای آشنایی جامعه با روغن کانولا و ترغیب مردم به مصرف روغن کانولا از 17 آذرماه تا 30 آذرماه هماهنگی سازمان های برون بخشی در سراسر کشور اجرا خواهد شد.

وسپس روسای گروه های کارشناسی به ارائه نظرات و پیشنهادات خود برای اجرای هرچه موثر و تاثیر گذار پویش در سال جاری پرداختند.