

## টাস্ক খ৩ এর জন্য সম্পূরক উপাদান:

### সুরক্ষিতকরণ কর্মসূচি সম্পর্কে তথ্য:

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (ডব্লিউএইচও) কার্যকর খাদ্য নিশ্চিতকরণ কর্মসূচির নকশা ও তা বাস্তবায়নে দেশগুলিকে সহায়তা করার জন্য নির্দেশিকা প্রদান করে।

পুষ্টিবৃদ্ধির জন্য খাদ্য বাহক বিভিন্ন রকমের হতে পারে যা খুচরা বাজারে ভোক্তাদের ব্যবহারের জন্য পাওয়া সাধারণ , এবং লবণ থেকে শুরু করে প্রক্রিয়াজাত খাদ্য পর্যন্ত অন্তর্ভুক্ত। সাধারণ পণ্যসমূহ ব্যাপক ,চিনি ,পণ্য যেমন আটা পুষ্টিবৃদ্ধির জন্য বেশি উপযোগী যা পুরো জনগণের কাছে পৌঁছানোর উদ্দেশ্যে করা হয় ,। অন্যদিকে কিছু , প্রক্রিয়াজাত খাদ্য নির্দিষ্ট জনসংখ্যার জন্য লক্ষ্যযুক্ত পুষ্টিবৃদ্ধির উদ্যোগের জন্য উপযুক্ত।

একটি পুষ্টিবৃদ্ধিকরণ কৌশল হিসাবে লবণ নির্বাচন বিভিন্ন কারণের উপর ভিত্তি করে:

১) লবণ সকলের দ্বারা ব্যাপকভাবে খাওয়া হয়।

২ সারা বছর লবণের ব্যবহার স্থিতিশীল থাকে।

৩লবণ উৎপাদন সাধারণত নির্দিষ্ট ভৌ (গোলিক এলাকায় সীমাবদ্ধ থাকে।

৪ লবণ (আয়োডাইজেশন প্রযুক্তি নিম্ন আয়ের দেশগুলিতে প্রয়োগ করা সহজ এবং সাশ্রয়ী।

৫স্বাদ বা গন্ধে কোনো প্রভাব পড়ে না। ,লবণে আয়োডিন যোগ করলে এর রং (

৬আয়োডিনযুক্ত লবণ (ের গুণগত মান উৎপাদনখুচরা এবং গৃহস্থালি পর্যায়ে পর্যবেক্ষণ করা যেতে পারে। ,

(রেফারেন্স: বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা:

[https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/43412/9241594012\\_eng.pdf?sequence=1](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/43412/9241594012_eng.pdf?sequence=1))

### এখানে ডেনমার্কের একটি উদাহরণ)২০২৪:দেয়া হল (

২০০০ সাল থেকে, পাউরুটি এবং বেকারি পণ্যগুলির লবণ এবং গৃহস্থালীর লবণে আয়োডিনকে বাধ্যতামূলক করা হয়েছে। লবণে আয়োডিনের সুরক্ষিত স্তর প্রাথমিকভাবে ছিল ১৩ মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন/গ্রাম লবণ। ২০১৯ সালে, ডেনমার্কের সাধারণ জনগণের মধ্যে আয়োডিনের পুষ্টি নিশ্চিত করার জন্য এটি ২০ মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন/গ্রাম লবণে বৃদ্ধি করা হয়েছিল।

রুটি এবং বেকারি পণ্যগুলিতে ব্যবহৃত লবণে এবং গৃহস্থালীর লবণে বাধ্যতামূলক আয়োডিন যোগ করার পাশাপাশি ডেনমার্ক নির্দিষ্ট খাদ্যসমূহের আয়োডিন দিয়ে স্বচ্ছায় পুষ্টিবৃদ্ধির অনুমতি রয়েছে। এর মধ্যে রয়েছে দুধভিত্তিক -

) ভিত্তিক বিকল্প-পানীয় এবং তাদের সংশ্লিষ্ট উদ্ভিদ ১৮ মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন/গ্রা, এবং বিভিন্ন খাদ্যপণ্যের উপাদান হিসেবে লবণ যোগ করা) ২৭-৫০ মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন/গ্রা।(

বিভিন্ন দেশে লবণ আয়োডাইজেশন প্রোগ্রামের কিছু উদাহরণ নিচে তুলে ধরা হলো:

১) **পাকিস্তান:** সার্বজনীন লবণ আয়োডাইজেশন (১৫-৪০ মাইক্রোগ্রাম/গ্রা লবণ)। এক চা চামচে ৭৫-২০০ মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন থাকে।

২) **বাংলাদেশ:** বাধ্যতামূলক লবণ আয়োডাইজেশন (৩০-৫০ মাইক্রোগ্রাম/গ্রা লবণ), প্রক্রিয়াজাত খাদ্য আইটেমগুলিতে ব্যবহৃত লবণসহ। এক চা চামচে প্রায় ১৫০-২৫০ মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন থাকে। প্রক্রিয়াজাত খাবার যেমন রুটি, সিরিয়াল পণ্য, প্রস্তুত খাবার, প্রক্রিয়াজাত মাংস, পনির, লবণাক্ত স্ন্যাকস এবং ইনস্ট্যান্ট নুডলসেও আয়োডিন থাকে আয়োডিনযুক্ত লবণ ব্যবহারের কারণে।

৩) **স্লোভেনিয়া:** সমস্ত টেবিল এবং গৃহস্থালির লবণ, সেইসাথে খাদ্য শিল্পে বিক্রি হওয়া লবণের বাধ্যতামূলক আয়োডাইজেশন (২৫ মাইক্রোগ্রাম/গ্রা লবণ) করা হয়। সামুদ্রিক লবণ একমাত্র ব্যতিক্রম এবং এটি ফর্টিফিকেশনের জন্য বাধ্যতামূলক নয়।

৪) **সাইপ্রাস প্রজাতন্ত্র:** যদিও কোনো বাধ্যতামূলক আয়োডাইজেশন প্রোগ্রাম নেই, তবে সুপারমার্কেটে আয়োডিনযুক্ত লবণ পাওয়া যায়। যাইহোক, লবণ বিক্রি করে এমন ১৫টি ব্র্যান্ডের মধ্যে মাত্র ১টিই আয়োডিনযুক্ত বিকল্প অফার করে।

৫) **যুক্তরাজ্য:** আয়োডিনযুক্ত লবণ যুক্তরাজ্যের সুপারমার্কেটগুলিতে সাধারণত পাওয়া যায় না, তবে এটি বিশেষ কিছু সুপারমার্কেটে পাওয়া যেতে পারে। উপরন্তু, কিছু দুধ-বিকল্প পানীয় (যেমন সয়া বা ওট মিল্ক)-তে এখন আয়োডিন যোগ করে।