



تغذیه پیامدهای ناشی از سوء تغذیه در کودکان باید جدی گرفته شود

یک متخصص اطفال گفت: پیامدهای ناشی از سوء تغذیه در کودکان باید جدی گرفته شود.

یک متخصص اطفال گفت: پیامدهای ناشی از سوء تغذیه در کودکان باید جدی گرفته شود. دکتر سعیده میری در گفت‌وگو با ایسنا افزود: تغذیه نادرست با واژه علمی سوء تغذیه صرفاً به معنی کمبود دریافت کالری و ریز مغذی‌های سالم نیست بلکه مفهوم دریافت نامناسب آن اعم از بیش مصرفی یا کم مصرفی است.

این متخصص اطفال در ادامه گفت: از یک سو دریافت بیش از نیاز مواد غذایی و از سوی دیگر نداشتن تحرک کافی نیز ضررهای زیادی همچون چاقی در کودکان را به وجود می‌آورد.

میری تصریح کرد: باید فرهنگ مصرف صحیح مواد غذایی را در جامعه رواج داد و مصرف هر نوبت غذایی برای کودکان مخصوصاً باید از روی قواعد و برنامه ریزی خاص انجام شود.

به گفته وی، مصرف چیپس، پفک و برخی خوراکی‌های دیگر به صورت مداوم، کودک را دچار بی‌اشتهایی می‌کند در نتیجه کودکان به خوردن غذا اشتیاق کافی از خود نشان نمی‌دهند.

میری در ادامه خاطرنشان کرد: هزینه صرف شده برای درمان و بهبود بیماری‌ها به مراتب بیشتر از هزینه صرف شده برای اصلاح روش غذایی است.

وی بیان کرد: سرمایه‌گذاری برای جلوگیری از سوء تغذیه، منافع زیادی برای سطوح مختلف جامعه در بر خواهد داشت.

این متخصص اطفال در پایان اظهار داشت: تضعیف نیروی دفاعی بدن، ضعف و سستی، کند شدن یادگیری و ذهن کودکان و دیگر بیماری‌هایی که از طریق سوء تغذیه موجب شکل‌گیری در کودکان می‌شود از ضررهای اصلی و پیامدهای ناگوار بیماری سوء تغذیه است.