

السنة الدولية للخضار والفاكهة عام 2021

اعلان الجمعية العامة للأمم المتحدة

المصدر منظمة الفاو



تُعتبر منظمة الأغذية والزراعة الوكالة الرائدة للاحتفال بهذه السنة بالتعاون مع المنظمات والأجهزة الأخرى المعنية في منظومة الأمم المتحدة. وتمثل السنة الدولية للفواكه والخضروات فرصة فريدة من نوعها للتوعية بأهمية الدور الذي تضطلع به الفواكه والخضروات في تغذية الإنسان، والأمن الغذائي والصحة، وفي تحقيق أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة

أهداف السنة الدولية للفواكه والخضروات،

• التوعية وتوجيه الاهتمام على مستوى السياسات إلى المنافع التغذوية والصحية الناتجة عن استهلاك الفواكه والخضروات؛

• تشجيع أساليب العيش والأتماط الغذائية المتنوعة والمتوازنة والصحية من خلال استهلاك الفواكه والخضروات؛

• الحد من الفاقد والمهدر من الأغذية في النظم الغذائية للفواكه والخضروات؛

• تبادل أفضل الممارسات في المجالات التالية:

• تشجيع الاستهلاك والإنتاج المستدام للفواكه والخضروات التي تساهم في النظم الغذائية المستدامة؛

• تحسين استدامة التخزين والنقل والتجارة والتجهيز والتحويل والبيع بالتجزئة والحد من المهدر وإعادة التدوير، فضلاً عن التفاعلات فيما بين هذه العمليات؛

• إدماج أصحاب الحيازات الصغيرة بما يشمل المزارعين الأسريين، في الإنتاج وسلاسل القيمة / سلاسل الإمدادات على المستويات المحلية والإقليمية والعالمية، من أجل إنتاج الفواكه والخضروات واستهلاكها على نحو مستدام، مع الاعتراف بإسهامات الفواكه والخضروات بما في ذلك الأصناف/ السلالات الأصلية للمزارعين في الأمن الغذائي والتغذية وسبل العيش والمداخيل؛

• تعزيز قدرة جميع البلدان، لا سيما البلدان النامية، على اعتماد نُهج وتكنولوجيات مبتكرة في مكافحة الفاقد والمهدر من الفواكه والخضروات

الحقائق الرئيسية عن الفواكه والخضروات

- تعدّ الفواكه والخضروات مصادر جيدة للألياف الغذائية والفيتامينات والمعادن (مثل حمض الفوليك وفيتامين ألف وجيم والبوتاسيوم) والمواد الكيميائية النباتية المفيدة.
- يمكن للفواكه والخضروات، كجزء من نمط غذائي صحي، أن تساعد على التقليل من عوامل الخطر بالنسبة إلى الأمراض غير المعدية، من قبيل الوزن الزائد/ السمنة، والالتهابات المزمنة، وارتفاع ضغط الدم، وارتفاع الكوليسترول.
- إن كمية من 400 غرام على الأقل في اليوم أو خمس حصص من الفواكه والخضروات مفيدة بالنسبة إلى الصحة.
- ينبغي إدراج الفواكه والخضروات والإبقاء عليها كأجزاء منتظمة من نمط غذائي صحي طوال الحياة اعتبارًا من 6 أشهر من العمر.
- يتم فقدان نسبة تصل إلى 50 في المائة من الفواكه والخضروات المنتجة في البلدان النامية، على طول سلسلة الإمداد بين الحصاد والاستهلاك.
- يمكن أن يستغرق إنتاج برتقالة واحدة ما يصل إلى 50 لترًا من الماء. وتشكل خسائر الفواكه والخضروات هدرًا لموارد تتزايد ندرتها، مثل التربة والمياه.

حقائق عن التغذية

- يعاني 821 مليون شخص من نقص التغذية قبل انتشار الكورونا
- يعاني 151 مليون طفل أقل من 5 سنوات من التقزم
- يعاني 2 مليار فرد أو شخص من نقص المغذيات الدقيقة
- يعاني 38.3 مليون طفل دون الخامسة من الوزن الزائد
- يعاني أكثر من 1.9 مليار شخص من الوزن الزائد أو البدانة
- تبلغ تكاليف سوء التغذية التي يكبدها الاقتصاد العالمي ما يصل إلى 3.5 تريليونات دولار أمريكي سنويًا

وفي مصر

- المتأثرين بنقص الامن الغذائي بمستوى حاد 10.1%
- المتأثرين بنقص الامن الغذائي بمستوى متوسط 36%
- الأطفال اقل من 5 سنوات ومتأثرين بالنحافة 9.5%
- الأطفال اقل من 5 سنوات ومتأثرين بالوزن الزائد 15.7%
- الوزن الزائد في الكبار أكبر من 18 سنة 31.1%
- الانيميا في المرأة في عمر الانجاب 28.5%
- الأطفال اقل من 5 سنوات ومتأثرين بالتقزم 22.3%

