

# बच्चों के कुपोषण से निपटने के लिए भारत क्या करे?

वंदना प्रसाद, राधा होल्ला और अरुण गुप्ता

**भा**रत में इस समय कुपोषण से पीड़ित बच्चों की संख्या बेहद निराशा और राष्ट्रीय शर्म का विषय है। यह स्थिति न केवल लंबे अर्से से बरकरार है, बल्कि देश में जारी तेज़ आर्थिक विकास के दौर में भी इसमें कोई सुधार नहीं आया है। हाल तक इस बात पर काफी चर्चा हुई है कि कुपोषण की स्थिति से निपटने के लिए ऐसे क्या प्रयास किए जाएं कि वे टिकाऊ हों, साथ ही हालात में तेज़ी से बदलाव लाने में भी सक्षम हों। विशेषज्ञों के कई समूहों ने नीतिकारों के समक्ष ऐसी रणनीतियां पेश की हैं जिनमें कुपोषण को रोकने के उपाय सुझाए गए हैं।

यहां उस विशेष नीति की पड़ताल की गई है जो विभिन्न राज्यों में उसके अच्छे-बुरे प्रभावों पर समुचित चर्चा किए बगैर ही लागू कर दी गई है। देश के कई राज्यों में अत्यंत गंभीर कुपोषण से निपटने के लिए 'रेडी टु यूज़ थेराप्युटिक फूड्स' (आरयूटीएफ़) नीति लागू की गई है। मौजूदा स्थिति इस प्रकार है :

- गंभीर कुपोषण से पीड़ित बच्चों के लिए मध्यप्रदेश, झारखंड, उड़ीसा, बिहार और महाराष्ट्र सहित कई राज्यों में यूनिसेफ के बैनर तले और पोषण पुनर्वास केन्द्रों (एनआरसी) के माध्यम से वितरित करने के लिए प्लम्पी नट नामक एक खाद्य पदार्थ का आयात किया जाता है। गंभीर कुपोषण के लिए इसे मानक उपचार बनाने का प्रस्ताव है।

- इस उत्पाद को फ्रांस की एक कंपनी न्यूट्रीसेट से आयात किया जाता है। यदि इसे भारत में ही तैयार किया जाए तो एक बच्चे के उपचार पर 40 डॉलर (2000 रुपए) खर्च आएगा।

- प्लम्पी नट की प्रभाविता का प्रदर्शन मलावी, नाइजीरिया, इथियोपिया, कांगो और मोज़ाम्बिक में आपदाओं व अकाल की स्थितियों में किया गया है।

- प्लम्पी नट की प्रभाविता सम्बंधी अध्ययन मुख्यतः

उन आपदाओं की स्थिति में किए गए हैं, जहां गंभीर कुपोषण के लिए समुदाय आधारित उपचार उपलब्ध नहीं था। गंभीर कुपोषण के इलाज में समुदाय आधारित उपचार (स्थानीय पदार्थों से बनी खाद्य पदार्थ) और प्लम्पी नट के प्रभाव के तुलनात्मक अध्ययन काफी कम हैं।

तथ्यों की रोशनी में ये निष्कर्ष सामने आए हैं :

- गंभीर कुपोषण के समुदाय आधारित उपचार के लिए कई विशेषज्ञों ने घरेलू खाद्य सामग्री के इस्तेमाल की ही अनुशंसा की है। इसका समर्थन भारतीय शिशु रोग विशेषज्ञ अकादमी ने भी किया है। अकादमी ने खास तौर पर आगाह किया है कि व्यावसायिक तौर पर उपलब्ध आरयूटीएफ़ स्थानीय परिस्थितियों के अनुकूल, स्वीकार्य, सस्ता और टिकाऊ नहीं हो सकता।

- भारत में गंभीर कुपोषण के उपचार के लिए कई प्रतिष्ठित अकादमिक व मेडिकल संस्थान और एनजीओ वर्षों से स्थानीय स्तर पर तैयार होने वाली खाद्य सामग्री का ही इस्तेमाल करते आए हैं। यह सामग्री न केवल सांस्कृतिक रूप से स्वीकार्य है, बल्कि सस्ती भी पड़ती है। जानकारी के लिए तालिका देखें।

- गंभीर कुपोषण के उपचार के लिए घरों में तैयार सामग्री को लेकर कई तरह के प्रयोग किए जा रहे हैं। जोधपुर मेडिकल कॉलेज गंभीर कुपोषण के उपचार के लिए ऊर्जा से भरपूर खिचड़ी, दूध, रार, दाल, शक्कर, फल, फलों का रस और अंडों का इस्तेमाल कर रहा है। तमिलनाडु में ज़िला पोषण कार्यक्रम के तहत दो से चार साल की उम्र के प्रत्येक बच्चे को 80 ग्राम चावल, 10 ग्राम दाल, 2 ग्राम तेल, 50 ग्राम सब्जियां और मसालों से निर्मित खाद्य सामग्री दी जा रही है जिस पर खर्च प्रति बच्चा महज 1.07 रुपए आ रहा है। इससे प्रत्येक बच्चे को 358.2 कैलोरी और 8.2 ग्राम प्रोटीन मिलता है।

तमिलनाडु में ही 6 से 36 माह की उम्र के बच्चों और

गर्भवती व स्तनपान करवाने वाली महिलाओं को पूरक आहार के रूप में सत्तू मावू दिया जाता है। इसकी प्रति किलो लागत केवल 15 रुपए आती है। गैर सरकारी संगठनों द्वारा किए गए कुछ अन्य प्रयोगों में अंडे, सोया

उत्पाद और दूध दिया गया है जिसकी लागत प्रति बच्चा 8 रुपए आती है और इससे बच्चे का दिन भर का पोषण हो जाता है।

- प्लम्पी नट को प्रचलित करने के प्रयास में उक्त

### स्थानीय सामग्री से बनाए जा सकने वाले कुछ पूरक आहार

मिश्रण का नाम	उसमें क्या-क्या है	विकास करने वाली संस्था
दावणगेरे मिश्रण	मूंगफली के दाने, भुने हुए चने, गुड़ और रागी की बराबर मात्रा लेकर बनाए गए लड्डू। 100 ग्राम से 400 कैलोरी और 15 ग्राम प्रोटीन मिलता है।	मेंडिकल कॉलेज , दावणगेरे
शक्ति न्यूट्रीमिक्स	चावल, गेहूं, चना, मूंगफली, शक्कर, नमक, इलायची, काली मिर्च, विटामिन और खनिज पदार्थ। 100 ग्राम से 10.4 ग्राम प्रोटीन, 5.3 ग्राम वसा और 402 कैलोरी मिलती है।	शिबीपुर पीपुल्स केअर आर्गनाइज़ेशन पश्चिम बंगाल
न्यूट्रीमिक्स	गेहूं 400 ग्राम, चावल 400 ग्राम, चना 75 ग्राम, मूंग 75 ग्राम, मूंगफली के दाने 50 ग्राम लेकर उन्हें अंकुरित कर लिया जाता है। फिर उन्हें सुखाकर व भूनकर चूर्ण बना लिया जाता है। एक गिलास पानी या दूध में शक्कर के साथ दो चम्मच चूर्ण मिलाकर दिन में दो बार दिया जाता है।	डेवलपमेंट रिसर्च कम्युनिकेशन एंड सर्विस सेंटर कोलकाता
न्यूट्रीमिक्स	4:1 के अनुपात में गेहूं/चावल और चना/मूंग का मिश्रण तैयार किया जाता है। 100 ग्राम से 120-150 कैलोरी और 2-3 ग्राम प्रोटीन मिलता है। इसमें मौसमी सब्जियां और सूक्ष्म पोषक तत्व मिलाकर और भी पौष्टिक बनाया जा सकता है।	चाइल्ड इन नीड इंस्टीट्यूट कोलकाता
लाप्सी	मक्का या ज्वार, मूंगफली और गुड़ का मिश्रण। अत्यंत गंभीर कुपोषण के मामलों में बेहद प्रभावी।	भारत एग्रो इंडस्ट्रीज़ फाउंडेशन एवं कपार्ट महाराष्ट्र
सैट मिक्स	भूनकर पिसा हुआ चावल, गेहूं, चना और शक्कर को 1:1:1:2 के अनुपात में मिलाया जाता है। 100 ग्राम से 380 कैलोरी मिलती है।	श्री एविटॉम तिरुनाल हॉस्पिटल केरल
सत्तू मावू	42 फीसदी आटा, 10 फीसदी मक्के का आटा, 5 फीसदी माल्टेड रागी का आटा, 12 फीसदी बेसन, 30 फीसदी गुड़, 1 फीसदी विटामिन प्रीमिक्स। 100 ग्राम से 9 से 10 फीसदी प्रोटीन और 360 कैलोरी मिलती है।	न्यूट्रीन मॉनिटरिंग कार्यक्रम तमिलनाडु

खाद्य सामग्रियों की उपेक्षा कर दी गई है। हालांकि प्लम्पी नट भी प्रभावी है, लेकिन इससे खाद्य सुरक्षा की हमारी अवधारणा को नुकसान पहुंचता है और हम ऐसे खाद्य पदार्थ पर निर्भर हो जाते हैं जिस पर परिवारों और समुदायों का नियंत्रण नहीं है।

उपरोक्त वैकल्पिक घरेलू खाद्य सामग्री के कई अन्य फायदे भी हैं:

1. इससे स्थानीय कृषि को बढ़ावा मिलता है क्योंकि इस वैकल्पिक खाद्य सामग्री में प्रायः मोटा अनाज व स्थानीय स्तर पर मिलने वाली सामग्री का इस्तेमाल किया जाता है।

2. इससे कई परिवारों को अपनी जीविका कमाने का मौका मिलता है। कई बच्चे तो मात्र इसलिए कुपोषण का शिकार होते हैं क्योंकि गरीबी की वजह से उन्हें पर्याप्त व समुचित भोजन नहीं मिल पाता है।

3. प्रक्रिया का विकेंद्रीकरण होने से अधिक से अधिक लोगों को इसमें भाग लेने का अवसर मिलता है।

हालांकि इन खाद्य सामग्री की प्रभावोत्पादकता को साबित करने वाले अध्ययन बहुत कम हुए हैं, लेकिन इनकी सफलता के कई प्रमाण मिल जाएंगे। पोषण विशेषज्ञों व निकायों द्वारा इनके अध्ययन, विश्लेषण और दस्तावेजीकरण का अभाव चिंता का विषय होना चाहिए। यह बात समझ से परे है कि आखिर कुपोषण की समस्या के समाधान के लिए ऐसे खाद्य पदार्थ को इतने बड़े पैमाने पर क्यों प्रस्तुत किया जा रहा है जो हमारे लिए अनजाना

है। गंभीर कुपोषण के लिए कोई रणनीति अख्तियार करने से पहले बेहतर होता कि कुछ और अध्ययन किए जाते और उसके बाद ही किसी निष्कर्ष पर पहुंचा जाता। इससे लंबे अर्से से की जा रही उस मांग को बल मिलता है कि बच्चों के पोषण के लिए हमें ऐसी नीति की ज़रूरत है जिस पर व्यापक चर्चा की गई हो।

ऐसी कोई नीति लागू करते समय हमें दिमाग में यह बात रखनी होगी कि बच्चों और परिवारों की खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने में पूरक पोषण बहुआयामी रणनीति का शायद बहुत अहम मगर केवल एक हिस्सा हो सकता है। सबसे बेहतर पूरक पोषण तो वही होगा जो आत्म-निर्भरता बढ़ाए, विकेंद्रीकरण व सभी लोगों की भागीदारी को प्रोत्साहन दे, लागत कम हो और सांस्कृतिक रूप से स्वीकार्य हो। आयातित और केन्द्रीकृत रूप से तैयार उत्पाद इस पैमाने पर शायद ही खरा उतरेगा।

हमें कुछ दबावों के आगे झुककर जल्दबाज़ी में कोई फैसला लेने की बजाय अच्छी तरह से सोच-विचारकर, योजना बनाकर और पर्याप्त शोध के बाद ही कुपोषण से निपटने की कोई रणनीति तैयार करनी चाहिए। यदि हम जल्दबाज़ी में कोई रणनीति अपना लेते हैं तो उसे बदलना मुश्किल होगा और इससे उन्हीं समुदायों व परिवारों को नुकसान पहुंचेगा जिनके बच्चों का 'उपचार' करना हमारा लक्ष्य है। हमें यह भी ध्यान में रखना होगा कि हमारी समग्र नीति ऐसी हो जिससे सभी के लिए खाद्य, आर्थिक और सामाजिक सुरक्षा सुनिश्चित हो सके। (स्रोत फीचर्स)

## स्रोत सजिल्द

### स्रोत के पिछले अंक

राशि एकलव्य, भोपाल के नाम ड्राफ्ट या मनीऑर्डर से भेजें।

एकलव्य, ई-10, शंकर नगर बी.डी.ए. कॉलोनी, शिवाजी नगर के पास, भोपाल

(म.प्र.) 462 016