दिनांक: 11-05-2025	**Mainspedia**
विषय: पोषण-संवेदनशील खाद्य प्रणालियों की आवश्यकता (Need for nutrition-sensitive food systems)	**GS III** – कृषि, खाद्य सुरक्षा और सतत विकास

परिचय (संदर्भ)

दूध, फल, सब्ज़ियों और अनाज के विश्व के सबसे बड़े उत्पादकों में से एक होने के बावजूद, **भारत लगातार कुपोषण** , छिपी हुई भूखमरी और बढ़ती गैर-संचारी बीमारियों की एक विरोधाभासी समस्या का सामना कर रहा है। देश की खाद्य असुरक्षा इसके **जनसांख्यिकीय लाभांश और आर्थिक स्थिरता को खतरे में डालती है। ग्लोबल हंगर इंडेक्स 2024 में 127 देशों में से 105वें स्थान पर, भारत की खाद्य असुरक्षा को तत्काल कार्रवाई की आवश्यकता है।**

वर्तमान स्थिति	• खाद्य असुरक्षा अब सिर्फ़ भूखमरी से जुड़ी समस्या नहीं रह गई है। इसमें अब कुपोषण के सभी प्रकार शामिल हैं, जिसमें आहार से जुड़ी गैर-संचारी बीमारियाँ (एनसीडी) भी शामिल हैं। • **एनएफएचएस-5 (2019-21) में** चिंताजनक आंकड़े उजागर हुए हैं: ✓ **5 वर्ष से कम आयु के 35.5% बच्चे बौने** (stunted – आयु के हिसाब से छोटा कद) हैं। ✓ **32.1% कम वजन वाले** तथा **19.3% कमज़ोर (wasted) हैं**। ✓ **प्रजनन आयु की 57% महिलाएं** एनीमिया से ग्रस्त हैं। ✓ **अधिक वजन/मोटापे से 24% महिलाएं** और **22.9% पुरुष** प्रभावित हैं। • **अल्पपोषण , सूक्ष्मपोषक तत्वों की कमी और अतिपोषण** एक साथ मौजूद हैं, जिसके कारण विशेषज्ञ **कुपोषण का तिहरा बोझ कहते हैं**। • **एफएओ** के अनुसार , 2022 में **55.6% भारतीय** स्वस्थ आहार का खर्च नहीं उठा पाएंगे; लागत **प्रति व्यक्ति प्रति दिन 3.36 डॉलर पीपीपी हो गई** , जो 2017 में 2.86 डॉलर थी।
खाद्य प्रणाली की विफलताओं का प्रभाव	• स्वास्थ्य, पोषण और पर्यावरण क्षरण के कारण **प्रतिवर्ष लगभग 12 ट्रिलियन डॉलर की हानि होती है।** • वैश्विक खाद्य प्रणाली को खाद्य उपलब्धता और सामर्थ्य सुनिश्चित करने के प्रयासों के बावजूद **संसाधन सीमाओं और जलवायु परिवर्तन के कारण गंभीर चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है।** • **जलवायु परिवर्तन** के साथ-साथ असंवहनीय प्रथाओं के कारण **फसल की पैदावार में कमी, जैव विविधता** की हानि **और** छोटे किसानों की **आजीविका** कमजोर हो रही है। • **कृषि उत्पादन, विपणन और उपभोग में संरचनात्मक दोष** खाद्य असुरक्षा और खराब पोषण को बढ़ाते हैं।

IASBABA

खाद्य प्रणालियों में परिवर्तन हेतु कदम	**पोषण-संवेदनशील, सतत खाद्य प्रणालियों की** ओर बदलाव के लिए समन्वित, बहु- क्षेत्रीय कार्रवाई की आवश्यकता है: **1. पोषण-संवेदनशील कृषि** • **जैव-प्रबलित और जलवायु-अनुकूल फसलों** को बढ़ावा देना • **फसल विविधीकरण को** प्रोत्साहित करना • **फसल-उपरांत भंडारण और खाद्य प्रसंस्करण में** सुधार • **कृषि नीतियों** में पोषण को एकीकृत करना **2. सामुदायिक-नेतृत्व हस्तक्षेप (Community-Led Interventions)** • **पोषण-संवेदनशील सामुदायिक योजना (एनएससीपी)** जैसे मॉडल भोजन, मिट्टी, पानी, स्वास्थ्य और स्वच्छता को जोड़ते हैं। • पोषण और स्वास्थ्य सेवाओं के साथ-साथ **वाश (जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य) बुनियादी ढांचे को भी बढ़ाया जाना चाहिए।** **3. स्कूल-आधारित पोषण कार्यक्रम** • **न्यूट्री-पाठशाला** जैसी पहल : ○ मध्याह्न भोजन में **जैव-प्रबलित अनाज** शामिल करना ○ **स्थानीय किसानों** से भोजन प्राप्त करना ○ **बाल पोषण और स्कूल में उपस्थिति में** सुधार **4. सामाजिक सुरक्षा तंत्र को मजबूत बनाना** • **सार्वजनिक वितरण प्रणाली (पीडीएस)** और **मध्याह्न भोजन योजनाओं को पोषक तत्वों से समृद्ध, स्वदेशी खाद्य पदार्थों** से समृद्ध और बेहतर बनाना • स्वस्थ आहार को बढ़ावा देने के लिए **व्यवहार परिवर्तन अभियान** शुरू करना **5. निजी क्षेत्र की सहभागिता** • **पोषण लेबलिंग**, क्यूआर कोड और **डिजिटल शिक्षा को** प्रोत्साहित करना • **पौध-आधारित विकल्प, सुदृढ़ीकरण** और **पोषक तत्वों से समृद्ध खाद्य उत्पादन** में नवाचार करना • स्वस्थ भोजन नवाचार के लिए **विनियामक प्रोत्साहन** प्रदान करना

IASBABA

	6. जलवायु और आर्थिक लचीलापन • **जलवायु-स्मार्ट कृषि** को बढ़ावा देना • **ग्रामीण रोजगार** और **लिंग-संवेदनशील नीतियों का** विस्तार • **आर्थिक और जलवायु झटकों** से बचाना **7. जागरूकता और व्यवहार परिवर्तन** • गैर-डिजिटल क्षेत्रों में **' माईप्लेट ब्लास्ट ऑफ (MyPlate Blast Off)'** गेम और **रेडियो कार्यक्रम** जैसे उपकरणों का उपयोग करें • सूचित, स्वस्थ समुदायों के निर्माण के लिए **जमीनी स्तर पर जागरूकता को** प्रोत्साहित करें **8. स्थान-आधारित नवाचार और समुदाय-संचालित दृष्टिकोण का उपयोग करें** • **TERI और खाद्य एवं भूमि उपयोग गठबंधन (FOLU) द्वारा किए गए शोध ने** सामाजिक-तकनीकी नवाचार पहलुओं के महत्व पर प्रकाश डाला है। • इनमें **क्षेत्र-विशिष्ट, सूक्ष्म पोषक तत्वों से** प्रचुर **फसलें, विकेन्द्रीकृत प्रसंस्करण, तथा** किसानों, प्रसंस्करणकर्ताओं और उपभोक्ताओं को जोड़ने वाले **स्थानीय खाद्य नेटवर्क शामिल हैं।**
पोषण एवं स्वास्थ्य समुदायों की भूमिका	• पोषण एवं स्वास्थ्य पेशेवरों को निम्नलिखित कार्य करने चाहिए: ✓ **कृषि और आर्थिक नियोजन में पोषण को** एकीकृत करना ✓ **प्रणालीगत समाधानों** के साथ **गैर-संचारी रोगों (एनसीडी)** से निपटना • **एनएससीपी** और **न्यूट्री-पाठशाला** जैसे मॉडल **अंतर -क्षेत्रीय सहयोग** की शक्ति को प्रदर्शित करते हैं
Value Addition: प्रमुख शब्दावलियाँ	1. **छिपी हुई भूखमरी** छिपी हुई भूखमरी **सूक्ष्म पोषक तत्वों की कमी** (जैसे आयरन, विटामिन ए, जिंक) को संदर्भित करती है जो कैलोरी का सेवन पर्याप्त होने पर भी होती है। यह अक्सर किसी का ध्यान नहीं जाता लेकिन स्वास्थ्य, प्रतिरक्षा और विकास को बुरी तरह प्रभावित करता है। 2. **ग्लोबल हंगर इंडेक्स 2024** ग्लोबल हंगर इंडेक्स (जीएचआई) 2024 में **कुपोषण, बाल विकास में कमी, कुपोषण और मृत्यु दर के आधार पर देशों की रैंकिंग की गई है** । भारत **127 में से 105वें स्थान पर है** , जो

IASBABA

	गंभीर खाद्य असुरक्षा और कुपोषण को दर्शाता है। 3. एनएफएचएस **-5** **राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण - 5 (2019-21)** भारतीय राज्यों में **स्वास्थ्य, पोषण, प्रजनन क्षमता और सेवा पहुंच** पर डेटा प्रदान करता है। यह **कुपोषण, एनीमिया और मोटापे के महत्वपूर्ण** रुझानों पर प्रकाश डालता है। 4. **अल्पपोषण** एक ऐसी स्थिति है, जिसमें **ऊर्जा और पोषक तत्वों का सेवन अपर्याप्त होता है** , जिसके कारण विशेष रूप से बच्चों में **बौनापन, कमजोरी और कम वजन की समस्या** होती है। 5. अति **-पोषण से** तात्पर्य **अत्यधिक कैलोरी या पोषक तत्वों के सेवन से है** , जो अक्सर **अधिक वजन, मोटापा और संबंधित गैर-संचारी रोगों** जैसे मधुमेह और उच्च रक्तचाप का कारण बनता है। 6. **जैव-फोर्टिफाइड** फसलें विशेष रूप से **विटामिन और खनिजों के उच्च स्तर के लिए विकसित की जाती हैं** , जैसे कि लौह-समृद्ध बाजरा या जस्ता-समृद्ध चावल, जो छिपी हुई भूख को कम करने में मदद करते हैं। 7. **जलवायु-लचीली फसलें** ये फसल की किस्में हैं जो सूखा, बाढ़ या उच्च तापमान जैसे **जलवायु तनाव को झेल सकती हैं, जिससे अप्रत्याशित मौसम की स्थिति में भी स्थिर पैदावार सुनिश्चित होती है।** 8. **पोषण-संवेदनशील सामुदायिक योजना (एनएससीपी)** एनएससीपी एक **नीचे से ऊपर का मॉडल है** जहां समुदाय कृषि, वाश और स्वास्थ्य देखभाल पर स्थानीय योजना के माध्यम से पोषण को संबोधित करते हैं, जिससे **एकीकृत पोषण परिणाम सुनिश्चित होते हैं।** 9. **न्यूट्री-पाठशाला** एक **स्कूल-आधारित पोषण पहल है** जो मध्याह्न भोजन में **जैव-प्रबलित अनाज को शामिल करती है और** स्थानीय किसानों को समर्थन देते हुए **पोषण शिक्षा को बढ़ावा देती है।** 10. **खाद्य और भूमि उपयोग गठबंधन (FOLU)** FOLU एक वैश्विक पहल है जो पोषण, जलवायु और जैव विविधता लक्ष्यों के लिए **अनुसंधान, नवाचार और नीति का** समर्थन करके सतत **खाद्य और भूमि प्रणालियों को बढ़ावा देती है।**
आगे की राह	• कृषि, स्वास्थ्य और शिक्षा में **पोषण और सततता लक्ष्यों के साथ नीतियों को संरेखित करें।** • समावेशी परिवर्तन के लिए न्यूट्री-पाठशाला और एनएससीपी जैसे **समुदाय-आधारित और स्थान-आधारित मॉडलों को** बढ़ावा देना। • **पोषक तत्वों से प्रचुर खाद्य उत्पादन** और **पारदर्शी लेबलिंग के लिए प्रोत्साहन के साथ निजी क्षेत्र को** नवप्रवर्तन हेतु सशक्त बनाना।

IASBABA

	• **जलवायु अनुकूलन को** खाद्य एवं पोषण योजना के साथ एकीकृत करें। • स्वस्थ भोजन विकल्पों और सांस्कृतिक आहार ज्ञान को बढ़ावा देने के लिए **जन जागरूकता अभियान** चलाएं।

निष्कर्ष

भारत एक ऐसे महत्वपूर्ण मोड़ पर खड़ा है जहाँ **खाद्य प्रणाली सुधार को पोषण, सततता और समानता के साथ जोड़ना होगा**। वृद्धिशील परिवर्तन का समय बीत चुका है। **एक पोषित आबादी लचीली अर्थव्यवस्थाओं, सशक्त समुदायों और राष्ट्रीय प्रगति के लिए आवश्यक है**। पोषण अब- न केवल कृषि के लिए, बल्कि शासन के लिए भी एक मार्गदर्शक सिद्धांत बन जाना चाहिए।

मुख्य परीक्षा अभ्यास प्रश्न

प्रश्न: भारत में प्रचुर मात्रा में खाद्य उत्पादन के साथ-साथ व्यापक कुपोषण की स्थिति है। वर्तमान खाद्य प्रणाली में संरचनात्मक चुनौतियों की जांच करें और इसे एक सतत, पोषण-संवेदनशील मॉडल में बदलने के लिए एक बहु- क्षेत्रीय रणनीति का सुझाव दें। **(15 अंक, 250 शब्द)**

IASBABA