

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

EMRO - MEMORANDUM

N3/62/3

cc. H5/64/4 (en)

From: Dr. Awad Abuzeid Mukhtar
WR, a.i. Saudi Arabia

To: Regional Director
WHO/EMRO

Date: 01/03/2004

Attn: DHP

Our Ref: NFS.3/3

Subject: Global Strategy on Diet, Physical Activity & Health, Resolution WHA55.23.

5

RB

SPA

~~DAD/~~

ARD

DHP

NUT

HHP

YNH

SAA Desk

Reference is made to our e-mail of 17 April 2003 on the above (copy attached for easy reference). We are pleased to share with you advance copy of response received from the department concerned, MOH summarizing the proposed draft strategy submitted to H.E. the Minister of Health for your kind review and comments.

With Kindest Regards,

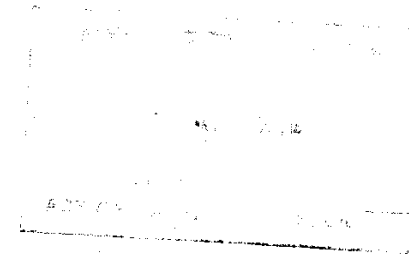
Enclosures: As stated above

① Can I have a scanned copy of this doc.

② Pl. send to HSE & translation into English.

[Signature]

2/26



10 MAR 2004

EMRO REGISTRY



سعادة/ المشرف العام على إدارة الصحة الدولية
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

إشارة لمذكرة سعادتكم قم ١٦/١٤٤٧١٤ بتاريخ ١٢/٢٦/١٤٢٤هـ المبنية على صورة خطاب ممثل منظمة الصحة الدولية بتاريخ ١٢/٢٤/١٤٢٤هـ ومرفقه خطاب المجلس التنفيذي رقم م ت/١١٢/٤٤ إضافة ١ بتاريخ ٢٧/١١/٢٠٠٢م ومضمونه مسودة الاستراتيجية العالمية بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة .. وإشارة لمذكرة سعادتكم رقم ١٦/١٤١٨٧٣ بتاريخ ١٤٢٤/١٢/٢٠هـ المبنية على مذكرة معاليه رقم ١١/٣٥٤٩٩٣ بتاريخ ١٢/١٨/١٤٢٤هـ المبنية على نفس المعاملة .. وطلب معاليه إكمال الإجراءات الإدارية فيما يتعلق ببيان الرأي في مسودة الاستراتيجية العالمية بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة.

نحيط سعادتكم علماً بأن الإدارة العامة للتغذية كانت قد أجابت على نفس المعاملة (بصورتها المبدئية) بخطابنا الموجه لسعادتكم رقم ٢٦/١/١٣٧ بتاريخ ١/٢٩/١٤٢٤هـ على استفسارات المنظمة بشأن مقترح هذه الاستراتيجية عن وضع السياسة التشريعية والتنظيمية الوطنية في مجال النظام الغذائي والنشاط البدني في المملكة .. وما هي مستويات واتجاهات عوامل الإختطار والعوامل المحددة الرئيسية في مجال الأمراض المزمنة . وما هي الآليات العالية في المملكة والدور الذي تطلع به وزارة الصحة في هذه الآليات بالنسبة للنظام الغذائي والنشاط البدني .. هل هناك عقبات في تنفيذ الاستراتيجية الهادفة لتخفيض مستويات الأمراض غير السارية المزمنة .. وهل تقوم نظم الصحة برصد معلومات عن عوامل الإختطار للأمراض غير السارية المزمنة وإسداء المشورة بشأن الوقاية ونشر التقارير عنها.

كما عقيبت الإدارة العامة للتغذية بعد الأجابة على هذه استفسارات بإبداء بعض التوصيات والاقتراحات المحلية التي منها : تنفيذ دراسة وطنية شاملة ، وتشكيل لجنة وطنية من الجهات المعنية ووضع برنامج لتقليص المشكلة والتعاون والتنسيق مع البرنامج الوطني القائم في الإدارة

الرقم / ٢٩ / ١ / ٢٦ التاريخ ٨ / ١ / ١٤٢٥ هـ المرفقات /

ص.ب ٥٢٥٣ الرياض ١١٤٢٢ هاتف ٠١١٤٦٤٠٨١١ - فاكس ٠١١٤٦٤٥٥٣٦



العامّة للصحة الوقائية لمكافحة هذه الأمراض ضمن المحاور المقترحة ، وتوصيات تتعلق بالتعاون مع المنظمات الدولية العالمية وفيها ، وضع استراتيجية وطنية ملائمة لعاجه المجتمع السعودي ، إعداد دلائل تدريبية لتأهيل الكوادر الوطنية ، إعداد دلائل تغذوية يراعى فيها الحاجات المحلية وضع دلائل للمواصفات القياسية للمواد الغذائية.

هذا وبعد الإطلاع على مسودة الاستراتيجية العالمية موضوع المعاملة والمعدلة بعد الإطلاع على توصيات الدول الأعضاء نرى أن معظم الاقتراحات والتوصيات التي وردت في خطابنا المشار إليه قد أخذ بها وهذا أمر يسر الإدارة العامة للتغذية ويتوج نشاطها وجهدها ونشاط الجهات والإدارات الأخرى.

لإطلاع سعادتكم متمنيا الرفع بضمونه لأنظار معاليه ولنظمة الصحة العالمية. ومرفق لسعادتكم خلاصة الإستراتيجية العالمية المعدلة بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة

شاكرين ومقدرين لسعادتكم حسن اهتمامكم.

وتقبلوا وأقر تحياتي،،،،

المشرف العام على الإدارة العامة للتغذية

الدكتور/ محمد بن صالح الجاسر

١١٣٣

جمهورية مصر / منظمة الصحة العالمية

المرفقات /

١٤

التاريخ / /

الرقم /

ص ب ٥٢٥٣ الرياض ١١٤٢٢ هاتف ٤٦٤٠٨١١ - فاكس ٤٦٤٥٥٣٦

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

مذكرة عرض

(١) ماهو وضع السياسة التشريعية والتنظيمية الوطنية في مجال النظام الغذائي والنشاط البدني في بلدكم ؟ أي هل تحمل الأغذية بطاقات للتعريف بها ورموزاً لتسويقها ؟ وهل تتطلب السياسات مشاركة قطاعات مختلفة .. كالصحة والتجارة والزراعة ؟ وهل تناول السياسة الزراعية مسائل مثل الأمن الغذائي القومي والتجارة والصادرات والقضايا الزراعية البيئية ؟ هل بحث بلدكم موضوع المراقيل التي تحول دون الحصول على أغذية صحية ؟

الجواب :

- بطاقات تعريف الأغذية التي تتضمنها المواصفة القياسية السعودية رقم (١) وتاريخ ١٣٩٢هـ/١٩٧٣م تتضمن وجوب ذكر المعلومات التالية على الصنف - محتوياته من العناصر الغذائية ومصدر هذه المواد (صناعي /طبيعي) ، مصدرها (نوع الحيوان) .. والمضاهات الغذائية، بلد المنشأ وعنوان الصانع ، استعمالها إذا كانت للحمية ، إذا عوملت بالإشعاع ، صافي المحتويات وقائمة المكونات.
- مشكلات الغذاء والنشاط البدني مسؤولية عدة جهات حكومية وخاصة : وزارات) الزراعة - التجارة - الصحة - الشؤون البلدية والضروية - التعليم العالي - المعارف- المالية والاقتصاد (الجمارك) ووزارة الدفاع والطيران - الداخلية - المواصلات - الإعلام - والهيئة العربية السعودية للمواصفات والمقاييس - الرئاسة العامة لرعاية الشباب - الحرس الوطني -الغرفة التجارية والصناعية
- إن اعتماد المملكة سياسة التجارة الحرة يسمح بدخول كل البضائع وأنواع الأغذية المطابقة للمواصفات والمقاييس ولم يحدث أن منعت إستيراد أي أغذية حتى تلك الخاوية غذائياً مثل الأطعمة الهشة (المقرقشات ونحوها) التي تدخل ضمن الأغذية غير الصحية بالنسبة للأمراض غير السارية لكثرة محتوى الدهن والملح فيها.

(٢) ماهي مستويات واتجاهات عوامل الاختطار والعوامل المحددة الرئيسية في مجال الأمراض المزمنة في بلدكم ؟

تشير الدراسات الوطنية إلى عوامل الاختطار التالية :

- ارتفاع مؤشر كتلة الجسم (منسب وزن الجسم كجم/ مربع الطول م²) عند البالغين كان وسطي المنسب فوق المعدل ٢٩/٢م.
- نسبة المدخنين ١٦,٥ %.
- نسبة ارتفاع ضغط الدم الإنقباضي ١٩ %.
- نسبة ارتفاع ضغط الدم الإنبساطي ٢٣ %.
- نسبة مرض السكر ٢٤,٦ % (عند بعض الفئات العمرية).
- نسبة من لديهم ارتفاع كوليسترول بالدم قريب للدرجة المرضية ١٤,٧ %.
- نسبة الكوليسترول المرتفع ارتفاعاً ملحوظاً ٢٤,٩ %.
- ارتفاع الثلاثي الفليستريد ٢٨ %.

كما تشير دراسات الموازنات الغذائية في الفترتين (١٩٩٠ - ١٩٩٢ م) و (١٩٩٣ - ١٩٩٥ م) إلى زيادة استهلاك السعرات الحرارية مقارنة بنتائج المسح الوطني كما يلي:

معدل	نصيب الفرد في توازنات ١٩٩٢ - ١٩٩٥ م	نصيب الفرد في دراسة المسح الوطني ١٩٩٥ م - ١٩٩٥ م
سعر حراري باليوم	٣١٢٨	٣٠٨٢
بروتين جم/ اليوم	٨١,٩	١٥٥
دهون جم/ اليوم	٨٥,١	١٤٤,٥
دهون حيوانية جم/ اليوم	٣١,١	٨٤,١
الحبوب ومشتقاتها جم/ اليوم	٤٢٠,٥	٣٦٢,٣
السكر ومستحضراته	٩٦,٤	٢٥,٣
الخضار جم/ اليوم	٢٦٩,٥	٣٤٨,٧
الفواكه جم/ اليوم	٣٣٩,٧	٢٨١,١
اللحوم الحمراء جم/ اليوم	٢١٣,٥	٢٣٥,٠
الأسماك جم/ اليوم	١٣,١	١٠,٥
البيض جم/ اليوم	١٧,٧	٢٨,٠

٢) هل تتناول الآليات المؤسسية الحالية في بلدكم سواء كانت جزءاً من الأجهزة الحكومية أو مشتركة بينها النظام الغذائي والنشاط البدني بطريقة متسقة ومتكاملة ؟ وما هو الدور الذي تطلع به وزارة الصحة في هذه الآليات ؟ وهل تتعامل الحكومات مع الهيئات الخاصة أو المنظمات غير الحكومية أو الأوساط الأكاديمية ؟ وهل يتم التعامل هذا بصورة فعالة وتتناول النظام الغذائي والنشاط البدني معا ؟

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

الجواب :

هناك عدة جهات حكومية تتناول النظام الغذائي كجزء من مهامها نعد منها أولا :
الإدارة العامة للتغذية في وزارة الصحة ولها عدة نشاطات في المجال فهي عضو في برنامج مكافحة الأمراض غير السارية المتعلقة بالغذاء الذي تشرف عليه الوكالة العامة المساعدة للطب الوقائي وإداراتها المختلفة وشاركت الإدارة بوضع البرنامج والتدريب والبرامج الإعلامية والتوعية المتعلقة به .. كما أقامت الإدارة العامة للتغذية عدة ندوات علمية منها السمعة مرض العصر وفقر الدم الغذائي والحالة التغذوية لطلاب المدارس في المملكة وداء السكري وأصدرت عدة مطويات وكتيبات تتناول نفس المشكلة .. وتصدر نشرة علمية (التغذية والصحة) كل ثلاثة أشهر تناولت نفس مواضيع الغذاء والنظام الغذائي وأهمية النشاط البدني .. وقامت بعدة دراسات علمية بحثية عن صحة الأم وانتشار السمعة بين موظفي وزارة الصحة .. وتشارك صحة البيئة في البلديات في نشاطات عدة منها صحة الغذاء وطرق التداول به ومراقبة المطاعم والمخيلات التي تتعامل بالغذاء .. وتشارك وزارة الزراعة في إصدار التوازنات الغذائية وتعمل على تخطيط توفير العناصر الغذائية والأغذية لسكان المملكة .. كما تشارك الرئاسة العامة لرعاية الشباب في عملية زيادة النشاط البدني لدى الرياضيين وطلاب المدارس بالتعاون مع وزارة المعارف .. وتقوم الإدارات الحكومية الأخرى كوزارة الدفاع والحرس الوطني ووزارة الداخلية بنشاطات مماثلة للذي تقوم به وزارة الصحة من حيث التوعية الصحية لأفرادها .. وتزعم إدارة التغذية إقامة ندوة علمية عن النظام الغذائي وإعداد دليل الإرشاد الغذائي لمواطني المملكة عندما تكتمل لها عناصر إقامة هذه الندوة.

٤) هل تتوقع أن يصطدم إكتساب الألتزام السياسي المتزايد لتنفيذ الإستراتيجيات الهادفة إلى خفض مستويات الأمراض المزمنة والسمنة بأي عقبات ، مثل عدم اعتبار واضعي السياسات للأمراض غير السارية أمرا ذا أولوية ، أو أية قيود ثقافية ؟ وماهي العقبات المحتملة الأخرى في تصوركم ؟

الجواب :

واجهت برنامج مكافحة الأمراض غير السارية المرتبطة بالغذاء والذي تنفذه وزارة الصحة بعض العقبات والتي نعد منها : عدم توفير الاعتمادات المالية للاستمرار والتوسع بالمناطق الأخرى غير منطقة القصيم التي بدأ فيها تنفيذ البرنامج ، كما كان مفترضا الاستمرار بتدريب العاملين الصحيين على قواعد البرنامج في هذه المناطق وتوقف التدريب كذلك بسبب عدم دعم الاعتمادات المالية .. والأمر الثاني يتعلق بعدم توفر المؤهلين للتوعية الصحية .. هذا وقد تألفت لجنة لوضع منهج تعليمي خاص

الرقم :
التاريخ :
الشفرات :

بالبرنامج الذي يدخل في المناهج والنشاطات المدرسية لوزارة المعارف، هنالك بعض البرامج التغذوية في المناهج المدرسية وتعتبر حصة الرياضة جزء مهم في برنامج المدرسة اليومي في المدارس.

- هناك عقبات إجتماعية يمكن أن تحول دون تنفيذ البرامج الرياضية وزيادة النشاط البدني الخاص لدى السيدات لصعوبة إرتياد الأندية الرياضية ونحوها لممارسة الرياضة.

- صعوبة إدخال مبادئ البرنامج في المناهج التعليمية.

- صعوبة تنفيذ المراحل الوقائية والعلاجية في المراكز الصحية لكثرة المراجعين فيها وانشغال العاملين بالخدمات العلاجية.

5) هل تقوم نظم الصحة والترصد في بلدكم بإبدياء المشورة الكافية بشأن الوقاية، وتنتشر التقارير عن عوامل الأخطار للأصابة بالأمراض المزمنة على مختلف المستويات أي المستشفيات والعيادات ومرافق الرعاية الصحية الأولية والقطاعين الصحيين الخاص والعام؟

الجواب :

أن برامج الترصد القائمة في المؤسسات الصحية مقتصرة حالياً على الأمراض السارية والأورام والسرطانات بشكل رئيسي وهناك برنامج ترصد الحالة الغذائية الذي تشرف عليه الإدارة العامة للتغذية عند الأطفال دون الخمس سنوات وهو قائم في ١٠ مراكز صحية في مدينة الرياض فقط .. وسيتم قريباً التوسع في ثمانية مراكز جديدة في كل من منطقة القصيم والشرقية.

ويعتمد حالياً ومن وقت إلى آخر على المسوح والدراسات التي تتم في الجامعات أو الوزارات .. للبحث عن عوامل الأخطار كتلك المذكورة في الفقرة (السؤال ٢) من هذا الخطاب.

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

التوصيات والإقتراحات

أولاً. التوصيات والإقتراحات المحلية

- (١) تنفيذ دراسة وطنية شاملة يكون الهدف الرئيسي من هذه الدراسة الوطنية الإستقصاء والتركيز حول تقييم المستوى المعرفي الغذائي والرياضي والاتجاهات والممارسات الغذائية وتحديد العوامل ذات العلاقة والتعرف على أوجه القصور والممارسات الغذائية الخاطئة والإستفادة من نتائج هذه الدراسة في تخطيط وتنفيذ بعض البرامج الإرشادية والغذائية والرياضية مستقبلاً لحل هذه المشاكل الصحية وبالتنسيق مع الأجهزة الإعلامية.
- (٢) تشكيل لجنة وطنية من الجهات المعنية وذات الأختصاص على سبيل المثال (وزارة الصحة ، التجارة ، رعاية الشباب ، الإعلام ، المعارف والأوقاف والشئون الدينية) لمتابعة التوصيات بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني ودعم الجهود المبذولة لرفع المستوى الثقافي والصحي حيث لا تزال هناك فجوة واسعة بين الثقافة والتعليم من جهة والثقافة الغذائية من جهة أخرى ووضع الخطط التغذوية والإعلامية التثقيفية لرفع مستوى الوعي الصحي والتغذوي في المجتمع وإقتراح البرامج المناسبة للحد من مشكلة السمنة ومدى معرفة وعي المجتمع بمضارها وسلوكيات والأفراد من الناحية التغذوية والرياضية والوعي الصحي.
- (٣) وضع البرامج لتقليص المشكلة الصحية للمساعدة في تغيير النمط الغذائي وذلك لتحديد العوامل البيئية والإجتماعية والأقتصادية المساندة بشكل مباشر وغير مباشر والتي أدت إلى إنتشار السمنة وبالتالي مضاعفاتها.
- (٤) التعاون والتنسيق مع البرامج الوطني لمكافحة الأمراض المزمنة غير المعدية ضمن المحاور الأساسية التالية :
 - الغذاء الصحي (الكافي والأمن) . . .
 - مكافحة التدخين . . .
 - دعم برامج مكافحة السمنة والداء السكري والأمراض السارية الأخرى.
 - دراسة عوامل الخطورة (الاختطار)
 - تشجيع زيادة تناول الفاكهة والخضار والحبوب الكاملة.
 - تشجيع زيادة مستويات النشاط البدني والعمل على توفير أماكن ممارسة الأنشطة الرياضية في الأحياء والأماكن المخصصة لذلك وتخصيص أماكن للسيدات لممارسة هذه الأنشطة. ودعم الأنشطة الرياضية المدرسية.
 - تحول إستهلاك الدهون الحيواني إلى النباتي مع خفض إستهلاك الدهون عموماً.

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

- تشجيع تناول الأسماك واللحوم الحمراء ومنتجات الألبان قليلة الدسم.
- خفض استهلاك السكر البسيط.
- خفض استهلاك الملح / شرط دعمه باليود.
- العمل على توعية المستهلكين للحد من استهلاك الأغذية الدسمة.

ثانيا : توصيات واقتراحات بالتعاون مع المنظمات الدولية والعالمية

- يجب أن تشمل الإستراتيجية العالمية المقترحة وضع دلائل عمل ونماذج بحثية عن الأمراض غير المعدية وعوامل الخطر المرتبطة بحدوثها لتقوم الدول بإنجازها على المستويات الوطنية.
- وضع خطط واستراتيجيات تنفيذ لمكافحة المشاكل الصحية الناجمة عن أنماط الحياة غير الصحي ، بحيث يمكن ملاءمة هذه الخطط والاستراتيجيات مع حاجات المجتمعات المختلفة.
- إعداد دلائل تدريبية لتأهيل الكوادر الصحية الوطنية في مجالات التغذية السليمة والتوعية الصحية ومكافحة الأمراض غير المعدية.
- إعداد دلائل تغذية يراعى فيها الإختلافات القائمة بين البلدان حسب الوضع الإقتصادي (دول غنية وفقيرة) وحسب توفر المواد الغذائية فيها ، والمساعدة في وضع إرشادات خاصة بالنظام الغذائي الصحي للمجتمعات المختلفة.
- وضع دلائل للمواصفات القياسية للمواد الغذائية المصنفة أو المملية السليمة ، وشروط عمليات الإستيراد والتصدير.
- التأكيد على دور الحكومات في تبني هذه البرامج وتوفير متطلبات نجاحها.

Jamal Abu-Issa

From: Jamal Abu-Issa

Sent: Thursday, April 17, 2003 11:24 AM

To: 'DHP@emro.who.int'

Cc: 'HIT@emro.who.int'

Subject: Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health, Resolution WHA55.23

Reference is made to the WHO/HQ circular letter C.L.1.2003 of 23 January, 2003 on the above. We are pleased to send you herewith copy of the response received from government along with the report received from the MOH reflecting the department concerned reply. Please share with the unit concerned at WHO/HQ Geneva.

Kindest regards,

WRO, KSA

4/17/2003



سعادة المدير الإداري لمكتب منظمة الصحة العالمية بالرياض

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

إشارة إلى خطاب المكتب الرئيسي للمنظمة في جنيف رقم خ . د . ١ - ٢٠٠٣م المرفق صورته ومشفوعة الوثيقة التي ستهدى بها المنظمة عند وضع الاستراتيجية العالمية بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة . أرفق لسعادتكم بطيه مذكرة العرض التي وردت للوزارة من وزارة الصحة تتضمن إجابات الأسئلة الواردة حول هذه الوثيقة . أمل الاطلاع واتخاذ اللازم .

وتقبلوا أطيب تحياتي،،،

مدير إدارة العلاقات
الاقتصادية الدولية بالنيابة

فهد بن علي الدوسري

الرقم: ٢٤/٩٦ / ٢٣٣١١ التاريخ: ١٠/٢/٢٤ هـ الموافق: ١٩ المرفقات: مطاب +

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

مذكرة عرض

(١) ماهو وضع السياسة التشريعية والتنظيمية الوطنية في مجال النظام الغذائي والنشاط البدني في بلدكم ؟ أي هل تحمل الأغذية بطاقات للتعريف بها ورموزا لتسويقها ؟ وهل تتطلب السياسات مشاركة قطاعات مختلفة .. كالصحة والتجارة والزراعة ؟ وهل تتناول السياسة الزراعية مسائل مثل الأمن الغذائي القومي والتجارة والصادرات والقضايا الزراعية البيئية ؟ هل بحث بلدكم موضوع العراقيل التي تحول دون الحصول على أغذية صحية؟

الجواب :

- بطاقات تعريف الأغذية التي تتضمنها المواصفة القياسية السعودية رقم (١) وتاريخ ١٣٩٢هـ/١٩٧٣م تتضمن وجوب ذكر المعلومات التالية على الصنف - محتوياته من العناصر الغذائية ومصدر هذه المواد (صناعي /طبيعي) ، مصدرها (نوع الحيوان) .. والمضافات الغذائية، بلد المنشأ وعنوان الصانع ، استعمالها إذا كانت للحمية ، إذا عوملت بالإشعاع ، صافي المحتويات وقائمة المكونات.
- مشكلات الغذاء والنشاط البدني مسؤولية عدة جهات حكومية وخاصة : وزارات) الزراعة - التجارة - الصحة - الشؤون البلدية والقروية - التعليم العالي - المعارف - المالية والإقتصاد (الجمارك) ووزارة الدفاع والطيران - الداخلية - المواصلات - الإعلام - والهيئة العربية السعودية للمواصفات والمقاييس - الرئاسة العامة لرعاية الشباب - الحرس الوطني - الغرفة التجارية والصناعية
- إن اعتماد المملكة سياسة التجارة الحرة يسمح بدخول كل البضائع وأنواع الأغذية المطابقة للمواصفات والمقاييس ولم يحدث أن منعت إستيراد أي أغذية حتى تلك الخاوية غذائيا مثل الأطعمة الهشة (المقرقشات ونحوها) التي تدخل ضمن الأغذية غير الصحية بالنسبة للأمراض غير السارية لكثرة محتوى الدهن والملح فيها.
- (٢) ماهي مستويات واتجاهات عوامل الاختطار والعوامل المحددة الرئيسية في مجال الأمراض المزمنة في بلدكم ؟

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

الجواب :

تشير الدراسات الوطنية إلى عوامل الاختطار التالية :

- إرتفاع مؤشر كتلة الجسم (منسب وزن الجسم كجم/ مربع الطول م²) عند البالغين كان وسطي المنسب فوق المعدل ٢٩/٢م.
- نسبة المدخنين ١٦,٥ %.
- نسبة إرتفاع ضغط الدم الإنقباضي ١٩ %.
- نسبة إرتفاع ضغط الدم الإنبساطي ٢٣ %.
- نسبة مرض السكر ٢٤,٦% (عند بعض الفئات العمرية).
- نسبة من لديهم إرتفاع كوليسترول بالدم قريب للدرجة المرضية ١٤,٧ %.
- نسبة الكوليسترول المرتفع إرتفاعا ملحوظا ٢٤,٩ %.
- إرتفاع الثلاثي الغليسيريد ٢٨ %.

كما تشير دراسات الموازنات الغذائية في الفترتين (١٩٩٠ - ١٩٩٢ م) و (١٩٩٣ - ١٩٩٥ م) إلى زيادة إستهلاك السرعات الحرارية مقارنة بنتائج المسح الوطني كما يلي:

معدل	نصيب الفرد في توازنات ١٩٩٠ - ١٩٩٢ م	نصيب الفرد في توازنات ١٩٩٢ - ١٩٩٥ م	نصيب الفرد في دراسة المسح الوطني ١٩٨٥، ١٩٩٥ م
سعر حراري باليوم	٣١٨٤	٣١٢٨	٣٠٨٢
بروتين جم/اليوم	٨١,٩	٨٠,٦	١٥٥
دهون جم/اليوم	٨٥,١	٧٨,٢	١٤٤,٥
دهون حيوانية جم/اليوم	٣١,١	٢٦,٥	٨٤,١
الحبوب ومشتقاتها جم/اليوم	٤٢٠,٥	٤٣٤	٣٦٢,٣
السكر ومستحضراته	٩٦,٤	٩٣,٥	٢٥,٣
الخضار جم/اليوم	٢٦٩,٥	٢٧٠,٢	٣٤٨,٧
الفواكه جم/اليوم	٣٢٩,٧	٣٣٠,٧	٢٨١,١
اللحوم الحمراء جم/اليوم	٣١٣,٥	١٨٩,٠	٢٣٥,٠
الأسماك جم/اليوم	١٣,١	١٣,٨	١٠,٥
البيض جم/اليوم	١٧,٧	١٨,٧	٢٨,٠

٣) هل تتناول الآليات المؤسسية الحالية في بلدكم سواء كانت جزءا من الأجهزة الحكومية أو مشتركة بينها النظام الغذائي والنشاط البدني بطريقة متسقة ومتكاملة ؟ وما هو الدور الذي تطلع به وزارة الصحة في هذه الآليات ؟ وهل تتعامل الحكومات مع الهيئات الخاصة أو المنظمات غير الحكومية أو الأوساط الأكاديمية ؟ وهل يتم التعامل هذا بصورة فعالة ويتناول النظام الغذائي والنشاط البدني معا ؟

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

الجواب :

هناك عدة جهات حكومية تتناول النظام الغذائي كجزء من مهامها نعد منها أولا :
الإدارة العامة للتغذية في وزارة الصحة ولها عدة نشاطات في المجال فهي عضو في برنامج مكافحة الأمراض غير السارية المتعلقة بالغذاء الذي تشرف عليه الوكالة العامة المساعدة للطب الوقائي وإداراتها المختلفة وشاركت الإدارة بوضع البرنامج والتدريب والبرامج الإعلامية والتوعية المتعلقة به .. كما أقامت الإدارة العامة للتغذية عدة ندوات علمية منها السمنة مرض العصر وفقير الدم الغذائي والحالة التغذوية لطلاب المدارس في المملكة وداء السكري وأصدرت عدة مطويات وكتيبات تتناول نفس المشكلة ٠٠ وتصدر نشرة علمية (التغذية والصحة) كل ثلاثة أشهر تناولت نفس مواضيع الغذاء والنظام الغذائي وأهمية النشاط البدني .. وقامت بعدة دراسات علمية بحثية عن صحة الأم وانتشار السمنة بين موظفي وزارة الصحة .. وتشارك صحة البيئة في البلديات في نشاطات عدة منها صحة الغذاء وطرق التداول به ومراقبة المطاعم والمحلات التي تتعامل بالغذاء .. وتشارك وزارة الزراعة في اصدار التوازنات الغذائية وتعمل على تخطيط توفير العناصر الغذائية والأغذية لسكان المملكة .. كما تشارك الرئاسة العامة لرعاية الشباب في عملية زيادة النشاط البدني لدى الرياضيين وطلاب المدارس بالتعاون مع وزارة المعارف .. وتقوم الإدارات الحكومية الأخرى كوزارة الدفاع والحرس الوطني ووزارة الداخلية بنشاطات مماثلة للذي تقوم به وزارة الصحة من حيث التوعية الصحية لأفرادها .. وتزعم إدارة التغذية إقامة ندوة علمية عن النظام الغذائي وإعداد دليل الإرشاد الغذائي لمواطني المملكة عندما تكتمل لها عناصر إقامة هذه الندوة.

٤) هل تتوقع أن يصطدم إكتساب الألتزام السياسي المتزايد لتنفيذ الإستراتيجيات الهادفة إلى خفض مستويات الأمراض المزمنة والسمنة بأي عقبات ، مثل عدم اعتبار واضعي السياسات للأمراض غير السارية أمرا ذا أولوية ، أو أية قيود ثقافية ؟ وماهي العقبات المحتملة الأخرى في تصوركم ؟

الجواب :

واجهت برنامج مكافحة الأمراض غير السارية المرتبطة بالغذاء والذي تنفذه وزارة الصحة بعض العقبات والتي نعد منها : عدم توفير الاعتمادات المالية للاستمرار والتوسع بالمناطق الأخرى غير منطقة القصيم التي بدأ فيها تنفيذ البرنامج ، كما كان مفترضاً الاستمرار بتدريب العاملين الصحيين على قواعد البرنامج في هذه المناطق وتوقف التدريب كذلك بسبب عدم دعم الاعتمادات المالية .. والأمر الثاني يتعلق بعدم توفر المؤهلين للتوعية الصحية .. هذا وقد تألفت لجنة لوضع منهج تعليمي خاص

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

بالبرنامج الذي يدخل في المناهج والنشاطات المدرسية لوزارة المعارف. هنالك بعض البرامج التغذوية في المناهج المدرسية وتعتبر حصة الرياضة جزء مهم في برنامج المدرسة اليومي في المدارس.

- هناك عقبات إجتماعية يمكن أن تحول دون تنفيذ البرامج الرياضية وزيادة النشاط البدني الخاص لدى السيدات لصعوبة إرتياد الأندية الرياضية ونحوها لممارسة الرياضة.

- صعوبة إدخال مبادئ البرنامج في المناهج التعليمية.

- صعوبة تنفيذ المراحل الوقائية والعلاجية في المراكز الصحية لكثرة المراجعين فيها وانشغال العاملين بالخدمات العلاجية.

٥) هل تقوم نظم الصحة والترصد في بلدكم بإسداء المشورة الكافية بشأن الوقاية ، وتنشر التقارير عن عوامل الأختطار للأصابة بالأمراض المزمنة على مختلف المستويات أي المستشفيات والعيادات ومرافق الرعاية الصحية الأولية والقطاعين الصحيين الخاص والعام ؟

الجواب :

أن برامج الترصد القائمة في المؤسسات الصحية مقتصرة حالياً على الأمراض السارية والأورام والسرطانات بشكل رئيسي وهناك برنامج ترصد الحالة الغذائية الذي تشرف عليه الإدارة العامة للتغذية عند الأطفال دون الخمس سنوات وهو قائم في ١٠ مراكز صحية في مدينة الرياض فقط .. وسيتم قريباً التوسع في ثمانية مراكز جديدة في كل من منطقة القصيم والشرقية.

ويعتمد حالياً ومن وقت إلى آخر على المسوح والدراسات التي تتم في الجامعات أو الوزارات .. للبحث عن عوامل الأختطار كتلك المذكورة في الفقرة (السؤال ٢) من هذا الخطاب.

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

التوصيات والإقتراحات

أولا . التوصيات والإقتراحات المعنية

- (١) تنفيذ دراسة وطنية شاملة يكون الهدف الرئيسي من هذه الدراسة الوطنية الإستقصاء والتركيز حول تقييم المستوى المعرفي الغذائي والرياضي والإتجاهات والممارسات الغذائية وتحديد العوامل ذات العلاقة والتعرف على أوجه القصور والممارسات الغذائية الخاطئة والإستفادة من نتائج هذه الدراسة في تخطيط وتنفيذ بعض البرامج الإرشادية والغذائية والرياضية مستقبلا لحل هذه المشاكل الصحية وبالتنسيق مع الأجهزة الإعلامية.
- (٢) تشكيل لجنة وطنية من الجهات المعنية وذات الأختصاص على سبيل المثال (وزارة الصحة ، التجارة ، رعاية الشباب ، الإعلام ، المعارف والأوقاف والشئون الدينية) لمتابعة التوصيات بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني ودعم الجهود المبذولة لرفع المستوى الثقافي والصحي حيث لا تزال هناك فجوة واسعة بين الثقافة والتعليم من جهة والثقافة الغذائية من جهة أخرى ووضع الخطط التغذوية والإعلامية التثقيفية لرفع مستوى الوعي الصحي والتغذوي في المجتمع واقترح البرامج المناسبة للحد من مشكلة السمنة ومدى معرفة وعي المجتمع بمضارها وسلوكيات والأفراد من الناحية التغذوية والرياضية والوعي الصحي.
- (٣) وضع البرامج لتقليص المشكلة الصحية للمساعدة في تغيير النمط الغذائي وذلك لتحديد العوامل البيئية والإجتماعية والأقتصادية المساندة بشكل مباشر وغير مباشر والتي أدت إلى إنتشار السمنة وبالتالي مضاعفاتها.
- (٤) التعاون والتنسيق مع البرامج الوطني لمكافحة الأمراض المزمنة غير المعدية ضمن المحاور الأساسية التالية :
 - الغذاء الصحي (الكافي والأمن) . .
 - مكافحة التدخين.
 - دعم برامج مكافحة السمنة والداء السكري والأمراض السارية الأخرى.
 - دراسة عوامل الخطورة (الاختطار)
 - تشجيع زيادة تناول الفاكهة والخضار والحبوب الكاملة.
 - تشجيع زيادة مستويات النشاط البدني والعمل على توفير أماكن ممارسة الأنشطة الرياضية في الأحياء والأماكن المخصصة لذلك وتخصيص أماكن للسيدات لممارسة هذه الأنشطة. ودعم الأنشطة الرياضية المدرسية.
 - تحول إستهلاك الدهن الحيواني إلى النباتي مع خفض إستهلاك الدهن عموما.

الرقم :
التاريخ :
المشروعات :

- تشجيع تناول الأسماك واللحوم الحمراء ومنتجات الألبان قليلة الدسم.
- خفض إستهلاك السكر البسيط.
- خفض إستهلاك الملح / شرط دعمه باليود.
- العمل على توعية المستهلكين للحد من إستهلاك الأغذية الدسمة.

ثانيا : توصيات وإقتراحات بالتعاون مع المنظمات الدولية والعالمية

- يجب أن تشمل الإستراتيجية العالمية المقترحة وضع دلائل عمل ونماذج بحثية عن الأمراض غير المعدية وعوامل الخطر المرتبطة بحدوثها لتقوم الدول بإنجازها على المستويات الوطنية.
- وضع خطط واستراتيجيات تنفيذ لمكافحة المشاكل الصحية الناجمة عن أنماط الحياة غير الصحي ، بحيث يمكن ملاءمة هذه الخطط والأستراتيجيات مع حاجات المجتمعات المختلفة.
- إعداد دلائل تدريبية لتأهيل الكوادر الصحية الوطنية في مجالات التغذية السليمة والتوعية الصحية ومكافحة الأمراض غير المعدية.
- إعداد دلائل تغذية يراعى فيها الإختلافات القائمة بين البلدان حسب الوضع الإقتصادي (دول غنية وفقيرة) وحسب توفر المواد الغذائية فيها ، والمساعدة في وضع إرشادات خاصة بالنظام الغذائي الصحي للمجتمعات المختلفة.
- وضع دلائل للمواصفات القياسية للمواد الغذائية المصنعة أو المعلبة السليمة ، وشروط عمليات الإستيراد والتصدير.
- التأكيد على دور الحكومات في تبني هذه البرامج وتوفير متطلبات نجاحها.