

لمحة سريعة عن التغذية

أمانة عقد الأمم المتحدة للعمل من أجل التغذية



عقد الأمم المتحدة

للعمل من أجل التغذية

2025-2016

إن التغذية الجيدة...

ويساعدنا تناول الأغذية المغذية والأمنة والمتنوعة
بكميات كافية كل يوم على النمو والعيش
حياة موفورة الصحة ومفعمة بالحياة والنشاط.

فتناول الطعام، لا سيما بصحبة أفراد
الأسرة والأصدقاء، متعة من متع الحياة.

...ضرورية بالنسبة إلى صحة الناس
ورفاههم، وهي تبدأ من مما نتناوله.

ويؤثر سوء التغذية في شخص من كل ثلاثة أشخاص، ويمكن أن يتمخض عن حلقة من الفقر والمشاكل الصحية،
مع ما يترتب عن ذلك من عواقب وخيمة تطال صحة الأشخاص وإنتاجيتهم ونمو البلدان وتنميتها في المجال الاقتصادي.

ما السبب الكامن وراء أهمية هذا الأمر؟

دائماً ما لا تكون الأغذية التي تضمن غمطاً
غذاً صحياً في المتناول أو متاحة بكلفة ميسورة.

غير أن الأنماط الغذائية غير الصحية تشكل عامل خطر رئيسياً
بتسبب في الإعاقة والوفاة، وهو ما يؤدي إلى تزايد تكاليف الصحة العامة.

على الصعيد العالمي

ويمكن للأنماط الغذائية الصحية المستدامة أن تقوم بما يلي:

- دعم تحقيق تنمية اقتصادية أكثر إنصافاً للجميع؛
- والحد من التدهور البيئي، مثل الأراضي
والمياه، وفقدان التنوع البيولوجي، وانبعث
غازات الدفيئة التي تقاوم تغير المناخ.

يؤثر استهلاك الأغذية والطلب عليها على أنماط الإنتاج الغذائي، مما يشكل
معالم النظم الغذائية وما تنطوي عليه من آثار بيئية واجتماعية واقتصادية.