International Journal of Education, Modern Management, Applied Science & Social Science (IJEMMASSS)
ISSN : 2581-9925, Impact Factor: 6.882, Volume 05, No. 04(II), October - December, 2023, pp. 51-58

भारत में बाल खाद्य–सुरक्षा : चुनौतियाँ एवं पोषणीयता

शुभलता यादव*

सार

विश्व में निरंतर बढ़ती आबादी खाद्य सुरक्षा के लिए प्रमुख चुनौती है। यह केवल अविकसित और विकासशील देशों की चिंता का विषय नहीं है अपितु विश्व के कई विकसित देश भी इस समस्या से जूझ रहे हैं। विश्व की आबादी का एक बड़ा हिस्सा पर्याप्त खाद्य आपूर्ति एवं गुणवत्तापूर्ण खाद्य उपलब्धता से वंचित है। महिलाएं, बालक, समाज के पिछड़े वर्ग, भूमिहीन और असंगठित क्षेत्र के कामगार लोग खाद्य सुरक्षा की दृष्टि से सर्वाधिक असुरक्षित हैं। बालकों में जन्म से ही खाद्य सुरक्षा के अभाव में कुपोषण, भुखमरी, दुर्बलता जैसी समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं जो किसी भी देश के मानव संसाधनों को अकुशलता की ओर ले जाती हैं। खाद्य पदार्थों के उत्पादन, भंडारण, परिवहन, वितरण और उपभोग के स्तर पर कुछ कमजोर कड़ियां हैं जिन्हें दुरुस्त किए बिना खाद्य सुरक्षा के लक्ष्य को प्राप्त करना नामुमकिन है। वैश्विक भूख सूचकांक–2023 में 125 देशों में से भारत 111 वें स्थान पर रहा। संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा घोषित सतत विकास लक्ष्य 'भूख की समाप्ति' वर्ष 2030 तक प्राप्त करवाना संदेहास्पद है।

शब्दकोशः *खाद्य सुरक्षा, खाद्य उपलब्धता, भुखमरी, कुपोषण, खाद्य पोषणीयता।*

प्रस्तावना

"भूख एक वैश्विक समस्या है और यह किसी एक देश या दुनिया के किसी हिस्से तक सीमित नहीं है" (एंड्रयू मोरेली, डायरेक्टर, वर्ल्ड विजन इंटरनेशनल)। हाल ही में वर्ल्ड विजन इंटरनेशनल द्वारा करवाए गए 16 देशों में सर्वेक्षण के आधार पर निष्कर्ष निकाला गया है कि न केवल निम्न आय वाले देशों में अपितु उच्च आय वाले देशों में जैसे कनाडा, आस्ट्रेलिया, ब्रिटेन में भी भुखमरी का बड़ा असर है। भुखमरी की मुख्य वजह महंगाई और जीवन यापन की बढ़ती लागत को माना गया है। पृथ्वी की वहन क्षमता संपूर्ण मानव जाति के हित के लिए पर्याप्त है। प्राणी जगत के अस्तित्व के लिए खाद्य प्राप्ति उतनी ही अपरिहार्य है जितनी की वायु और जल। महात्मा गांधी जी ने कहा था कि हवा और पानी के बिना आदमी जिंदा नहीं रह सकता, यह बात सच है। मगर जीवन को टिकाने वाली चीज तो खुराक ही है। अन्न मनुष्य का प्राण है (गांधीजी, 1948)। संयुक्त राष्ट्र द्वारा 'भूख की समाप्ति , खाद्य सुरक्षा, बेहतर पोषण एवं टिकाऊ कृषि को प्रोत्साहन' को वर्ष 2015 में दूसरा सतत विकास लक्ष्य घोषित किया गया है। साथ ही प्रत्येक राष्ट्र द्वारा वर्ष 2030 तक खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करना अपेक्षित है। वैश्विक भूख सूचकांक–2023 के अनुसार भारत का 125 देशों में से 111 वाँ स्थान रहा है जो बेहद

* सहायक आचार्य (भूगोल), ला. ब. शा. राजकीय महाविद्यालय, कोटपूतली, जयपुर, राजस्थान।

चिंताजनक है। यहां तक की भारत की स्थिति अपने निकटवर्ती एशियाई देशों से भी दयनीय है। दक्षिणी एशिया में भारत की स्थिति श्रीलंका (60वीं), नेपाल (69वीं), बांग्लादेश (81वीं) और पाकिस्तान (102वीं) से भी बदत्तर है। गत वर्ष 2022 में भारत 125 देशों में 107 वें स्थान पर था और वर्तमान में पिछले साल की तुलना में 4 पायदान नीचे खिसककर 111 वें स्थान पर आ गया है। भारत विश्व का विशाल युवा मानव संसाधन रखता है किंतु खाद्य सुरक्षा से संबंधित संवेदनशील स्थिति हमारे भावी मानव संसाधन के समक्ष प्रमुख चुनौती है।

अध्ययन के उद्देश्य

- भारत में बाल खाद्य सुरक्षा के संकेतक मानकों जैसे– बाल मृत्यु दर, नाटापन का स्तर, दुर्बलता का स्तर, अल्पपोषण, एनीमिया आदि का विश्लेषण करना।
- बाल खाद्य सुरक्षा के स्थानिक प्रारूप का अध्ययन करना।
- बाल खाद्य सुरक्षा के समक्ष उत्पन्न चुनौतियों को स्पष्ट करना।
- बाल खाद्य सुरक्षा की पोषणीयता के विचार को समझना एवं आवश्यक सुझाव प्रस्तुत करना।

शोध विधि तंत्र

यह अध्ययन द्वितीयक समंकों पर आधारित है। यह समंक यूनिसेफ, खाद्य एवं कृषि संगठन, भारत के स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–5, भारतीय खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण आदि से एकत्र किए गए हैं। साथ ही अखबार, मैगजीन, शोध आलेख, गूगल स्कॉलर एवं पुस्तकों से भी सूचना एकत्र की गई है। आंकड़ों को तालिकाओं और उपयुक्त आरेखों के माध्यम से प्रस्तुत एवं विश्लेषित किया गया है। आंकड़ों के आधार पर भारत के विभिन्न राज्यों का तुलनात्मक अध्ययन भी प्रस्तुत किया गया है।

खाद्य सुरक्षा से अभिप्राय

खाद्य सुरक्षा एक व्यापक अवधारणा है। कुछ देशों में खाद्य सुरक्षा को मौलिक अधिकारों की श्रेणी में रखा गया है। देश के प्रत्येक व्यक्ति को सम्मानपूर्वक पर्याप्त मात्रा में पोषणीय खाद्य की आपूर्ति ही खाद्य सुरक्षा है। वर्ल्ड फूड कॉन्फ्रेंस–1974 में खाद्य सुरक्षा को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर आधारिक खाद्य पदार्थों की सदैव पर्याप्त उपलब्धता एवं मूल्य स्थिरता के रूप में परिभाषित किया गया। खाद्य एवं कृषि संगठन के अनुसार सभी के लिए सदैव आवश्यक आधारिक खाद्य तक भौतिक व आर्थिक पहुँच की सुनिश्चितता ही खाद्य सुरक्षा है। विश्व खाद्य शिखर सम्मेलन – 1996 में खाद्य सुरक्षा की व्यापक व सर्वमान्य परिभाषा दी गई जिसके अनुसार, "वैयक्तिक, पारिवारिक, क्षेत्रीय, राष्ट्रीय तथा वैश्विक स्तर पर खाद्य सुरक्षा का अस्तित्व तभी है, जब सक्रिय और स्वस्थ जीवन व्यतीत करने के लिए आहार संबंधी जरूरतों और खाद्य पदार्थों को पूरा करने हेतु पर्याप्त सुरक्षित एवं पौष्टिक खाद्य तक सभी लोगों की भौतिक एवं आर्थिक पहुँच सदैव हो।" खाद्य उपलब्धता, खाद्य तक पहुँच, खाद्य उपयोगिता एवं खाद्य स्थिरता खाद्य सुरक्षा के चार प्रमुख आयाम है। खाद्य उपलब्धता से अभिप्राय है कि किसी भी देश में खाद्य पदार्थों के उत्पादन, उनके आयात एवं बफर स्टॉक के माध्यम से खाद्य की उपलब्धता पर्याप्त मात्रा में सदैव बनी रहे। खाद्य तक पहुँच का अभिप्राय है कि प्रत्येक व्यक्ति की खाद्य पदार्थों की प्राप्ति तक भौतिक एवं आर्थिक पहुँच सुनिश्चित रहे। खाद्य उपयोगिता का तात्पर्य है कि प्राप्त एवं संतुलित खाद्य के साथ–साथ स्वच्छता, स्वास्थ्य और स्वच्छ जलापूर्ति भी उपस्थित हो ताकि खाद्य की उपयोगिता बनी रहे। खाद्य की स्थिरता खतरे की स्थिति में पर्याप्त मात्रा में स्वीकार्य गुणवत्ता की खाद्य की आपूर्ति है। सामान्यतः खाद्य की उपलब्धता और खाद्य तक प्रत्येक व्यक्ति की पहुँच ही संभव नहीं हो पा रही है। वैश्विक भूख सूचकांक की गणना चार आधारों पर की जाती है – अल्पपोषण, 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में नाटापन, 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में दुर्बलता एवं बाल मृत्यु दर प्रमुख मानक हैं। हालांकि विश्व के कुछ देश इन मानकों के आधार पर तैयार वैश्विक भूख सूचकांक का विरोध करते हैं जिनमें भारत भी शामिल है। इन देशों का तर्क है कि यह चारों आधार किसी भी देश की संपूर्ण जनसंख्या का प्रतिनिधित्व नहीं करते हैं।

भारत में वैश्विक भूख सूचकांक की प्रवृत्ति एवं बाल खाद्य सुरक्षा की स्थिति

भारत के संविधान में नीति निर्देशक तत्वों के तहत अनुच्छेद – 47 में राज्यों को पौष्टिक आहार की उपलब्धता सुनिश्चित करने का नैतिक दायित्व सौंपा गया है। भारत एक कृषि प्रधान देश है किंतु इसके बावजूद वैश्विक भूख सूचकांक की दृष्टि से विश्व स्तर पर भारत की स्थिति दयनीय एवं चिंताजनक है। यूनिसेफ की रिपोर्ट के अनुसार भारत के लगभग 40 प्रतिशत खाद्यान्न की बर्बादी हो जाती है। इसी रिपोर्ट के अनुसार भारत में शहरी क्षेत्र की तुलना में ग्रामीण क्षेत्रों बच्चों में बाल मृत्यु दर भी अधिक है। देश के 38.4 प्रतिशत बच्चे उच्च श्रेणी के कुपोषण का शिकार हैं जिनमें लड़कियों की स्थिति और भी अधिक संवेदनशील है। वर्ष 2023 में 125 देशों में से भारत वैश्विक भूख सूचकांक की दृष्टि से 111वें स्थान पर रहा। वैश्विक भूख सूचकांक स्कोर 28.7 के साथ भारत 'गंभीर श्रेणी' में शामिल होता है। तालिका–1 के अनुसार वर्ष 2000 से लेकर 2023 तक यद्यपि भारत के वैश्विक भूख सूचकांक में सुधार हुआ है। भारत 'चिंताजनक श्रेणी' से निकलकर 'गंभीर श्रेणी' में आ गया है किंतु गंभीरता की स्थिति अभी भी बनी हुई है।

तालिका–1

भारत में वैश्विक भूख सूचकांक की प्रवृत्ति	
वर्ष	**वैश्विक भूख सूचकांक**
2000	38.4
2008	35.5
2015	29.2
2023	28.7

Source- https://www.globalhungerindex.org

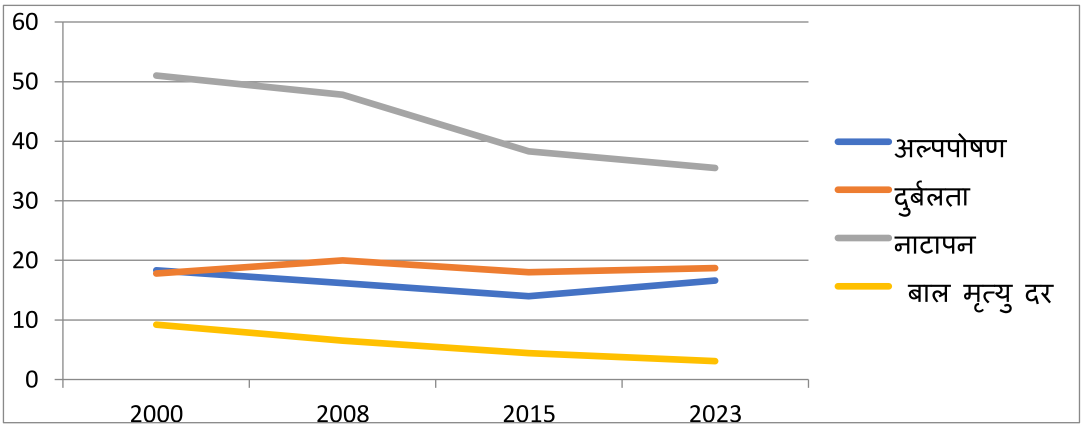
तालिका–2

भारत में वैश्विक भूख सूचकांक के मानकों की प्रवृत्ति				
वर्ष	**अल्पपोषण (प्रतिशत में)**	**5 वर्ष से कम आयु बालकों में दुर्बलता (प्रतिशत में)**	**5 वर्ष से कम आयु बालकों में नाटापन (प्रतिशत में)**	**5 वर्ष से कम आयु बालकों में बाल मृत्युदर (प्रतिशत में)**
2000	18.3	17.8	51.0	9.2
2008	16.2	20.0	47.8	6.5
2015	14.0	18.0	38.3	4.4
2023	16.6	18.7	35.5	3.1

Source- https://www.globalhungerindex.org

तालिका– 2 के अनुसार भारत में अल्पपोषण का प्रतिशत 16.6 है और यह 'मध्यम श्रेणी' में आता है। वर्ष 2015 से 2023 में अल्पपोषण के प्रतिशत में वृद्धि की प्रवृत्ति रही है। बाल मृत्यु दर की दृष्टि से भारत की स्थिति काफी ठीक है। वर्ष 2000 में बाल मृत्यु दर 9.2 प्रतिशत रही जो वर्ष 2023 घटकर 3.1 प्रतिशत रह गई। इस दृष्टि से भारत की स्थिति 'निम्न श्रेणी' में आती है। बाल मृत्यु दर में वर्ष 2000 से 2023 तक लगातार घटने की प्रवृत्ति रही है । भारत में 5 वर्ष से कम आयु बालकों में दुर्बलता और नाटापन के स्कोर काफी ऊँचे हैं। वर्ष 2023 में दुर्बलता का स्कोर 18.7 प्रतिशत रहा जो 'मध्यम श्रेणी' में है, किंतु यह स्कोर अभी भी उच्च श्रेणी की ओर झुका हुआ है। वर्ष 2015 से 2023 में दुर्बलता के प्रतिशत में वृद्धि की प्रवृत्ति रही है। यह 18.7 प्रतिशत बच्चे अपनी आयु और लंबाई के हिसाब से अधिक पतले पाए गए। यह विश्व में सर्वाधिक है। भारत में लगभग 33 लाख बच्चे कुपोषण का शिकार है जिसमें से 17 लाख से भी अधिक अति गंभीर स्थिति में हैं। इनमें महाराष्ट्र, बिहार, गुजरात, आंध्रप्रदेश, उड़ीसा, उत्तरप्रदेश, कर्नाटक, तमिलनाडु, असम, तेलंगाना, आदि राज्यों में कुपोषण से पीड़ित बच्चों की संख्या अत्यधिक है। देश में 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में नाटापन की स्थिति 'उच्च श्रेणी' की बनी हुई है। देश में नाटापन का प्रतिशत अभी भी 35.5 प्रतिशत है। यह बच्चे अपने आयु के हिसाब से ठिगने हैं। यह हमारी आने वाली नस्लों में अवनयन का प्रतीक है।

भारत में वैश्विक भूख सूचकांक के मानकों की तुलनात्मक प्रवृत्ति (प्रतिशत में)



अतः स्पष्ट है कि हमारे देश में बाल खाद्य सुरक्षा की स्थिति उत्तम नहीं है। किंतु अभी भी देश के 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में दुर्बलता व नाटापन की समस्या जस की तस बनी हुई है जो हमारे भावी मानव संसाधन की कुशलता पर चोट है। अतः स्पष्ट है कि भारत में भुखमरी और कुपोषण को लेकर हमारी सरकारों द्वारा ना तो चिंता की गई और ना ही इस दिशा में गंभीर प्रयास किए गए।

बाल खाद्य सुरक्षा का स्थानिक प्रारूप

राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण– 5 (2019–21) द्वारा प्रस्तुत आंकड़ों के आधार पर भारत में बाल खाद्य सुरक्षा के स्थानिक प्रारूप का विश्लेषण किया जा सकता है। इस सर्वेक्षण के अनुसार भारत में 5 से कम आयु के बालकों में मृत्यु दर 42 प्रति हजार जीवित जन्म पर रही। उत्तरप्रदेश, बिहार, छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश, उत्तराखंड और त्रिपुरा राज्यों में बाल मृत्यु दर देश के औसत से भी अधिक रही। उड़ीसा, मेघालय, असम, हरियाणा, गुजरात, आंध्रप्रदेश, नागालैंड, पंजाब, दिल्ली, मणिपुर, कर्नाटक आदि राज्यों में भी बाल मृत्यु दर 30 प्रति हजार जीवित जन्म रही। इसके विपरीत पुडुचेरी, केरल, गोवा, सिक्किम, जम्मू कश्मीर, अरुणाचल प्रदेश, चंडीगढ़ और तमिलनाडु राज्यों में बाल मृत्यु दर काफी कम रही। इस प्रकार बाल मृत्यु दर मध्य भारत, पूर्वी भारत तथा उत्तरी– पूर्वी भारत में अधिक रही है। ग्रामीण क्षेत्रों में यह 46 प्रति हजार जीवित जन्म तथा शहरी क्षेत्र में 32 प्रति हजार जीवित जन्म रही। अनुसूचित जनजाति में 50 प्रति हजार जीवित जन्म, अनुसूचित जाति में 49 प्रति हजार जीवित जन्म और अन्य पिछड़ा वर्ग में 41 प्रति हजार जीवित जन्म बाल मृत्यु दर का प्रतिशत सर्वाधिक रहा।

भारत में राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–5 (2019–21) के अनुसार में 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में दुर्बलता का प्रतिशत 19.3 रहा जो राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–4 (2015–16) में 21 प्रतिशत था। शहरी क्षेत्रों में दुर्बलता का प्रतिशत 18.5 एवं ग्रामीण क्षेत्रों में 19.5 रहा। इनमें से कुल 7.7 प्रतिशत बच्चे अति दुर्बलता से पीड़ित हैं। सर्वेक्षण के अनुसार भारत में कुल 32 प्रतिशत बच्चे अल्प–भार से तथा 3 प्रतिशत बच्चे अति–भार से ग्रस्त हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में अल्प–भार और शहरी क्षेत्र में अति–भार की समस्या अधिक पाई गई है।

इसी प्रकार देश में 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में नाटापन की समस्या बड़े पैमाने पर व्याप्त है। राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–5 (2019–21) के अनुसार देश में कुल 36 प्रतिशत बालक अपनी आयु के हिसाब से कम लंबाई के हैं। शहरी क्षेत्र में 30 प्रतिशत बच्चे और ग्रामीण क्षेत्रों में 37 प्रतिशत बच्चे नाटापन से ग्रस्त हैं। देश में मेघालय, बिहार, उत्तरप्रदेश, झारखंड में नाटापन की समस्या सर्वाधिक है। इसके अलावा गुजरात, मध्यप्रदेश, कर्नाटक, असम और महाराष्ट्र राज्य भी इससे ग्रस्त हैं। पुडुचेरी, सिक्किम, मणिपुर, केरल और पंजाब में नाटापन का प्रतिशत कम है।

राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–5 (2019–21) के अनुसार 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में 67 प्रतिशत बालक एनीमिया से ग्रसित हैं जो राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–4 में 59 प्रतिशत था। शहरी क्षेत्र में एनीमिया का प्रतिशत 64.2 है जबकि ग्रामीण क्षेत्रों में यह 68.3 प्रतिशत है। गुजरात, मध्यप्रदेश, राजस्थान, पंजाब, लद्दाख, दादरा नगर हवेली, जम्मू कश्मीर एनीमिया से सर्वाधिक प्रभावित राज्य हैं। जबकि केरल, नागालैंड, मणिपुर, अंडमान निकोबार दीप समूह में एनीमिया से प्रभावित बालकों की संख्या कम है।

अतः स्पष्ट है कि राष्ट्रीय स्वास्थ्य सर्वेक्षण –5 (2019–21) के अनुसार भारत का ऐसा कोई भी राज्य नहीं है जहाँ 5 वर्ष से कम आयु के बालकों में बौनापन , दुर्बलता और बाल मृत्यु दर से सुरक्षित हों। सभी राज्यों में अल्पपोषण, कुपोषण, भुखमरी व्याप्त है। गुजरात और पंजाब जैसे संपन्न राज्यों के बालक भी भूख से सुरक्षित नहीं हैं। दक्षिणी भारत के राज्यों की स्थिति उत्तरी राज्यों की तुलना में बेहतर है। शहरी क्षेत्रों की तुलना में ग्रामीण क्षेत्रों में बालकों में अल्पपोषण व कुपोषण की समस्या अधिक है। इनमें भी लड़कियों की स्थिति अधिक दयनीय है। अनुसूचित जनजाति, अनुसूचित जाति और अन्य पिछड़ा वर्ग इस समस्या के प्रति अधिक संवेदनशील हैं। अतः स्पष्ट है कि हमारे देश में बाल खाद्य सुरक्षा की स्थिति उत्तम नहीं है।

बाल खाद्य सुरक्षा की चुनौतियाँ

भारत में खाद्य पदार्थों की विभिन्नता व्यापक है किन्तु पोषण की दृष्टि से बालकों में संवेदनशील स्थिति है। ऐसे अनेक कारण हैं जिनके फलस्वरुप बालकों में पोषण की स्थिति अत्यंत बिगड़ चुकी है। संतुलित भोजन दूर की बात है भरपेट भोजन तक नसीब नहीं हो पता है। इसके पीछे प्रमुख कारण निम्नलिखित हैं –

- **पर्याप्त मात्रा में भोजन की उपलब्धता नहीं होना –** देश में कृषि विशेषकर अनाज उत्पादन में कमी, कृषि उत्पादकता में कमी, भूमि उपयोग प्रारूप में परिवर्तन, जलवायु परिवर्तन आदि अनेक कारणों से खाद्य पदार्थों की उपलब्धता में कमी आई है। ऐसे में देश के गरीब और पिछड़े तबके के बालकों तक पर्याप्त मात्रा में खाद्य पदार्थों की आपूर्ति हो ही नहीं पाती है।
- **पौष्टिक आहार का अभाव होना –** पर्याप्त पोषण के लिए संतुलित भोजन और पर्याप्त कैलोरी की मात्रा पहुंचना आवश्यक है। भारत जैसे एशियाई देशों में कैलोरी उपभोग और प्रोटीन का स्तर अत्यंत निम्न है जिसके कारण बालकों में पोषण की कमी है।
- **खाद्य पदार्थों में विविधता का अभाव –** भारत में अधिकांश जनसंख्या मध्यम और निम्न आय वर्ग की है। अतः भोजन की थाली में खाद्य पदार्थों की विविधता देखने को नहीं मिलती। पौष्टिक आहार के लिए आवश्यक सभी तत्वों जैसे – कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, खनिज पर्याप्त मात्रा में प्राप्त नहीं हो पाते हैं। भोजन में दलहन, मोटा अनाज, मांस – मछली और दूध उत्पादों का अभाव रहता है।
- **दोषपूर्ण भोजन शैली –** वर्तमान में बालकों में दोषपूर्ण भोजन शैली पाई जाती है। इनमें पैकेजिंग फूड, फास्ट फूड, बेकरी उत्पाद आदि की बचपन से ही लत लग जाती है। मध्यम वर्ग और उच्च वर्ग के बच्चों में चाहे वे ग्रामीण हों या शहरी इस लत से बुरी तरह से प्रभावित है। समय पर भोजन न करना व मनमर्जी से भोजन करना अल्पपोषण या अतिपोषण को बढ़ावा देता है।
- **लैंगिक भेदभाव –** भारतीय समाज में लड़कियों में कुपोषण की अधिकता व्याप्त है। जन्म से ही लड़के और लड़की का भेदभाव शुरू हो जाता है। सामाजिक परंपराओं और दबाव के चलते लड़कियों को दोयम दर्जे पर रखा जाता है।
- **महिला स्वास्थ्य की अनदेखी –** भारतीय समाज में महिलाओं का स्वास्थ्य अच्छा नहीं है। राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण–5 के अनुसार भारत के लगभग 57 प्रतिशत महिलाएं एनीमिया से पीड़ित हैं। अतः ऐसी महिलाओं से जन्मे बच्चे अल्पपोषण और कुपोषण से प्रभावित होते हैं।

- **बालकों में रुग्णता –** अपर्याप्त और पौष्टिक आहार के अभाव में बालकों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है जिससे वह बार–बार बीमार पड़ते हैं और उनका पर्याप्त शारीरिक विकास नहीं हो पाता है।
- **ज्ञान का अभाव –** सामान्यतया देखा जाता है कि माता–पिता को बालकों के संतुलित विकास के लिए जो पौष्टिक आहार आयु के हिसाब से देना चाहिए, उन्हें उनका पूरा ज्ञान ही नहीं होता है। पर्याप्त जानकारी और जागरूकता के अभाव में बालकों को दैनिक आहार में पर्याप्त पोषण नहीं मिल पाता है।
- **स्वच्छता का अभाव –** बालकों के आसपास साफ सफाई न होने से वह बार–बार बीमार पड़ते हैं जिससे उनमें अस्वस्थता बढ़ जाती है और वह कमजोर हो जाते हैं।
- **स्वच्छ पेयजल आपूर्ति का अभाव –** भारत में अधिकांश बच्चे जलजनित रोगों से संक्रमित रहते हैं। दूषित जल के सेवन से डायरिया और हैजा जैसी बीमारियां बालकों में आम हैं। डायरिया से हर साल हजारों मौतें होती हैं।
- **सरकारी उदासीनता –** भारत सरकार और राज्य सरकारों द्वारा बालकों में पोषण के लिए विभिन्न प्रकार की लाभकारी योजनाएं संचालित की जा रही हैं जैसे– मिड–डे–मील, आंगनवाड़ी , एकीकृत बाल विकास सेवाएं आदि। किंतु इन योजनाओं की क्रियान्विति में देरी, भ्रष्टाचार, कार्यकर्ताओं द्वारा केवल आंकड़ा पूर्ति, मॉनिटरिंग के अभाव में इन योजनाओं का लाभ बालकों तक सही रूप में पहुंच ही नहीं पाता है।
- **खाद्य पदार्थों में मिलावट –** बढ़ती जनसंख्या और खाद्य पदार्थों के उत्पादन में कमी के कारण मांग और पूर्ति का बजट असंतुलित हो रहा है। साथ ही अधिक लाभ के लालच में उत्पादकों द्वारा खाद्य पदार्थों में बड़े पैमाने पर मिलावट की जा रही है। भारतीय खाद्य सुरक्षा व मानक प्राधिकरण के अनुसार दुग्ध एवं दुग्ध उत्पादों में मिलावट का स्तर सबसे अधिक 68 प्रतिशत तक पाया गया है। इन मिलावटी खाद्य पदार्थों के सेवन से न केवल बालकों के अपितु सभी लोगों के स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ हो रहा है।
- **खाद्य पदार्थों की ऊँची कीमत होना –** वर्तमान में महंगाई का स्तर तेजी से बढ़ता जा रहा है। ऊंची कीमत पर खाद्य पदार्थों विशेषकर फल– सब्जी एवं दूध व दूध उत्पादों को खरीदना सभी आय वर्ग के लोगों के लिए संभव नहीं है। ऐसे में मध्यम और निम्न आय वर्ग के परिवारों को अपने भोजन सामग्री में कटौती और गुणवत्ता से समझौता करना पड़ता है। परिणामस्वरूप इसका सीधा प्रभाव बालकों के स्वास्थ्य पर भी पड़ता है।

बाल खाद्य सुरक्षा की पोषणीयता पर विचार

किसी भी देश में बाल वर्ग जितना अधिक स्वस्थ एवं हष्ट–पुष्ट होगा देश की संपन्नता उतनी ही अधिक बढ़ेगी। खाद्य असुरक्षा के कारण मरासमस, क्वाशियारकोर, जीरोफथालमिया, एनीमिया, रिकेट्स, गोयरे आदि रोगों से पीड़ित बालकों की संख्या निरंतर बढ़ती जा रही है। अतः जरूरी है कि प्रत्येक व्यक्ति के लिए भोजन के अधिकार को सुनिश्चित किया जावे। बाल खाद्य सुरक्षा की पोषणीयता से तात्पर्य है कि सभी बालकों को बिना किसी भेदभाव के पर्याप्त एवं पौष्टिक आहार की उपलब्धता प्रत्येक परिस्थिति में सुनिश्चित हो। साथ ही उन्हें अच्छा स्वास्थ्य मिले। इसके अलावा स्वच्छ वातावरण और स्वच्छ पेयजल आपूर्ति भी सुनिश्चित हो। इसके लिए भारत सरकार और राज्य सरकारों द्वारा कुछ विशेष प्रावधान किए जाने की आवश्यकता है।

सर्वप्रथम सरकारों द्वारा जो भी खाद्य सुरक्षा से संबंधित योजनाएं संचालित की जा रही हैं वे केवल फाइलों और आंकड़ों तक ही सीमित नहीं रहनी चाहिए। धरातल पर उनकी क्रियान्विति और प्रभावी मॉनिटरिंग की व्यवस्था होनी चाहिए। बालकों के लिए भेजी गई खाद्य सामग्री का वितरण संस्थाओं द्वारा दुरुपयोग न हो और सही समय पर पूर्ण रूप से उनका वितरण होना चाहिए। खाद्य पदार्थों की बढ़ती कीमतों पर भी सरकारों को लगाम लगाना चाहिए। कृषि क्षेत्र अर्थव्यवस्था का इंसेंटिव सेक्टर है जिसे राहत पैकेज दिए जाने की आवश्यकता है। भारत में मोटे अनाज और दलहन उत्पादन पर विशेष जोर दिया जाना चाहिए ताकि आम आदमी

की थाली में ग्लूटेन फ्री, आयरनयुक्त और प्रोटीनयुक्त भोजन उपलब्ध करवाया जा सके। साथ ही चुनिंदा किस्मों पर निर्भरता कम की जानी चाहिए ताकि आयरिश पोटैटो अकाल जैसी समस्याओं का सामना न करना पड़े। खाद्य पदार्थों की बर्बादी को रोकने के पुख्ता इंतजाम होने चाहिए। भारत में विवाह समारोह, उत्सवों एवं सार्वजनिक समारोह में खाद्य पदार्थों की बर्बादी सबसे अधिक होती है, अतः इस संबंध में आवश्यक नियम कानून बनाए जाने चाहिए और दंड का प्रावधान निश्चित किया जाना चाहिए ताकि समाज के निम्नतम छोर पर बैठे प्रत्येक बालक तक खाद्य की उपलब्धता सुनिश्चित हो सके।

यदि कुपोषित रह जाने के कारणों की समय रहते पहचान कर ली जाए तथा यथायोग्य कदम उठाकर बचाव किया जाए तो काफी हद तक इस समस्या से निजात पाया जा सकता है। परिवार के सभी लोगों को संतुलित आहार की आवश्यक जानकारी होना जरूरी है ताकि उनकी आय में से आहार के लिए निश्चित खर्च का सदुपयोग हो सके। माताओं के स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखा जाना चाहिए। वे अधिकतर घर में बचे हुए आहार का ही सेवन करके संतुष्ट हो जाती हैं, उनके लिए अपना परिवार प्राथमिकता होती है। अतः ऐसे में समस्त परिवार का दायित्व है कि उनके द्वारा बचे हुए आहार के सेवन की आदत को बदलें और जैसे वह पूरे परिवार का ध्यान रखती हैं वैसे ही उनके आहार का भी ध्यान रखें। महंगे खाद्य पदार्थों में ही पर्याप्त पोषक तत्व होते हैं, ऐसा नहीं है। मौसमी फल सब्जियों का अधिक से अधिक सेवन किया जाना जरूरी है। वे कम लागत वाली होती हैं और साथ ही पोषक तत्वों से भरपूर होती हैं।

बालकों की भोजन शैली पर उचित निगरानी अत्यंत आवश्यक है। कम या अधिक भोजन करने से, बार–बार भोजन करने से, एक ही प्रकार के भोजन की अधिकता, डिब्बा बंद व पैकेट बंद खाद्य सामग्री के अधिक सेवन से कुपोषण और मोटापे जैसे शारीरिक विकारों को बढ़ावा मिलता है। अतः घर के बड़े सदस्यों की जिम्मेदारी है कि उनके भोजन शैली को नियंत्रित व मॉनिटर किया जाए। मुख्य पोषक तत्व जैसे कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और वसा के साथ–साथ सूक्ष्म पोषक तत्व जैसे– विटामिन्स, मिनरल्स पर भी ध्यान दिया जाना आवश्यक है। उनकी जानकारी के अभाव में पौष्टिक और संतुलित आहार अपूर्ण है। सभी लोगों को अपने आसपास साफ सफाई का विशेष ध्यान रखना चाहिए ताकि छोटे बालक बीमार ने पड़े। साफ सफाई केवल सरकारों का जिम्मा नहीं है अपितु प्रत्येक नागरिक का कर्तव्य है। बालकों के बार–बार बीमार न पड़ने से उनकी रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि होगी और स्वस्थ रहेंगे। इससे उनका शारीरिक और मानसिक विकास भी पर्याप्त होगा। भुखमरी, कुपोषण और पौष्टिक व पर्याप्त खुराक के अभाव में बालकों में उत्पन्न रोगों के उपचार और इन समस्याओं को दूर करने का एक ही उपाय है की कृषि उत्पादन में वृद्धि की जाए और बढ़ती हुई जनसंख्या दर में कमी लाई जाए। संपन्न परिवारों के लोगों को चाहिए कि वे अधिक उपभोग की प्रवृत्ति को त्याग कर निर्धन और निम्न आय वर्ग के लोगों के लिए भोज्य पदार्थों की बचत करें। साथ ही विवाह समारोह और अन्य उत्सवों पर खाद्य पदार्थों की बर्बादी को स्वयं नियंत्रित करें।

निष्कर्ष

बालकों के स्वास्थ्य की नींव पर्याप्त मात्रा में पौष्टिक आहार की उपलब्धता है। भुखमरी और कुपोषण के कारण बाल स्वास्थ्य का पैरामीटर निरंतर नीचे गिरता जा रहा है। अतः समय रहते हैं बालकों के लिए खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित किया जाना अत्यंत आवश्यक है। देश के किसी भी व्यक्ति को संसाधनों की बर्बादी करने का अधिकार नहीं है। यदि उपलब्ध संसाधनों का सदुपयोग किया जाए तो खाद्य सुरक्षा के संकट का सामना किया जा सकता है। कृषि उत्पादन बढ़ाने के साथ–साथ सभी लोगों की आय भी बढ़नी आवश्यक है ताकि प्रत्येक व्यक्ति संतुलित और पौष्टिक आहार की पूर्ण प्राप्ति कर सके। हमारे देश के लगभग सभी राज्यों की बाल खाद्य सुरक्षा की कमोबेश एक जैसी स्थिति है। अतः इस समस्या का समाधान यदि मिलजुल कर किया जाए तो और भी बेहतर होगा। केंद्र से लेकर ग्रासरूट लेवल तक प्रशासन के मध्य समन्वय अत्यंत आवश्यक है ताकि योजनाओं को प्रभावित तरीके से क्रियान्वित किया जा सके। बालक देश का भविष्य हैं और देश के विकास एवं उन्नति का आधार हैं।

संदर्भ–ग्रंथ सूची

1. अनवर, एम. ए., राणा, आर. के., एवं नारायण, पी. (2015). भारतीय खाद्य सुरक्षा की वर्तमान स्थिति. *खेती* (खंड 2, पृ. 3–7). भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद.
2. एक महिने में 16 देशों के 21 : माता–पिता के बच्चे रह गए भूखे. (2023, अक्टूबर 13). *राजस्थान पत्रिका*, पृ. 6.
3. बनर्जी, एस. (2005, दिसंबर). महिला कुपोषण : एक राष्ट्रीय समस्या. *कुरुक्षेत्र*, 51(2), 36–38.
4. गाँधीजी. (1948). *आरोग्य की कुंजी*. नवजीवन प्रकाशन मंदिर.
5. हुसैन, एम. (2003). *कृषि भूगोल*. रावत पब्लिकेशन्स.
6. मौर्य, ललित. (2023, अक्टूबर 13). *ग्लोबल हंगर इंडेक्स 2023 : 125 देशों में 111 वें स्थान पर भारत, कुपोषण की बेहद गंभीर है स्थिति*. डाउनटुअर्थ.
7. FSSAI. *Annual Report*. (2019-20). Ministry of Health & Family Welfare, GOI.
8. Ministry of Health & Family Welfare , GOI. (2022, March). *NFHS*-5(2019-21).
9. https://www.downtoearth.org.in/hindistory/food/food-security/amp/global-hunger-index-2023-india-ranked-111-of-125-countries-92278
10. https://www.globalhungerindex.org

❖◆❖