

قریب به بیست سال است که اول ماه ژوئن میلادی مصادف با ۱۲ خرداد به پیشنهاد سازمان جهانی خواربار (FAO) و با اعلام سازمان ملل متحد به عنوان روز جهانی شیر جشن گرفته می شود. جشن روز جهانی شیر در سال ۲۰۲۰ در حالی برگزار خواهد شد که ایران برای اولین بار به بسیج جهانی شیر پیوسته است. شیوع ویروس کرونا و فقدان فرصت مناسب برای بزرگداشت این روز در سطح مورد انتظار و اجرای برنامه ها و رویدادهای فیزیکی و حضوری ناشی از محدودیت های ناشی از فاصله گذاری اجتماعی، دفتر بهبود تغذیه وزارت بهداشت را بر آن داشت تا این روز را در فضای مجازی با گسترش فرهنگ مصرف شیر و محصولات شیری همچون ماست، کشک کم نمک، پنیر و دوغ کم نمک و دعوت از خانواده های ایرانی برای حضور در این جشن، گرامی بدارد.

شعار ایران در این بسیج آموزشی، «شیر سالم بنوش؛ با کرونا بجنگ» می باشد.

مصرف این محصول مغذی بعنوان یک غذای کامل در همه گروههای سنی بویژه کودکان و نوجوانان، مادران باردار و سالمندان و همچنین بیماران مبتلا به دیابت، فشار خون بالا و سرطان توصیه می شود.

متأسفانه سرانه مصرف شیر طی سالهای گذشته بععل مختلف کاهش یافته و از استانداردهای جهانی بیش از پیش فاصله گرفته است و همین امر می تواند زمینه ساز شیوع بیماریهایی همچون فشار خون بالا، سرطان، پوکی استخوان و حتی شکستگی های متعدد استخوانی شود. همچنین کاهش مصرف شیر در جامعه می تواند منجر به کوتاهی قد نسل جدید نیز شود.

امید می رود جامعه ایرانی با مصرف شیر و انواع محصولات لبنی به میزان لازم و کافی، سلامت خود را با تقویت سیستم ایمنی بدن در پیشگیری و مقابله با ویروس کرونا تضمین نمایند.

واحد تغذیه شبکه بهداشت و درمان فومن