6 OCTOBER

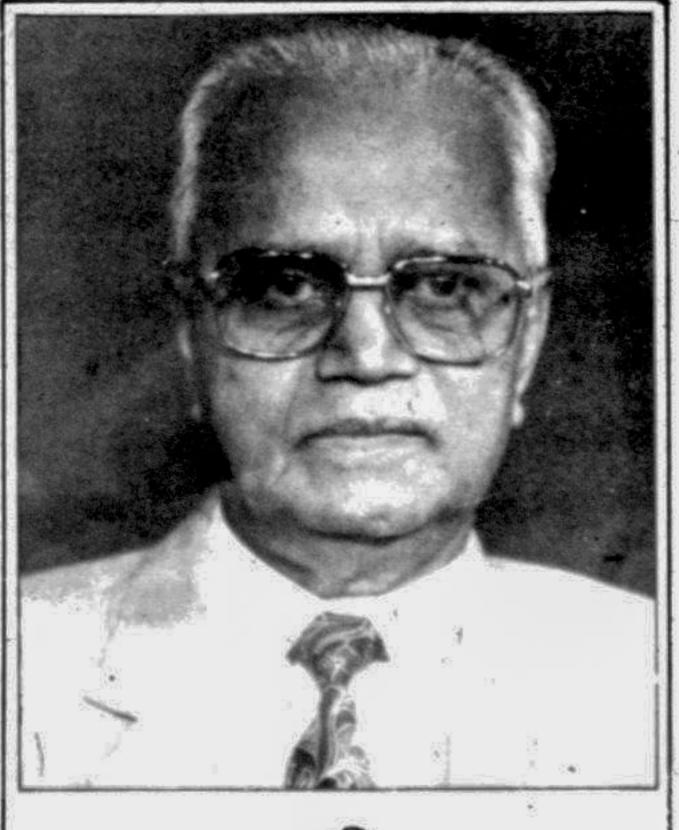
The Daily Star

Special Supplement

October 16, 1993

Harvesting Nature's Diversity

- Dr. Abdur Rahim Director (Nutrition), BARC



বাণী

আজ ১৬ ই অক্টোবর বিশ্ব খাদ্য দিবস। জাতিসংখের খাদ্য ও কৃষি সংস্থার প্রতিষ্ঠা বার্ষিকীতে বিশ্বের একশত পঞ্চাশটিরও বেশী দেশে পালিত হচ্ছে এই দিবস। ক্থা ও দারিদ্র দ্রীকরণে সকলের জন্য খাদা এই অতি প্রয়োজনীয় বিষয়ের নিরাপত্তা ও নিক্ষয়তা বিধানে সচেতনতা বৃদ্ধি করা এই দিবস পালনের 'মূল লক্ষ্য'। বাংলাদেশে এই দিবস পালন তাই অতাক তাৎপর্যমন্তিত

এ বছরের বিশ্ব খাদ্য দিবসের মূল প্রতিপাদ্য বিষয় মানব কল্যাণে প্রকৃতির বৈচিত্র্যময় সমাহার। এই সুদর বিশ্বে মানুষের আহারযোগ্য বহু প্রজ্ঞাতির উদ্ভিদ ও প্রাণীক্ষ সম্পদ রয়েছে। কিন্তু তারমধ্যে বর্তমানে আমরা একশত পহত্রিশটি উদ্ভিদ ও সীমিত সংখ্যক প্রাণীক্ষ সম্পদ আমাদের প্রচলিত খাদ্য তালিকায় স্থান দিয়ে আসছি। সমসামন্থিক বিশ্বে প্রায় প্রতিটি সমাজে ক্রমবর্গমান জনসংখ্যার চাপ বৃদ্ধি পেয়ে চলেছে। সেই প্রেক্তিতে খাদ্য হিসাবে পৃষ্টিমান সমৃদ্ধ অপ্রচলিত বিভিন্ন উদ্ভিদ ও জীবসম্পদ নির্বাচন, আহরণ এবং উৎপাদনের উপর এবারের প্রতিপাদ্যে অধিকতর গুরুত্বারোপ করা হয়েছে। এই গুরুত্ব অনুধাবন করে আমাদেরকে খাদ্যভ্যাস পরিবর্তন করতে সচেষ্ট হতে হবে।

আমাদের পল্লী এলাকায় বিপুল পরিমাণে অপ্রচলিত উদ্ভিদ ও প্রাণীক্ষ সম্পদ রয়েছে। এসকল অপ্রচলিত সম্পদ থেকে আহারযোগ্য উদ্ভিদ এবং প্রাণীজ সম্পদ নির্বাচন করে দেশজ পৃষ্টির তালিকা বৃদ্ধি করা সম্ভব। আমি আশা করি আঘাদের কৃষি ও পৃষ্টি বিজ্ঞানীখন এ বিষয়ে অগ্রনী ভূমিকা পালন করবেন। আঘাদেরকে বর্তমান সীমিত সংব্যক বাদ্যশস্য ও প্রাশীক্ষ সম্পদের উপর অবশ্যই চাপ কথাতে হবে। একই সঙ্গে পৃষ্টি সমৃদ্ধ বাদ্য আহরনের ক্ষেত্র সুবিস্তুত করতে হবে।

আমি বিশ্ব খাদ্য দিবসের সার্বিক সাফল্য কামনা করি।

আবদুর রহমান বিশ্বাস গণপ্রজাতপ্রী বালোদেশ



বাণী

খাদ্য যানুষের অন্যতম প্রধান মানবিক চার্তিদা এবং অধিকার। আমাদের প্রকতি এক বিশাল খাদ্য সম্পদের ভাষার। ঐ ভাষারের সীমিত সংস্থাক উছিদ ও প্রাণীক্ত সম্পদ আমরা আহরণ ও উৎপাদন করে খাদ্য চারিদা মেটানোর চেষ্টা করছি তাই বিশ্বধাদা দিবস ১৩-এর প্রতিপাদ্য বিষয় হিসেবে 'ঘানব কল্যাণে প্রকৃতির

উদ্ভিদসম্পদের বছমুখী উৎপাদন ও ব্যবহারের দিক নির্দেশনা দেয়া क्टबरक्र ।

আমাদের পৃথিবীতে অসংখ্য প্রজাতির উদ্ভিদসম্পদ রয়েছে যা মানুষের বাদ্য ও পৃষ্টির চাহিদা মেটাতে পরে। তাই আৰু সময় এসেছে আমাদের শীমাবদ্বতা থেকে বের হয়ে প্রকৃতির বৈচিত্রাময় সমাহারে প্রবেশ করা এবং সেবান থেকে বাদ্য ও পৃষ্টি সম্পদ সংগ্রহ, উৎপাদন এবং বছমুখী ব্যবহার নিশুত করা। এ ব্যাপারে আমাদের स्मरणत कृषि, दम, घरमा ७ भगुमण्यम বিশেষক্ষ এবং খাদ্য প্রযুক্তিবিদদের অগ্রণী ভূমিকা পালন করতে হবে।

আৰু আমাদের স্থানীয় অপ্রচলিত বাদ্য সম্পদ खादराप, উৎপাদন এবং সে সংগে আমাদের গতানুগতিক বাদ্যাভ্যাস পরিবর্তন করা প্রয়োজন। তাহলেই বিশ্ববাদ্য দিবসের উদ্দেশ্য বাস্তবাহিত

> মীর শওকত আলী বাদামন্ত্ৰী

various diverse attributes of nature. This has been possible due to changes that follow one after another during the six seasons of summer, rainy season, autumn, late autumn, the winter and the spring that divide the year, each with a 2-monthly duration of time. Successive changes in events over the six seasons have made Bangladesh glorious and given her a majestic stature which is indeed unique. A multitute of rivers, canals, and forests in her nature has made aggregation of many wares and festivals, the vastness and impact of which are discernible in the production of foods, flowers, medicines, scented herbs, shrubs, plants and trees, and aquatic animals, minerals and forestry goods. Together with these have been added various educational, cultural and social usages and rituals which help make the people cheerful and exultant. Inspite of assemblage of so many

Bangladesh is bestowed with

opportunities and advantages, and abundance of diverse resources in nature, efforts to design, develop or absorb technology here remained confined within the ambit of inadequacy in national competency. It has been observed in 1988-89 that 48% of the rural and 44% of the urban people live below absolute poverty line (per caput per day calorie intake 2122). Among them 29.5% of the rural and 20.5% of the urban people live below hard core poverty line (per caput per day calorie intake 1805). This clearly in financial solvency of the people not enough diverse resources of nature were harvested with expected enthusiasm to support their welfare. As result, calorie intake per kaput per day has declined at an alerming rate during the last few decades. calorie intake of 2301, as was obtaining of 1862-64, has now come down to 1887. It is roughly 70% of the National Nutrition Council's recommended calorie allowance of 2700 per caput per day, 88% of the country's Fourth 5-Year pain target (2150 calorie per kaput per day) and 80% of FAO's recommended intake (2310) calorie per caput per day).

Dietary carbohydrates, fats and proteins provide heat and calorie to the body, principal sources of calorie however remaining carbohydrates and fats. When these two sources are exhausted and still the required level of calorie was not produced, the protein is catabolised to the utter detriment of its essential bodybuilding and wear & tear, functions. This leads to proteincalorie malnutrition (PCM) resulting in dangerous diseases like merasmus and kwashiorkor. Reduced intake of calorie, proteincalorie-malnutrition and micornutrient deficiency are now producing a variety of diseases which have already taken a great turn and are pushing the nation to a catastrophy. Among them the principal ones are the vitamin-A deficiency diseases xerophthalmia and blindness. One hundred (100) children go blind everyday in this country due to dietary vitamin A deficiency. Today 70% mothers and children suffer here due to dietary iron deficiency and 25% of lactating mothers die every year due to

Riboflavin (vitamin B2), vitamin C and zinc deficiencies exist respectively in 50, 74 and 50 percent of the population. As a result of large-scale nutritional deficiency, as now obtaining in the country, only 1.3 million out of 23 million under 6 children (U6C) have got normal body weight for age, and the remaining 21.3 million are suffering from graded levels of undernutrition. Growth retardation has over-taken the nation, 15. million children have become dwarf due to stunted growth and

dietary aneamia and hemorrhage,

Over 10.5 percent of the

population have got goitre.

popularly known in the society

with contempt as dietary iodine

deficiency disorder (IDD)

3.4 million children have become almost bones due to wasting. Mortality rate in under 5 children (U5C) is now 180, out of whom one-third die due to nutritional deficiency only.



প্রতি বছরের মত এবারও আমাদের মেশে উদযালিত হচ্ছে বিশ্বখাদ্য দিবস। বালোদেশের প্রেক্ষাপটে বিশ্ববাদ্য দিবসের গুরুত্ব অপরিসীম। এ দিবসের উদ্দেশ্য এবং লক্ষ্য হচ্ছে বিশ্বব্যাপী খাল্য সমস্যা সম্পর্কে মানুষকে সচেতন করা, কৃষি এবং খাদ্য উৎপাদনে জ্বোর দেয়া, কৃতীয় বিশ্বের জন্য কৰি ও খাদ্য বিষয়ক প্রযুক্তি উময়ন ও হস্তান্তর **बवर कृता ७ मातिरात वितरक स्मीय** এবং আন্তর্জাতিক সংহতি জোরদার

দিবস ৯০-তে বিষয় প্রকৃতির বৈচিত্রাময় সমাহার[া] বিষয়টি

অত্যন্ত সময়োপযোগী হয়েছে। কারণ বিশ্বব্যাদী জনসংখ্যার চাপ যেহারে দ্রুতগতিতে বাড়ছে, সেহারে খাদ্য **छेर**लाम्म दाष्टाता मञ्जद इत्यह ना তাছাভা আরো রয়েছে বিভিন্ন প্রাকৃতিক দুর্যোগ। এর ফলে প্রতিবছর বাদা থেকেই যাচ্ছে। এ অবস্থার উল্লভির জন্য বর্তমানে প্রচলিত এবং উৎপাদিত সীমিত সংখ্যক ফসল এবং প্রাণীঞ্জ সম্পদ যথেষ্ট নয়। তাই আমাদেরকে সভাবিকভাবেই প্রকৃতির বৈচিত্রাময় সম্পদের সমাহার থেকে প্রয়োজনীয় ফসল বা খাদ্য সংগ্রহ এবং সংগহীত বিভিন্ন প্রজাতির জীবসম্পদ উলয়ন ও উৎপাদনে এগিয়ে আসতে

প্রকৃতি থেকে পৃষ্টিমানসম্পন্ন অপ্রচলিত ও অপ্রধান উদ্ভিদ এবং প্রাণীক্ষ খাদ্য চিক্তিকরণ, নির্বাচন, উৎপাদন এবং সম্প্রসারণ বিষয়ে আমাদের দেশের विष्धानी... বিশেষজ্ঞদের এগিয়ে আসার জন্য আহবান জানাজি। তাহলেই বিশ্বখাদ্য দিবস উপলক্ষে এবারের প্রতিপাদা বিষয়টি বাস্তবে রাপাায়িত হবে এবং মানৰ কল্যাণে এ আবেদন ব্যাপক ভূমিকা রাখক্তে সক্ষম হবে।

> মেজর জেনারেল (অবঃ) এম, মজিদ-উল হক 되렴

কবি মন্ত্রশালয় এবং সেচ, পানি উল্লহন ও বন্যা নিয়ন্ত্ৰণ

গলপ্রজাতরী বালেদেশ সরকার

বাণী

জনসংখ্যা ভারভোগ্ধ দেশের জনা অত্যন্ত তাৎপর্যপূর্ণ। কেননা, আমাদের দ্বাতীয় অধনীতি কৃষি ভিত্তিক হলেও জনসংখ্যার তুলনার আবাদি জমির পরিমান অপ্রত্যুক্ত হওয়ায় শাস্য-প্রবান কবির সম্ভাবনা ক্রমাগত হ্রাস পাচ্ছে।

কৃষির সহায়ক, সম্পুরক ও সম্পর্কির্ত ৰাত হিসাবে মধ্যা চাৰ এবং গৰাদি পশু ও হাঁস মূরণী পালনের ব্যপক मश्चावना मृद्धि श्राष्ट्र। भीवन शावानत অন্য উদ্বিদক্ষাত বাদ্যের পাশাপশি পর্যাপ্ত প্রাধীক্ষ বাদ্যের উৎপাদন, আহরন ও ব্যবহার আমাদের বাদ্য ও পুষ্টির চাহিদা মেটাতে বলিষ্ট অবদান রাখতে পরে।

আমাদের দেশে প্রচলিত প্রাণীক্ষ সম্পদ ছাড়াও বর্তমান ও ভবিষৎ প্রজামের ब्या प्रशासित शामिक प्रान्तापर

श्रदाक्रम इत्त्र शरक्राइ अवर अ कना নিবন্ধর গবেষনা ও সম্প্রসারণ কার্যক্রম জোরদার করা দরকার।

বর্তমান গণতান্ত্রিক সবকার বিযোচনের মাধ্যমে জীবন ন্যন্তম আহার্য সংস্থানের লক্ষ্যে তাত্ত্বিক ভাবে "ভাল ভাত" কর্মসূচী প্রহন করেছে। একর্মসূচীর সকল দেশের প্রচলিত ও অপ্রচলিত বৈচিত্রাময় প্রাকতিক সম্পদের ব্যবহারে জনগণকেও উদ্বন্ধ क्या श्रासम् अवर अफारवर्डे अ वारतव বিশ্ব বাদ্য দিবসের প্রতিপাদ্য কে আমাদের দেশে সার্থক করে তোলা সন্তব হবে বলে আমি মনে করি।

(আবদুল্লাহ্-আল-নোমান)

घरता ७ लन्नामन पञ्चनासद

Against the above appalling picture of nutritional deficiency first corrective approach must lie in nutrition advocacy and awareness. One must of necessity know what the term "Nutrition" really means. Whatever food we daily take in are grouped into three classes in consideration of their nutritional values (i) calorie giving foods, (2) Wear & tear and body building foods, and (3) protective foods. The foods that supply the calorie are the carbohydrates (popularly known as starches which include grains, roots, tubers, sugars and gurs) and the fats (which include vegetable oils, butter, ghee and solid fats). The foods that are responsible for wear & tear and growth of the body are the animal proteins (which are largely present in fish, meat, milk and eggs) and the vegetable proteins (which are present in large percentages in pulses, beans, nuts and soybeans). Lastly, the foods that provide protection against dieseases and disorders are known as vitamins and minerals which are present in abudance in fruits and vegetables, principally in

below: (a) Rice/bread + pulse + oil vegetables + green vegetables/fruits

vegetables + fruits

with main course. Balanced diet is of great importance in the removal of nutritional deficiency dieseases and upgradation of nutritional status of the people. Depending

coloured fruits and leafy

(d) Rice + milk + pulses + oil + vegetables + fruits For balanced diet raw fruits and

upon age, males and females have

vegetables. The main sources of calorie are the cereals. They contain 65-70 percent starch and 7-12 percent proteins. Fats, vitamins and minerals are present in small and graded amounts. These items of foods are not at all nutritionally complete or balanced. The foods which contain nutrients such as starch, proteins, fats, minerals, vitamine and water to cater to all nutritional needs of man are only balanced. It is not necessary that these foods should be costly. It is possible to prepare balanced diets from the formula of foods listed

(c) Rice _+ egg + oil + mixed vegetables + fruits

vegetables should be eaten daily

each got a variable requirement



১৬ অক্টোবর বিশ্ব খাদ্য দিবস। পৃথিবী থেকে ক্ষুধ্য ও দারিদ্র্য দুরীকরণ এবং খাদ্য নিশ্চয়তা ও নিরাপত্তা বিধানে সচেতনতা বৃদ্ধি করাই হচ্ছে এ निवरमञ मून लक्षा। वारनारम् अकिं कनवक्त प्रतिष्ठ रान्। छाई आमता এ দিবসটি অত্যন্ত গুরুত্বর:সাথে পালম করে থাকি i = 11 চন্দ্রত He are-

বাংলাদেশ প্রকৃতির সম্পদে সমৃদ্ধ। বিভিন্ন ধরণের খাদ্য ছড়িয়ে ছিটিয়ে রয়েছে এ দেশে। উদ্ভিদ ও প্রাণীক্ত খাদ্যের আহরণ, উৎপাদন ও বছমুখী ব্যবহার আমাদের খাদ্য নিশ্চয়তা ও নিরাপত্তা বিধান করতে পারে গবেষণার মাধ্যমে আমাদের কৃষি, পুষ্টি, প্রাণী ও খাদ্য প্রযুক্তিবিদরা এসব পৃষ্টিকর অপ্রচলিত ও অপ্রধান খাদ্য জনপ্রিয় করতে পারেন। এতে আমাদের শস্য বহুমুখীকরণ কর্মসূচী বাস্তবায়ন তুরান্তিত হবে।

এ বছরের বিশ্ব খাদ্য দিবসের প্রতিপাদ্য "মানব কল্যাণে প্রকৃতির বৈচিত্র্যময় সমাহার" তাই বাংলাদেশের প্রেক্ষাপটে বাস্তবানুগ হয়েছে। এতে দিবসটির গুরুত্ব যথাযথভাবে প্রতিফলিত হয়েছে বলে আমি মনে

আমি বিশ্ব খাদ্য দিবসের সাফল্য কামনা করি

चाटनमा किया श्रधान मजी গণপ্রজ্ঞাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

for balanced diet. Diet in Bangladesh has now got an (b) Rice + fish/meat + oil + average starch content of 83%. In order to make it balanced we shall have to eat 65% starches, 20% proteins and 15% oils/fats. National Nutrition Council in 1984 recommended a per caput per day dietary allowance of 1371 grams of foods to give 2700 calorie energy. The

Inspite of the fact that the food production has in many selected fields (particularly cereals)

below in abridged form:

recommendation is given in Table

increased significantly over the last one decade the targets required from the Table above have not been achieved. The main causes for these failures have been attributed to ignorance, illiteracy, fads and fallacy, superstition, and over and above, population explosion.

It is now realised that production in per unit area cannot be kept at the very high level to which achievement has already been made. A lion share of production over the last few years has been possible due to horizontal expansion.



বাণী

বিশ্ববাদ্য ও কৃষি সংস্থার সদস্যস্তুক

উদযাপিত হচ্ছে। এ বছর বিশ্বখাদা বৈচিত্রমের সমাহার"। এ প্রতিপাদ্য বিষয়ে প্রকৃতির জীবসম্পদের সৃষ্ঠ বাবহারের প্রতি দৃষ্টি আকর্ষণ করা বাংলাদেশের বর্তমান क्रमार्क । প্রেক্ষাপটে বিষয়টি অতান্ত গুরুত্ব বহন

কৃষি হচ্ছে মানুষের দ্বারা উদ্ভিদ ও প্রাণী উৎপাদনের কৌ**শল**। বৰ্তমানে কীশলের সীঘাবন্ধতা লক্ষাণীয়। এ সীঘাবন্ধতা অজিক্রম করে আমাদেরকে এগিয়ে ষেতে হবে। প্রকৃতি থেকে বুঁক্সে বের করতে হবে আহারছোগ্য এবং

প্রাণীক্ষ সম্পদ। তাছাড়া আমাদেরকে গতানুগতিক খাদ্যাভ্যাসের গণ্ডি খেকে त्वत इत्ह अकृष्ठित विध्यामध পৃষ্টিসম্পন্ন খাদ্য ভাগুরে প্রবেশ করতে হবে। তাহলেই বিশ্বখাদ্য দিবসের তাৎপর্য এবং উদ্দেশ্য বাজাবায়িত হবে। বিশ্ববাদ্য দিবস ১৩-এর প্রতিশাদ্য বিষয় প্রকৃতিতে বিরাজমান জীবস-পদ সম্পর্কে আমাদের সচেতনতা বৃদ্ধি করবে এবং এর ফলে আমাদের সমবেত প্রচেষ্টাম্ব বর্তমান এবং আগামী প্রজন্মের কল্যাণে প্রকৃতির বৈচিত্রাময় সমাহারের দার উল্যোচিত হবে বলে আশা কবছি।

जा न व इंडेनुक কৃষি মন্ত্ৰণালয় গণ্যাক্ষাভঙ্কী বাংলাদেশ সরকার

Committed to the Economic Development of the Nation