



التخلص من الدهون المتحولة تماماً بحلول عام 2023

الوحدة البنائية لمواجهة فيروس
كوفيد-19

الرسائل الرئيسية

- ← يرتبط كوفيد-19 ارتباطًا وثيقًا بالأمراض غير السارية (NCDs)، مثل أمراض القلب. يتعرض واحد من كل خمسة أشخاص في جميع أنحاء العالم لخطر متزايد للإصابة بأعراض حادة لكوفيد-19 في حالة الإصابة، ويعزى ذلك في الغالب إلى الأمراض غير السارية.
- ← تشترك الأمراض غير السارية وكوفيد-19 في العديد من عوامل الخطر، والتي تتضمن السمنة وارتفاع ضغط الدم. يمكن الحد من عبء الأمراض غير السارية والتعرض للإصابة بالأمراض المعدية من خلال تدابير السياسات التي تشجع على التحول إلى النظم الغذائية الصحية.
- ← يُعد التخلص من الدهون المتحولة المُنتجة صناعياً، أو الأحماض الدهنية المتحولة (الأحماض الدهنية المتحولة)، من الإمدادات الغذائية العالمية واحدًا من أكثر سياسات التغذية المباشرة. إذا تخلصت جميع البلدان من هذا المركب الضار الذي يسبب أمراض القلب، فيمكن إنقاذ 17 مليون شخص بحلول عام 2040.
- ← سيؤدي منع الوفيات والأمراض التي ترتبط بالأحماض الدهنية المتحولة إلى تخفيف العبء على النظم الصحية التي يغمرها بالأعباء لمواجهة كوفيد-19 وزيادة أعداد الأشخاص المصابين بالأمراض غير السارية.
- ← يوفر التكامل بين التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة وسياسات التغذية الأخرى خلال عملية مواجهة كوفيد-19 فرصة غير مسبوقه لمعالجة الأمراض غير السارية، ودعم التعافي الاقتصادي من الوباء، وزيادة الأمن الصحي من خلال جعل الأجيال القادمة أكثر صحة وأكثر قدرة على تحمل الأمراض المعدية.

نتوجه بالشكر لـ

سيمون بوش الذي قام بصياغة موجز السياسة هذا بمشاركة من نينا رينشو ولوسيندا ويستمان. كما يود تحالف الأمراض غير السارية NCD أن يشكر البروفيسور إيغور برافست (معهد التغذية، سلوفينيا)، وأنا لارانغا (الرعاية الصحية الحرجة Salud Crítica، المكسيك)، وليندساي ستيل ولورا كوب (من مبادرة Resolve to Save Lives، الولايات المتحدة الأمريكية) لمراجعة الموجز.

نود أيضا أن نشكر السيد فيصل فهد بن سنيذ والسيد مشعل المطيري لمراجعتهم اللغة العربية.

دعوات إلى العمل

على المجتمع المدني

- ← رفع مستوى الوعي بالآثار السلبية لاستهلاك الأحماض الدهنية المتحولة والدعوة للتخلص من الأحماض الدهنية المتحولة.
- ← الدعوة وتحدي والتصدي لمعارضة القائمين على صناعة الأغذية للاتحة التنظيمية للأحماض الدهنية المتحولة وغير ذلك من تدابير سياسة التغذية الفعالة من حيث التكلفة.
- ← دعم الحكومات في تطوير واعتماد لوائح الأحماض الدهنية المتحولة، وبمجرد سنّها، فتتم مساءلة الحكومات على التطبيق الفعال، والرصد والإنفاذ.

على الحكومات

- ← تبني واعتماد وإنفاذ لائحة أفضل الممارسات الإلزامية: الالتزام بمقدار من الأحماض الدهنية المتحولة لا يتخطى 2 جرام لكل 100 جرام من الدهون/ الزيوت في جميع الأطعمة أو حظر الزيوت المهدرجة جزئيًا (PHO).
- ← العمل مع مصنعي المواد الغذائية لضمان استبدال الأحماض الدهنية المتحولة بدهون صحية - وحبذا لو يتم استخدام الدهون أو الزيوت المتعددة غير المشبعة (الأكثر صحية) أو الأحادية غير المشبعة.
- ← تضمين التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة في نهج سياسة أكثر اتساقًا تهتم بمعالجة أمراض القلب والأوعية الدموية والأمراض غير السارية الأخرى من خلال اعتماد تدابير سياسة التغذية والصحة التكميلية.



تم دعم الموجز من خلال منحة مقدمة إلى تحالف الأمراض غير السارية من مبادرة Resolve to Save Lives، وهي إحدى مبادرات الاستراتيجيات الحيوية (www.resolvetosavelives.org).

Edited by NCD Alliance, October 2020

Design and layout: Mar Nieto



NCD Alliance | 31-33 Avenue Giuseppe Motta | 1202 Geneva, Switzerland
www.ncdalliance.org

تعد تدخلات سياسات الصحة العامة مثل التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة الإصطناعية الناتجة عن استخدام الزيوت النباتية المهدرجة جزئيًا في الصناعات الغذائية أحد الأسباب التي جعلت البلدان ذات الدخل المرتفع قادرة على تقليل وفيات أمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة أكثر من 25% منذ عام 2000. ⁶ وعلى النقيض، تتحمل البلدان منخفضة ومتوسطة الدخل ما يصل إلى 90% من العبء العالمي لأمراض القلب والأوعية الدموية، ⁷ مما يؤكد الحاجة إلى توسيع نطاق استراتيجيات التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة عالميًا. كما يشكل هذا الأمر أهمية خصيصًا في البلدان التي لا تنطبق فيها التغطية الصحية الشاملة أو تتواجد بصورة ضعيفة، وحيث يمكن لاستراتيجيات الوقاية الأولية مثل سياسات التغذية أن تدعم جدوى واستدامة التغطية الصحية الشاملة.

انتضح من خلال جائحة فيروس كورونا المستجد المسببة لمرض COVID19 أهمية اتخاذ تدابير الصحة العامة أهمية تدابير الصحة العامة والوقاية من الأمراض، ليس فقط للوقاية من الأمراض المعدية، ولكن أيضًا للوقاية من الأمراض غير وتطور الرعاية الصحية. من المعروف به الآن أن كوفيد-19 والأمراض غير السارية، التي يشار إليها غالبًا باسم «الحالات الكامنة»، يرتبطا ارتباطًا وثيقًا. تشير التقديرات إلى أن 1.7 مليار شخص. في جميع أنحاء العالم (حوالي واحد من كل خمسة أشخاص) معرضون لخطر متزايد للإصابة بأعراض حادة حذف إذا أصيبوا بفيروس كورونا المستجد المسبب لمرض COVID 19، ويعزى ذلك في الغالب للأمراض غير السارية، والتي تشمل الأمراض غير السارية المرتبطة بالنظام الغذائي التي يمكن الوقاية منها مثل أمراض القلب والأوعية الدموية وداء السكري. ¹ لقد أبرز التفاعل المميت بين الأمراض غير السارية ودلالات التباين وفيروس كوفيد-19 الحاجة إلى مواجهة الأزمة الحالية من خلال تحطيم الصوامع ومعالجة الروابط المتداخلة باعتبارها وباء مركب [†] (انظر المربع 1).

أدى هذا الترابط بين الأمراض المعدية وحالات الطوارئ الصحية والأمراض غير السارية إلى الاعتراف غير المسبوق وإبراز الحاجة الملحة لمعالجة عبء الأمراض غير السارية المتزايد باستمرار، والذي يتسبب حاليًا في 41 مليون حالة وفاة سنويًا، والتي تكون 32 مليون حالة منها في الدول المنخفضة والمتوسطة الدخل (LMICs). ² تسبب الأمراض غير السارية، دون رادع، ضررًا اجتماعيًا واقتصاديًا يتجاوز بكثير الضرر الناجم عن كوفيد-19. يمثل كوفيد-19 ضرورة حتمية غير مسبوقة لتحديد الأولويات والاستثمار في الصحة العامة من خلال اعتماد تدابير سياسة تعزيز الصحة، ويشمل ذلك التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة. يجب أن تعالج هذه التدابير أيضًا عوامل الخطر القابلة للتعديل - ويشمل ذلك التغذية وارتفاع ضغط الدم والسمنة - التي تقبع خلف كل من كوفيد-19 وعبء الأمراض غير السارية.

في الوقت الحالي، فإن جميع البلدان تقريبًا خارج المسار الصحيح لتحقيق هدف منظمة الصحة العالمية المتمثل في الحد من الوفيات الإجمالية من الأمراض غير السارية الرئيسية الأربعة - والمتمثلة في أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطانات وداء السكري وأمراض الجهاز التنفسي المزمنة - بنسبة 25% بحلول عام 2025 ³ وتحقيق هدف التنمية المستدامة 3.4 للحد من معدل الوفيات المبكرة بسبب الأمراض غير السارية بنسبة الثلث بحلول عام 2030. ^{4,5} لن يؤدي تنفيذ سياسات التغذية الصارمة إلى تسريع التقدم نحو تحقيق هذه الأهداف العالمية للأمراض غير السارية فحسب، بل سيكون ضروريًا لبناء مجتمعات تحذفة أكثر صحية وقدرة على الصمود تكون أكثر استعدادًا للتعامل مع حالات الطوارئ الصحية المستقبلية.

في الوقت الذي يكافح فيه العالم بأسره جائحة كوفيد-19، يجب أن نبذل قصارى جهدنا لحماية صحة الأشخاص. يجب أن يشمل ذلك اتخاذ جميع الخطوات الممكنة للوقاية من الأمراض غير السارية التي يمكن أن تجعلهم أكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا وتتسبب في الوفاة المبكرة. يجب ألا يتأخر هدفنا المتمثل في التخلص من الدهون المتحولة بحلول عام 2023.

الدكتور تيدروس أدهانوم غيبريسوس،
المدير العام لمنظمة الصحة العالمية⁸

ترتبط السياسات التغذوية مثل القيود الإلزامية للأحماض الدهنية المتحولة الإرادة السياسية بالسياسة الصحية وتُظهر التزام الحكومة بالاهتمام بصحة السكان. يشير تبني هذه اللوائح إلى أن الحكومة مستعدة للاستثمار بشكل مناسب، مما يُنشأ مجالًا متكافئًا للصناعة، ويشكل إشارة قوية للمجتمع بأن النظام الغذائي الصحي والأمراض غير السارية المرتبطة بالنظام الغذائي يجب أن يؤخذ على محمل الجد.

[†] وتتكون من المقطع «syn» الذي يعني «معًا» والمقطع «demic» الذي يعني وباء



*مجموعة من الاضطرابات التي تشمل النوبات القلبية والسكتة الدماغية وضغط الدم المرتفع (ارتفاع ضغط الدم).

أوجه الاستفادة من التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة

تشير التقديرات إلى أن التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة في جميع البلدان حول العالم يمكن أن ينقذ حياة 17 مليون شخص بحلول عام 2040.⁹

وقد شهدت البلدان التي أزالَت بالفعل الأحماض الدهنية المتحولة من إمداداتها الغذائية فوائد صحية كبيرة:

الأرجنتين

يرتبط التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة بتخفيض سنوي يقدر بنحو 1.3-6.3% في حالات أمراض القلب التاجية.¹⁰

الدنمارك

في السنوات الثلاث التي أعقبت تنفيذ حد الأحماض الدهنية المتحولة المسموح به في عام 2004، انخفض معدل الوفيات الناجمة عن أمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة 3.2% مقارنة بالبلدان المماثلة التي لم تقم بتطبيق لائحة الأحماض الدهنية المتحولة.¹¹

HEALTH BENEFITS

نيويورك

شهدت المقاطعات في ولاية نيويورك ذات القيود المفروضة على الأحماض الدهنية المتحولة انخفاضًا بنسبة 7.8% في تسجيل الدخول للمستشفيات بسبب النوبات القلبية بين عامي 2007 و2013 مقارنة بالمقاطعات التي لا توجد قيود عليها.¹³

إنجلترا وويلز

من المقدر أن يؤدي التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة في البلدين إلى حوالي 1600 حالة وفاة أقل و4000 تسجيل دخول أقل إلى المستشفيات سنويًا.¹²

المربع 1

الوباء المُركب؛ كوفيد-19 والأمراض غير السارية

يتفاعل كوفيد-19 والأمراض غير السارية لتشكيل وباء مُركب - وهي أوبئة موازية للمشاكل الصحية التي تتفاعل بشكل متآزر - له عوامل خطر متشابهة وتعزز بعضها البعض في ظل انعدام المساواة الاجتماعية والاقتصادية المشتركة¹⁴ تحدث جائحة كوفيد-19 في ظل عبء الأمراض غير السارية التي تصاعدت باطراد على مدى العقود الماضية. في الوقت الحالي، تعد الأمراض غير السارية السبب الرئيسي للوفيات في جميع أنحاء العالم مع 41 مليون حالة وفاة سنويًا، حيث يحدث نصفها تقريبًا (18 مليون) بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية. تشترك الأمراض غير السارية وكوفيد-19 في العوامل التي تؤثر على سلوك التماس الرعاية الصحية وإمكانية الوصول إلى الرعاية الصحية وغيرها من الخدمات، واتخاذ القرارات الصحية، والتعرض لعوامل الخطر: الفقر والتمييز والمعايير الثقافية والجنس.¹⁵

غالبًا ما تم التعامل مع الأمراض غير السارية والأمراض المعدية في صوامع حتى الآن، ومع ذلك فإن روابطها المتبادلة معروفة منذ فترة طويلة.¹⁶ يمكن أن تكون الأمراض المعدية عامل خطر للعديد من الأمراض غير السارية، مثل فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) لسرطان عنق الرحم، وفيروس عوز المناعة البشري، والكلاميديا ومرض لايم لأمراض القلب والأوعية الدموية.¹⁷ في الوقت نفسه، تزيد الأمراض غير السارية من قابلية الإصابة بالأمراض المعدية وشدها. بالنظر إلى هذه الروابط، دعا الإعلان السياسي رفيع المستوى لعام 2018 بشأن الأمراض غير السارية¹⁸ إلى تكامل الاستجابات للأمراض غير السارية والأمراض المعدية.

كانت الأمراض غير السارية بالفعل مؤثرًا على شدة المرض للمتلازمة التنفسية الشرق أوسطية (MERS) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (SARS).^{19,20} ومع ذلك، وفقط خلال جائحة كوفيد-19 الحالية، تم الاعتراف على نطاق واسع بتداخل الأمراض غير السارية والأمراض المعدية من قبل صانعي السياسات والعامّة.

“

إن الحد من الضرر الناجم عن المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة لفيروس كورونا المستجد سوف يتطلب اهتمامًا أكبر بكثير بالأمراض غير السارية وعدم المساواة الاجتماعية والاقتصادية مما كان معترفًا به حتى الآن. الوباء المركب ليس مجرد مرض مزمن. [...] في حالة كوفيد-19، ستكون مهاجمة الأمراض غير السارية شرطًا أساسيًا لتحقيق احتواء ناجح. [...] إن إيلاء المزيد من الاهتمام للأمراض غير السارية ليس جدول أعمال للدول الغنية فقط. فالأمراض غير السارية هي سبب مُهمَل من أسباب اعتلال الصحة في البلدان الفقيرة أيضًا»

الدكتور ريتشارد هورتون،
رئيس تحرير مجلة ذا لانسيت.²¹

شهدت البلدان من جميع طبقات الدخل هذا الوباء المُركب على سبيل المثال، كان 43% من المرضى المصابين بكوفيد-19 الحاد في إسبانيا يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية الموجودة مسبقًا.²² في إيطاليا، كان 96.2% من المرضى الذين ماتوا في المستشفى بسبب كوفيد-19 يعانون من حالة كامنة، و69.2% منهم يعانون من ارتفاع ضغط الدم و28.2% يعانون من أمراض القلب الإقفارية (الناتجة عن نقص التروية).²³ في الهند، 73% من الأشخاص الذين يموتون بسبب فيروس كوفيد-19 كانوا متعاشين مع أحد الأمراض غير السارية،²⁴ بينما في الولايات المتحدة، يبدو أن السمّة تحول تأثير كوفيد-19 الشديد إلى المرضى الأصغر سنًا.²⁵

اعتراقًا بالصلة بين الأمراض غير السارية وكوفيد-19، يدعو قرار منظمة الصحة العالمية بشأن²⁶ كوفيد-19 وقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة الشامل²⁷ إلى إيلاء اهتمام خاص لحماية أولئك الذين يتعايشون مع حالات موجودة مسبقًا. أدرجت العديد من البلدان المرضى الذين يعانون من السمّة المرضية أو الأمراض غير السارية، وخاصة أولئك الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية، في قوائم المجموعات المعرضة لخطر الإصابة المرتفع بفيروس كوفيد-19.²⁸

لتسهيل إزالة الأحماض الدهنية المتحولة من الإمدادات الغذائية العالمية بحلول عام 2023، أطلقت منظمة الصحة العالمية مبادرة البديل «REPLACE» في مايو 2018. توفر حزمة إجراءات «REPLACE»⁴⁴ للحكومات أدوات قائمة على الأدلة عبر ستة مجالات استراتيجية لإزالة هذا المركب الضار من إمدادات الغذاء الوطنية. تعدد REPLACE أول مبادرة عالمية تهدف إلى القضاء على أحد عوامل خطر الأمراض غير السارية. في سبتمبر 2020، أعلنت منظمة الصحة العالمية عن خطة تصديق للاعتراف بالبلدان التي تحقق التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة، على غرار خطط التصديق الخاصة بها لاستئصال شلل الأطفال والجدري.⁴⁵

يعتبر التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة أيضًا هدفًا ذا أولوية في الخطة الاستراتيجية لمنظمة الصحة العالمية 2019-2023⁴⁶ وتعتبره منظمة الصحة العالمية تدخلًا مجديًا وفعالاً من حيث التكلفة (ما يسمى بـ «أفضل الوسائل»)⁴⁷، والذي يُوصى بتنفيذه في جميع البلدان للوقاية من الأمراض غير السارية.

إن الوقاية من الوفيات والأمراض التي تُعزى إلى استهلاك الأحماض الدهنية المتحولة تقلل العبء على الأنظمة الصحية، وهو أمر مهم بشكل خاص للمرافق الصحية التي تخدمها مواجهة كوفيد-19 والأماكن التي تعطلت بها خدمات علاج أمراض القلب والأوعية الدموية والأمراض غير السارية الأخرى. والأهم من ذلك، أن سياسات التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة تقلل من عدم المساواة الصحية، حيث تميل المجموعات السكانية ذات الحالة الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة إلى استهلاك كميات أكبر من الأحماض الدهنية المتحولة.^{43,42,12}

« كشفت المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة لفيروس كورونا المستجد عن جائحات أخرى مساوية أو أخطر من الفيروس نفسه، مثل زيادة الوزن والسمنة ومرض السكري وارتفاع ضغط الدم الشرياني، وكلها عوامل يمكن الوقاية منها والتي تُقلل من جودة الحياة ومتوسط العمر المتوقع لمجتمعاتنا. لا يمكننا ولا ينبغي لنا العودة إلى سابقنا، فنحن بحاجة إلى استطلاع الماضي وإعادة التفكير في عاداتنا وأنماط حياتنا. لم تكن هناك فرصة أفضل في السابق لزيادة جهودنا لضمان التغذية الجيدة واعتبار الصحة البيئية عاملاً محددًا غير قابل للتجزئة لصحة الإنسان ووضعها بشكل دائم على جداول أعمالنا بموجب التزامات أجندة التنمية المستدامة». ملاحظات حول كوفيد-19 إلى جمعية الصحة العالمية بتاريخ 18 مايو 2020 من قبل الدكتور خورخي ألكوسر فاريل، وزير الصحة بدولة المكسيك³⁹

بالإضافة إلى ذلك، تظهر أدلة على أن كوفيد-19 وعلاجه قد يضيفان إلى عبء الأمراض غير السارية الحالي من خلال التسبب في مرض طويل الأمد. يبدو أنه توجد نسبة من المرضى المصابين بكوفيد-19 يعانون من متلازمة ما بعد الفيروس المشابهة لمتلازمة التعب المزمن.²⁹ تشمل مضاعفات كوفيد-19 السكتة الدماغية³⁰ وإصابة عضلة القلب³¹ والخلل العصبي الوظيفي³² وأمراض الكلى الحادة³³. هناك أيضًا قلق من أن السمنة قد تؤثر على فعالية أي لقاح محتمل لـ كوفيد-19 بسبب ضعف الاستجابة المناعية.³⁴ علاوة على ذلك، أدت الاضطرابات الناجمة عن مواجهة كوفيد-19 إلى تفاقم عبء الأمراض غير السارية ومن المحتمل أن يكون لها تأثير طويل الأجل على معدل الإصابة بالأمراض غير السارية والوفيات. قبل الجائحة، كان الاستثمار في الوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها غير كافٍ بالفعل، وكانت الأنظمة الصحية تكافح من أجل تلبية احتياجات الأشخاص المصابين أو المتأثرين بالأمراض غير السارية. أثناء الجائحة، أدى تركيز الأنظمة الصحية على مواجهة كوفيد-19 إلى اضطرابات كبيرة في خدمات الرعاية الصحية للمرضى المصابين بالأمراض غير السارية، وتفاقمت بسبب إجماع المرضى عن زيارة مقدمي الرعاية الصحية المحليين خوفًا من الإصابة بـ كوفيد-19.²²

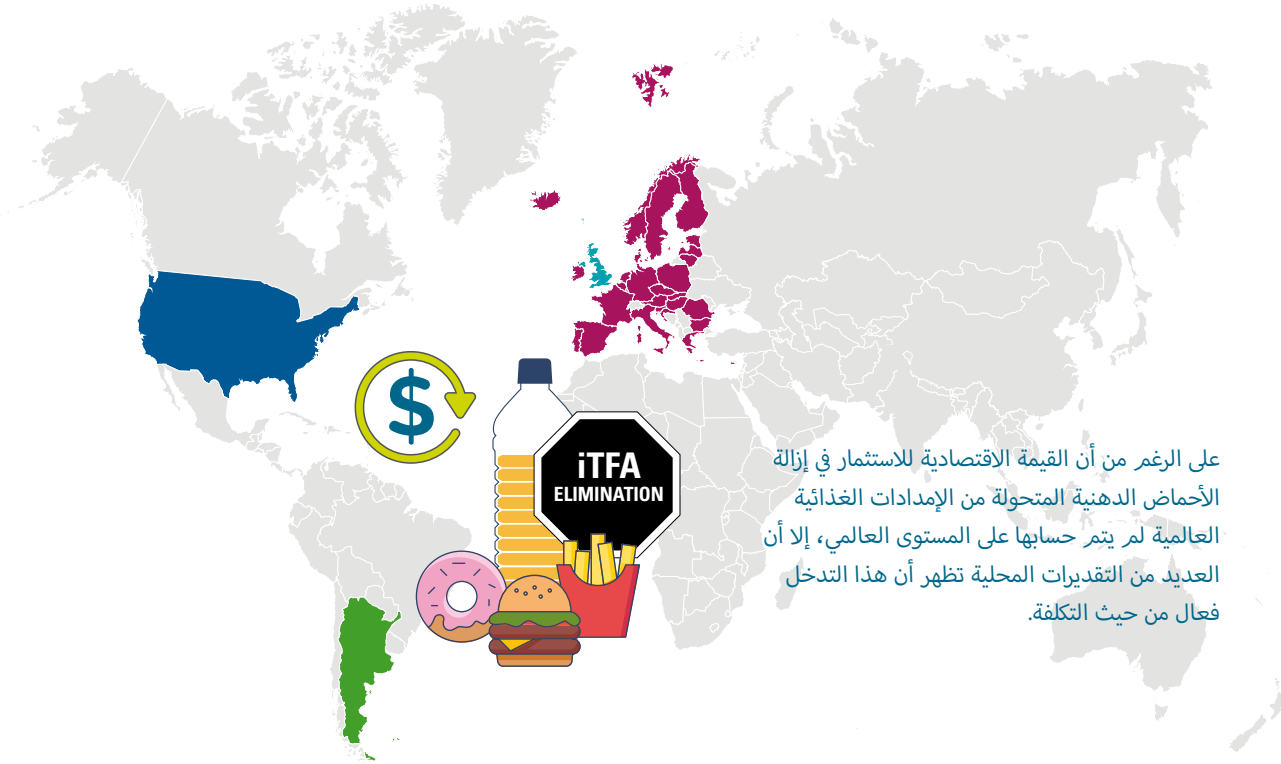
نظرًا لأن النظام الغذائي الصحي والحالة التغذوية الجيدة أمران حاسمان للغاية في تكوين نظام المناعة القوي وللوقاية من الأمراض غير السارية، أصدرت منظمة الصحة العالمية إرشادات تغذوية توصي باتباع نظام غذائي صحي ومتوازن يتجنب الأحماض الدهنية المتحولة، وخاصة للأشخاص المعرضين للإصابة بـ كوفيد-19.⁴⁰ علاوة على ذلك، دعت منظمة الصحة العالمية إلى الانتقال السريع إلى أنظمة غذائية صحية ومُغذية ومستدامة في ظل مواجهة كوفيد-19 للحد من مخاطر الإصابة بالأمراض وإنقاذ ملايين الأرواح.⁴¹

من المرجح أن تؤدي الضغوط الاقتصادية الناتجة عن كوفيد-19 إلى تفاقم التفاوتات الصحية وزيادة الوفيات الناجمة عن الأمراض غير السارية. وستتأثر بشكل خاص المجموعات السكانية المهمشة والبلدان التي تعاني من ارتفاع مستويات الفقر وضعف الأنظمة الصحية.

كما أدى كوفيد-19 أيضًا إلى تفاقم البيئة المسببة للسمنة من خلال الحد من فرص النشاط البدني وتقليل جودة الطعام بالنسبة للكثيرين، مما أثر سلبيًا على اثنين من عوامل الخطر الرئيسية للأمراض غير السارية.^{36,35} أصبحت إمكانية الوصول إلى الطعام الطازج أكثر تقييدًا بالنسبة للكثيرين. تزيد إجراءات الإغلاق الشامل وانخفاض القوة الشرائية من الاعتماد على الأطعمة الرخيصة والأطعمة ذات فترة الصلاحية الطويلة، وكلاهما غالبًا ما يكون غير صحي. في العديد من البلدان، تم استهداف المستهلكين بعروض جديدة غير صحية من قبل القائمين على صناعة الأغذية، مع رسائل تسويقية مصممة خصيصًا لسياق الجائحة.³⁷ قد يستمر انخفاض الجودة التغذوية للأنظمة الغذائية بمجرد السيطرة على كوفيد-19 بسبب الضغوط الاقتصادية في أعقاب الجائحة.^{23,38}

REPLACE					
REVIEW	PROMOTE	LEGISLATE	ASSESS	CREATE	ENFORCE
dietary sources of industrially-produced trans fat and the landscape for required policy change	the replacement of industrially-produced trans fat with healthier fats and oils	or enact regulatory actions to eliminate industrially-produced trans fat	and monitor trans fat content in the food supply and changes in trans fat consumption in the population	awareness of the negative health impact of trans fat among policy-makers, producers, suppliers, and the public	compliance with policies and regulations

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331303/WHO-NMH-NHD-18.6-eng.pdf>



على الرغم من أن القيمة الاقتصادية للاستثمار في إزالة الأحماض الدهنية المتحولة من الإمدادات الغذائية العالمية لم يتم حسابها على المستوى العالمي، إلا أن العديد من التقديرات المحلية تظهر أن هذا التدخل فعال من حيث التكلفة.

الأرجنتين

59 مليون جنيه إسترليني (75 مليون دولار أمريكي) لتفادي تراجع الإنتاجية على مدى خمس سنوات. إذا تم النظر في تكاليف التنفيذ التي تحمّلها الحكومة والصناعة، فستتراوح وفورات التكلفة من 64 إلى 264 مليون جنيه إسترليني (82-337 مليون دولار أمريكي).⁴² قدرت دراسة أخرى عبر إجراء العمليات الحسابية أن التخلص الإلزامي من الأحماض الدهنية المتحولة في إنجلترا وويلز على مدى عشر سنوات سيؤدي إلى وفورات تكلفة من 755 مليون جنيه إسترليني إلى 1.54 مليار جنيه إسترليني (965 مليون دولار أمريكي إلى 1.97 مليار دولار أمريكي)، والتي تشمل 201-95 مليون جنيه إسترليني (257-121 مليون دولار أمريكي) في مجال تكاليف الرعاية الصحية المباشرة، 727-368 مليون جنيه إسترليني (929-470 مليون دولار أمريكي) في مجال تكاليف الرعاية الصحية غير الرسمية، و292-613 مليون جنيه إسترليني (783-373 مليون دولار أمريكي) لتفادي تراجع الإنتاجية.¹²

الولايات المتحدة

أجرت وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية تحليل التكلفة والفائدة لإزالة الزيوت المهدرجة جزئيًا خلال فترة زمنية مدتها 20 عامًا وتشير التقديرات إلى أن صافي الفوائد (الفوائد مطروحًا منها التكلفة) بلغ 130 مليار دولار أمريكي. اشتمل التحليل على الأرواح التي تم إنقاذها والأمراض غير المميتة التي تم منعها كفوائد، بالإضافة إلى التكاليف التالية: إعادة تكوين المنتج وإعادة التسمية، وزيادة تكاليف المكونات البديلة، والتكاليف التي يتحملها المستهلكون من تغيير الوصفات، وتراجع قبول المنتجات، وقصر فترة صلاحية المنتج، والمطاعم والمخابز التي تدرج في كيفية العمل بدون الزيوت المهدرجة جزئيًا.⁵⁵

من شأن التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة أن يوفر ما بين 17 مليون دولار و87 مليون دولار أمريكي سنويًا من التكاليف المرتبطة بإدارة مضاعفات أمراض القلب التاجية ومتابعتها. يتمثل توفير هذه التكلفة من خلال نفقات وفورات التكلفة هذه نفقات تنفيذ السياسة العامة التي تلتزم بها وزارة الصحة، ولكنها لا تأخذ في الاعتبار التكاليف الاقتصادية الأخرى، مثل تراجع الإنتاجية بسبب أمراض القلب.¹⁰

الاتحاد الأوروبي

قبل اعتماد حد إلزامي 2٪ من الأحماض الدهنية المتحولة، تشير تقديرات الاتحاد الأوروبي إلى أن التخلص التدريجي من الأحماض الدهنية المتحولة سيؤدي إلى توفير التكاليف التكاليف المباشرة وغير المباشرة بين 304-58 مليار يورو (358-68 مليار دولار أمريكي) على مدى 85 عامًا.⁴³

المملكة المتحدة

كشفت إحدى الدراسات أن سن سياسو تغذوية للحد من استهلاك الأحماض الدهنية المتحولة الأحماض الدهنية المتحولة في إنجلترا سيؤدي إلى التكاليف الاقتصادية والصحية في التكاليف تبلغ حوالي 297 مليون جنيه إسترليني (379 مليون دولار أمريكي)، تتألف من 42 مليون جنيه إسترليني (54 مليون دولار أمريكي) في مجال تكاليف الرعاية الصحية المباشرة، 196 مليون جنيه إسترليني (250 مليون دولار أمريكي) في مجال تكاليف الرعاية غير الرسمية،

المربع 2

ما هي الدهون المتحولة؟

لا توجد فوائد صحية معروفة للأحماض الدهنية المتحولة بل إنها تعتبر مساهم رئيسي في أمراض القلب والأوعية الدموية في جميع أنحاء العالم، وتشير التقديرات إلى أنها تسبب في حوالي 540.000 حالة وفاة كل عام. يؤدي تناول كميات كبيرة من الأحماض الدهنية المتحولة إلى زيادة خطر الوفاة من أي سبب بنسبة 34% ومن أمراض القلب التاجية بنسبة 28%.⁴⁹ لكل زيادة بنسبة 1% في الطاقة اليومية التي يتم الحصول عليها من الدهون المتحولة، يرتفع معدل الوفيات بأمراض القلب التاجية بنسبة 12.12% كما يرتبط تناول الأحماض الدهنية المتحولة بزيادة مخاطر الإصابة بالأمراض غير السارية الأخرى والحالات ذات الصلة مثل سرطان المبيض⁵⁰ والعقم والانتباذ البطاني الرحمي (بطانة الرحم المهاجرة) ومرض الزهايمر والسكري والسمنة.^{52,51}

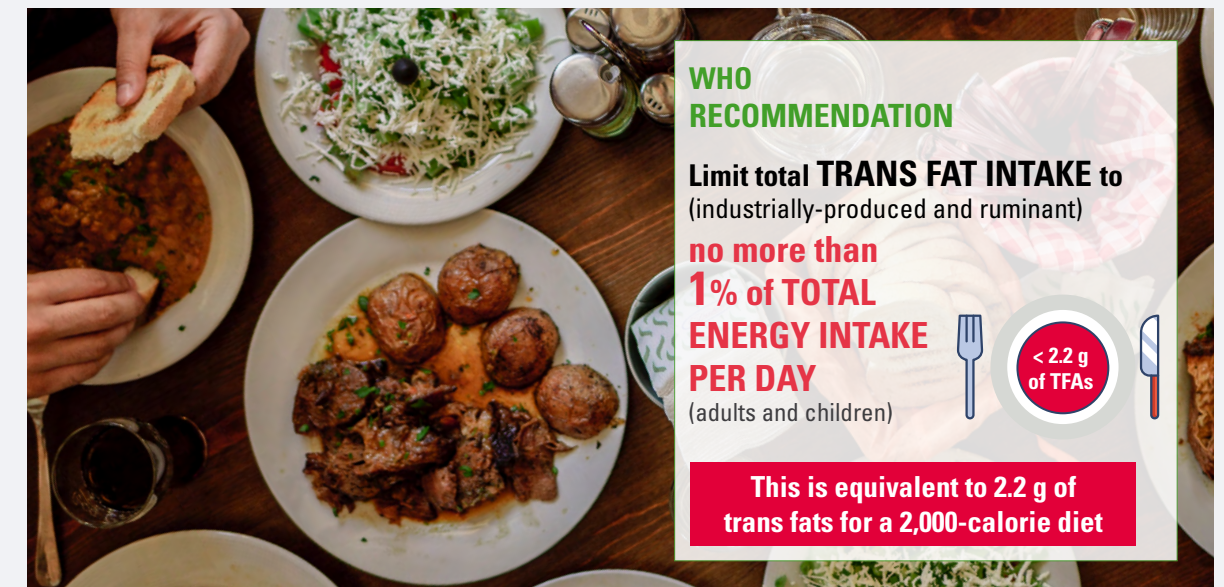
على الرغم من عدم تحديد مستويات أمانة لاستهلاك الدهون المتحولة، توصي منظمة الصحة العالمية بألا يتجاوز إجمالي تناول الدهون المتحولة 1% من إجمالي المتناول من الطاقة، وهو ما يترجم إلى أقل من 2.2 جرام يوميًا لنظام غذائي يحتوي على 2000 سعر حراري.⁵³

يمكن استبدال الأحماض الدهنية المتحولة في الأطعمة دون التأثير على قوامها ومذاقها وتكلفتها، مما يجعل التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة ممكنًا من الناحية الاقتصادية والسياسية والفنية.⁵⁴

الأحماض الدهنية المتحولة، أو الدهون المتحولة، هي نوع من الدهون من أصل طبيعي أو صناعي. يتم إنتاج الدهون المتحولة الموجودة بشكل طبيعي عن طريق البكتيريا الموجودة في أمعاء المجترات (الأبقار والماعز والأغنام)، وتحتوي منتجات الألبان واللحوم المشتقة منهم على كميات صغيرة من الدهون المتحولة. ومن ناحية أخرى، يتم تخليق الأحماض الدهنية المتحولة عبر عملية صناعية تهدف إلى إضافة الهيدروجين إلى الزيت النباتي (الهدرجة) لإنتاج زيوت مهدرجة جزئيًا (PHO)، وهي دهون صلبة أو شبه صلبة.

ازداد استخدام الزيوت المهدرجة جزئيًا منذ الخمسينيات من القرن الماضي بسبب خصائصها التجارية المرغوبة: فهي رخيصة ولها فترة صلاحية طويلة؛ ويمكنها تحمل التسخين المتكرر ولا تفسد بسهولة؛ كما أنها سهلة الاستخدام في صناعة المخبوزات نظرًا لكونها شبه صلبة في درجة حرارة الغرفة. ازداد استخدام الزيوت المهدرجة جزئيًا بشكل أكبر منذ الستينيات من القرن الماضي عندما بدأ القائمون على صناعة الأغذية في استبدال الدهون الحيوانية بالزيوت المهدرجة جزئيًا عملاً بتوصيات الصحة العامة لتقليل تناول الدهون المشبعة الموجودة في الدهون الحيوانية (مثل الزبدة).⁴⁸

على الصعيد العالمي، يتم استهلاك معظم الأحماض الدهنية المتحولة في صورة الزيوت المهدرجة جزئيًا والتي تعتبر شائعة في صناعة المخبوزات والأطعمة المعبأة وبعض زيوت الطهي.



يجب حماية 3.2 مليار شخص بواسطة سياسات الأحماض الدهنية المتحولة ولكن أكثر من 100 دولة لم تُحرك ساكنًا

بالاتحاد الاقتصادي الأوروآسيوي بنسبة 2% للزيوت والدهون المعتمد عام 2015⁶¹. تتمثل الفائدة الإضافية لمثل هذه الأساليب التنظيمية في التأثيرات غير المباشرة، مما يجبر البلدان المحيطة بهذه المناطق على النظر في سياسات التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة للسماح باستمرار تجارة الأغذية.

وعلى الرغم من هذه الجهود لا يزال هناك الكثير الذي يتعين القيام به. لا يزال يتعين على أكثر من 100 دولة اتخاذ إجراءات، ومن بين أعلى 15 دولة في عبء الوفاة المرتبط بتناول الأحماض الدهنية المتحولة، طبقت أربعة فقط (كندا ولافتيا وسلوفينيا والولايات المتحدة الأمريكية) لوائح لإزالة الأحماض الدهنية المتحولة من إمداداتها الغذائية. لم تُقدم عشرة بلدان (أذربيجان، بنغلاديش، بوتان، إكوادور، مصر، إيران، المكسيك، نيبال، باكستان، جمهورية كوريا) على تلك الخطوة بعد، بينما الهند تسير على الطريق الصحيح نحو تطبيق سياسة أفضل الممارسات (انظر المربع 3).⁶⁶

ستستفيد أيضًا البلدان ذات الاستهلاك المنخفض نسبيًا من الأحماض الدهنية المتحولة والوفيات المرتبطة بها من تطبيق لوائح تحد من الأحماض الدهنية المتحولة في الأطعمة. إن تطبيق اللوائح هو إجراء وقائي لتجنب زيادة استهلاك الأحماض الدهنية المتحولة والمخاطر الصحية المرتبطة بها في المستقبل، وللحماية من زيادة مبيعات مصنعي الأغذية من الأطعمة المحتوية على الأحماض الدهنية المتحولة في الأسواق غير الخاضعة للتنظيم الرقابي. بالإضافة إلى ذلك، قد يخفي متوسط مستويات الاستهلاك من الأحماض الدهنية المتحولة على المستوى الوطني مستويات التعرض العالية للأحماض الدهنية المتحولة في البؤر السكانية - لذا يمكن للائحة أن تضمن التقليل من التفاوتات الصحية الناتجة عن تناول الأحماض الدهنية المتحولة إلى الحد الأدنى. ويكون تنفيذ لائحة الأحماض الدهنية المتحولة أسهل وأرخص عندما تكون المستويات الوطنية من الأحماض الدهنية المتحولة منخفضة، مما يوفر أيضًا فرصة لتعزيز القدرة والأنظمة التنظيمية في مجال سلامة الأغذية.⁶²

تستمر أيضًا تفاوتات الحماية من الأحماض الدهنية المتحولة. تم اعتماد معظم القوانين واللوائح في البلدان ذات الدخل المرتفع أو البلدان ذات الدخل فوق المتوسط في أوروبا والأمريكيتين. لم يُقدم أي بلد منخفض الدخل أو دخله أقل من المتوسط على تنفيذ سياسة أفضل الممارسات حتى الآن، مما أدى إلى تفاوتات جغرافية واجتماعية واقتصادية.⁶⁶ وهذا الأمر مثير للقلق بشكل خاص نظرًا لأن الوفيات المرتبطة بأمراض القلب والأوعية الدموية أعلى في البلدان ذات الدخل المتوسط المنخفض مقارنة بنظيرتها ذات الدخل المرتفع.⁶³

تم إحراز تقدم كبير في السنوات العشر الماضية لإزالة الأحماض الدهنية المتحولة من الإمدادات الغذائية العالمية. حتى الآن، أصدرت 32 دولة قوانين ولوائح تحمي 2.4 مليار شخص من هذه المادة الضارة. أقرت 26 دولة أخرى قوانين ولوائح ستدخل حيز التنفيذ في العامين المقبلين، والتي تغطي 815 مليون شخص آخر. بشكل مشجع، يقوم عدد متزايد من البلدان بتقديم سياسات أفضل الممارسات، والتي تشمل وضع حد إلزامي قدره 2 جرام من الأحماض الدهنية المتحولة لكل 100 جرام من إجمالي الدهون/الزيوت في جميع الأطعمة و/أو حظر الزيوت المهدرجة جزئيًا (المصدر الرئيسي للأحماض الدهنية المتحولة). بينما في عام 2010 كان لدى دولتين فقط سياسة أفضل الممارسات سارية المفعول، ارتفع هذا الرقم إلى 14 دولة في عام 2020 وسيصل إلى 40 دولة بحلول عام 2022.⁶⁶ تُظهر هذه التطورات أن اعتماد أدوات قانونية للحد من الأحماض الدهنية المتحولة أو حظر الزيوت المهدرجة جزئيًا أمر ممكن من الناحية السياسية والعلمية.

قد يعتقد البعض أننا بحاجة إلى إبطاء العمل [في السعي للتخلص من الأحماض الدهنية المتحولة] بسبب جائحة كوفيد-19 المخيفة. لكن في الحقيقة، أصبحت الوقاية أكثر أهمية من أي وقت مضى. إن التخلص من الدهون الاصطناعية المتحولة هو وسيلة لإنقاذ الأرواح ومنع النوبات القلبية، وتوفير مرافق الرعاية الصحية في الوقت ذاته.»

الدكتور توم فريدين،

الرئيس والمدير التنفيذي لمبادرة Resolve to Save Lives⁵⁷

كما تم إحراز تقدم في النهج الإقليمية للتخلص من الأحماض الدهنية المتحولة. وافقت الدول الأعضاء في منظمة الصحة للبلدان الأمريكية (PAHO)، منطقة الأمريكتان التابعة لمنظمة الصحة العالمية) بالإجماع على خطة عمل إقليمية للتخلص من الأحماض الدهنية المتحولة المنتجة صناعيًا في الفترة خلال 2020-2025⁵⁸، وهي الأولى من نوعها على مستوى العالم. تشمل اللوائح الإقليمية توجيهًا من الاتحاد الأوروبي يبنى حدًا بنسبة 2% من الأحماض الدهنية المتحولة في جميع الأطعمة في عام 2019⁵⁹، ومعياريًا لمجلس التعاون الخليجي الذي يضع حدًا للأحماض الدهنية المتحولة بنسبة 2% للدهون والزيوت و5% للأطعمة الأخرى في عام 2015⁶⁰، وحد الأحماض الدهنية المتحولة الخاص

المربع 3

الهند والمكسيك: استخدام السياسات التغذوية للحد من تناول الأحماض الدهنية المتحولة لمواجهة كوفيد-19

بنبت ولايتان مكسيكيتان، وهما أوآكساكا وتاباسكو، سياسةً لحظر بيع لدى الأطفال - وهي مصدر شائع للأحماض الدهنية المتحولة وغنية بالدهون الأخرى والملح والسكر والسعرات الحرارية - للأطفال دون سن 18 عامًا لمعالجة الحالات الصحية الكامنة التي تزيد من خطورة كوفيد-19.⁶⁵ في 25 ولاية أخرى (من أصل 32 ولاية) وعلى المستوى الاتحادي، تم اتخاذ تدابير مماثلة.⁶⁶ تزامن الحظر مع دخول السياسات الوطنية الجديدة الخاصة بوضع الملصقات الغذائية حيز التنفيذ في 1 أكتوبر 2020، والتي تتضمن فرض الإعلان عن محتوى الدهون المتحولة في قائمة البيانات التغذوية واستخدام ملصق تحذير للدهون المتحولة على الغلاف الأمامي للعبوة* إذا كان 1% أو أكثر من إجمالي طاقة المنتج مشتق من الدهون المتحولة.⁶⁷

عجلت هيئة سلامة الأغذية والمعايير في الهند (FSSAI) في الانتهاء من سياسة أفضل الممارسات التي تقدم حدًا قدره 2 جرام من الأحماض الدهنية المتحولة لكل 100 جرام من الدهون/الزيوت في جميع الأطعمة كخطوة لتقليل عبء الأمراض غير السارية وبالتالي تأثير كوفيد-19 (حاليًا، تضع الهند حدًا لمحتوى الأحماض الدهنية المتحولة إلى 5% فقط في الدهون والزيوت).⁶⁴

«المحتوى العالي من الدهون المتحولة في الغذاء هو سبب محتمل لأمراض القلب والسكتة الدماغية. تعتبر الحالات الطبية الزمنية مثل أمراض القلب عامل خطر رئيسي لكوفيد-19. يعاني غالبية المرضى الذين ماتوا بسبب كوفيد-19 في الهند من حالات مرضية مزمنة. لقد قررنا الإسراع في تقديم لائحة مقترحة للحد من الدهون غير المشبعة لأن هذا هو ما نحتاجه الآن خلال الجائحة.»

أرون سنغال، الرئيس التنفيذي لهيئة سلامة الأغذية والمعايير الهندية⁶⁴ (FSSAI).



Trans fats have no benefit at all, to the contrary, they increase the risk of heart disease. They are the most health harming fats; it is not necessary to consume them in any quantity. #LabellingForHealth

Social media campaign of the Government of Mexico, the Ministry of Health, the National Public Health Institute and the Intersectoral Group of Health, Nutrition, Environment and Competition (GISAMAC)

* ينبغي وضع ملصقات التحذير أيضًا على الأطعمة عالية السعرات الحرارية والغنية بالسكريات والدهون المشبعة والصوديوم، بناءً على نموذج ملف تعريف العناصر الغذائية لمنظمة الصحة للبلدان الأمريكية. ينطبق حظر الوجبات السريعة في تاباسكو وأوكساكا على الأطعمة التي تحمل ملصقات التحذير، أي التي ترتبط باللوائح الجديدة الخاصة بوضع الملصقات الغذائية.

Las grasas trans no aportan ningún beneficio, al contrario, aumentan el riesgo de enfermedades del corazón.

Son las grasas más dañinas para la salud; no se necesita consumirlas en ninguna cantidad.

#EtiquetadoParaLaSalud

GOBIERNO DE MÉXICO | GISAMAC | SALUD | Instituto Nacional de Salud Pública

يُفضل اتباع لائحة إلزامية على الالتزامات الطوعية في التخلص التدريجي من الأحماض الدهنية المتحولة

لا تغطي هذه الجهود التطوعية سوى نسبة مئوية صغيرة من الأطعمة المعبأة في جميع أنحاء العالم⁵⁶، كما كانت الجهود التطوعية للقائمين على صناعة الأغذية وموردي الزيوت والدهون بطيئة بشكل عام في التخلص التدريجي من الأحماض الدهنية المتحولة. استبدل العديد من كبار مُنتجي المواد الغذائية الأحماض الدهنية المتحولة بدهون صحية في المنتجات المباعة إلى البلدان ذات الدخل المرتفع - والتي يمتلك الكثير منها لوائح تنظيمية للأحماض الدهنية المتحولة - بينما يعارضون استبدال الأحماض الدهنية المتحولة في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل.^{56، 70}

في عام 2019، التزمت المنظمات الأعضاء في التحالف الدولي للأغذية والمشروبات (IFBA) علنًا بتقييد الأحماض الدهنية المتحولة بمقدار 2 جرام لكل 100 جرام من الدهون/الزيوت في منتجاتها الغذائية في جميع أنحاء العالم بحلول عام 2023 لتتماشى مع هدف منظمة الصحة العالمية المعني بالتخلص من الأحماض الدهنية المتحولة بحلول عام 2023. تعهد أعضاء التحالف الدولي للأغذية والمشروبات IFBA أيضًا بإعادة صناعة منتجاتهم دون زيادة محتواها من الدهون المشبعة⁶⁸ سيكون من المهم أن يتم مراقبة وتقييم تنفيذ هذه الالتزامات وتأثيرها بشكل مستقل وشفاف.

في إعلان أمريكا خالية من الدهون المتحولة في عام 2008⁶⁹، والمدعوم من منظمة الصحة للبلدان الأمريكية، التزم ممثلو شركات الأغذية الكبرى في أمريكا اللاتينية (بما في ذلك بعض أعضاء التحالف الدولي للأغذية والمشروبات IFBA)، وشركات زيوت الطهي والجمعيات الصناعية، جنبًا إلى جنب مع مندوبي سلطات الصحة العامة الوطنية، بتقييد الأحماض الدهنية المتحولة بنسبة 2% في الزيوت والسمن النباتي (المارجرين) و5% في الأطعمة الأخرى.

قد يُحجم القائمون على صناعة الأغذية وموردي الزيوت والدهون عن التخلص التدريجي من الأحماض الدهنية المتحولة خوفًا من دخول المنافسين إلى السوق إذا تم افتقار اللوائح التنظيمية التي تخلق مجالًا متكافئًا في الصناعة. بالإضافة إلى ذلك، لا يمكن للحكومات إنفاذ الامتثال للالتزامات التطوعية. تظهر الأبحاث أن الأساليب التطوعية أقل فعالية من اللوائح الإلزامية في الحد من محتوى الأحماض الدهنية المتحولة في الأطعمة.^{71، 52} لذلك، نوصي بوضع لائحة إجبارية مع آليات إنفاذ قوية عوضًا عن الخطط التطوعية.



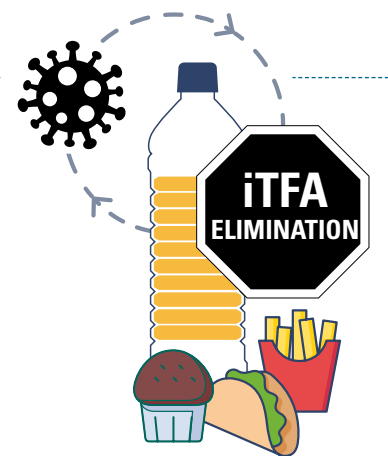
يجب تضمين التخلص من الزيوت المهدرجة جزئيًا والتي تعد المصدر الرئيسي للأحماض الدهنية المتحولة الإصطناعية في الصناعات الغذائية في نهج سياسة شاملة

على مستوى الرعاية الصحية، يجب أن تتضمن إجراءات السياسة تدابير وقائية مثل فحوصات ضغط الدم والسيطرة على ارتفاع ضغط الدم (على سبيل المثال، من خلال تنفيذ برنامج HEARTS الذي أطلقته منظمة الصحة العالمية⁷²)، وبرامج إنقاص الوزن الزائد والاستشارات الغذائية.

بالإضافة إلى ذلك، فإن فرض الضرائب على الأطعمة والمشروبات غير الصحية إلى جانب الكحول والتبغ من شأنه أن يقلل من تناولها، وفي بعض الحالات، قد يكون حافزًا على إعادة التصنيع أثناء تعبئة الإيرادات المحلية، والتي يمكن استثمارها في تعزيز النظام الصحي والتغطية الصحية الشاملة. لن تسهم هذه الاستثمارات في مجال الصحة في المستقبل فحسب، بل ستساهم أيضًا في التأهب لمواجهة أي جائحة وقدرة الأنظمة الصحية على الصمود. والجدير بالذكر، إذا تم استخدام هذه الإيرادات بشكل تدريجي، فإنها ستفيد الأسر الفقيرة وتساعد في التغلب على الفقر وانعدام المساواة. على سبيل المثال، تشير التقديرات إلى أن زيادة سعر المشروبات المحلاة بالسكر والكحول والتبغ بنسبة 50% يمكن أن يُزيد الدخل بمقدار حوالي 24.7 مليار دولار أمريكي في 54 دولة منخفضة ومتوسطة الدخل بحلول عام 2030.⁷³

النظام الغذائي هو أحد عوامل الخطر الرئيسية القابلة للتعديل لمعالجة الحالات الكامنة التي تسبب في الإصابة بكوفيد-19 الحاد. لذلك، فإن تضمين التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة في نهج سياسة شاملة لتحسين البيئة الغذائية سيعالج الأمراض غير السارية والجائحة الحالية. كما ستعمل هذه السياسة الشاملة على تحسين التأهب والقدرة على التكيف مع أي جائحة في المستقبل، حيث أن السكان الذين يتسمون بصحة أفضل مع انتشار أقل للأمراض غير السارية أقل عرضة للعدوى وأفضل استعدادًا لمكافحتها.

بالإضافة إلى اللائحة التنظيمية للأحماض الدهنية المتحولة، يجب أن تتضمن حزمة السياسة الشاملة للوقاية من الأمراض غير السارية المرتبطة بالنظام الغذائي مثل أمراض القلب والأوعية الدموية وضع الملصقات التغذوية الإلزامي (التي تتضمن قوائم المواد الغذائية التي تشمل الدهون المتحولة، ووضع الملصقات الموضحة على الغلاف الأمامي للعبوة، والقواعد الخاصة بالمواد الغذائية والادعاءات الصحية)، والقيود المفروضة على تسويق المواد الغذائية التي تستهدف الأطفال والمراهقين، والمعايير الإلزامية للأغذية الصحية المدرسية، والحد من محتوى الملح/الصوديوم في هذه الأطعمة، ومعايير التغذية للمشتريات العامة. يمكن أن تترافق تدابير السياسة هذه مع حملات توعية عامة لتثقيف الجمهور بشأن التغذية الصحية.



إن تضمين التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة جنبًا إلى جنب مع هذه الاستراتيجيات التي أثبتت جدواها - والتي يعتبر كثير منها «أفضل الأساليب» المقترحة من منظمة الصحة العالمية - في جزم إجراءات الإنعاش سيسمح للأنظمة الصحية العالمية بـ «إعادة البناء بشكل أفضل». إن استخدام استراتيجيات الوقاية الأولية هذه على مستوى السكان في مواجهة كوفيد-19 سيكون بمثابة نقطة انطلاق للتغلب على أكبر مسببات الأمراض القاتلة في العالم، ألا وهي أمراض القلب والأوعية الدموية؛ ودعم التعافي الاقتصادي من الجائحة؛ وزيادة الأمن الصحي من خلال جعل الأجيال القادمة أكثر قدرة على مقاومة لأمراض المعدية.

المراجع

تم التحقق من جميع الروابط في 13 أكتوبر 2020.

- ↑ كلارك وآخرون. التقديرات العالمية والإقليمية والوطنية للسكان المعرضين لخطر متزايد للإصابة بكوفيد-١٩ الحاد بسبب الحالات الصحية الكامنة في ٢٠٢٠: دراسة نموذجية. ذا لانسيت. ٢٠٢٠؛(٨)١٧:١7٠0-١7٠٤. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/30264-3/10.1016.S2214-109X(20)30264-3
- ↑ منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). جنيف. 2018. الأمراض غير السارية: الوقائع الرئيسية. متوفرة عبر https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases.
- ↑ منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). جنيف 2013. الإطار العالمي لرصد وتقييم الأمراض غير السارية. متوفرة عبر https://www.who.int/nmh/global_monitoring_framework/en.
- ↑ شبكة حلول التنمية المستدامة (عبر الإنترنت). نيويورك. المؤسّرات وإطار الرصد. متوفرة عبر4-3/https://indicators.report/targets/.
- ↑ المشاركون في اتحادcountdown 2030 للأمراض غير السارية. Countdown 2030 للأمراض غير السارية: مسارات تحقيق هدف التنمية المستدامة 3.4. ذا لانسيت. 2020؛918-34:396. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/31761-X/10.1016.S0140-6736(20)31761-X
- ↑ أجيمانج سي وفان دين بورن بي جي. الوصول المحدود لأدوية علاج أمراض القلب والأوعية الدموية في البلدان منخفضة الدخل والبلدان متوسطة الدخل: الفقر هو أساس الموضوع. ذا لانسيت جلوبال هيلث. 2018؛3(6):234-5. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/30048-2/10.1016.S2214-109X(18)30048-2
- ↑ أولامي م وآخرون. السيطرة على أمراض القلب والأوعية الدموية في البلدان منخفضة ومتوسطة الدخل بالحجة الدامغة عبر البراجماتية المجلة الطبية البريطانية جلوبال هيلث. 2016؛1:000105. معرف الغرض الرقمي: 10.1136/bmjgh-2016-000105/10.1136
- ↑ منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). جنيف. 2020. حماية أكثر من 3 مليارات شخص من الأغذية المحتوية على دهون متحوّلة ضار. متوفرة عبر https://www.who.int/news-room/detail/09-09-2020-more-than-3-billion-people-protected-from-harmful-trans-fat-in-their-food.
- ↑ كوتنيس في وآخرون. ثلاث تدخلات للصحة العامة يمكن أن تقذ حياة 94 مليون شخص في 25 عامًا. Circulation. 2019؛140(9):25-715. معرف الغرض الرقمي:10.1161/CIRCULATIONAHA.118.038160
- ↑ روبنشتاين أ وآخرون. القضاء على الاحماض الدهنية المتحولة الصناعية في الارجنتين: الآثار التقديرية على عبء الامراض القلبية الوعائية وتقديراتها. . 2015؛614:93-622. معرف الغرض الرقمي: 10.2471/BLT.14.150516/10.2471
- ↑ ريستريو بي جي وريجي إم. سياسة الدنمارك حول الدهون الصناعية المتحولة والأمراض القلبية الوعائية. المجلة الأمريكية للطب الوقائي. 2016 ؛15(1):69-76. معرف الغرض الرقمي: 2015.06.018/10.1016.amepre.j
- ↑ بيرسون شتوتارد جي وآخرون. تحليل فعالية التكلفة للقضاء على الدهون الصناعية وجميع الدهون المتحولة في إنجلترا وويلز: دراسة نموذجية. مجلة الصحة العامة. 2017؛3(39):574-582. معرف الغرض الرقمي: 10.1093/pubmed/fdw095/10.1093
- ↑ براندت إي جي وآخرون. تسجيل الدخول للمستشفى بسبب الإصابة باحتشاء عضلة القلب والسكتة الدماغية قبل وبعد القيود المفروضة على الأحماض الدهنية المتحولة في نيويورك. JAMA Cardiol. 2017؛2(6):627–634. معرف الغرض الرقمي: 10.1001/jamacardio.2017.0491/10.1001
- ↑ بامبرا بي وآخرون. جائحة كوفيد-19 والتفاوتات الصحية. مجلة وبائيات الصحة وصحة المجتمع. 2020؛964-968:74معرّف الغرض الرقمي: 10.1136/jech-2020-214401/10.1136
- ↑ برنامج الأمم المتحدة الإنمائي (عبر الإنترنت). منظمة الصحة العالمية وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي. الاستجابة للأمراض المعدية أثناء وبعد جائحة كوفيد-19. 2020. متوفرة عبر https://www.undp.org/content/undp/en/home/librarypage/hiv-aids/responding-to-non-communicable-diseases-during-and-beyond-the-co.html.
- ↑ تحالف الأمراض غير السارية (عبر الإنترنت). ملاحظة موجزة: آثار كوفيد-19 على الأشخاص المصابين بالأمراض غير السارية. 2020. متوفرة عبر https://ncdalliance.org/sites/default/files/resource_files/COVID-19_%26_NCDs_BriefingNote_27April_FinalVersion_0.pdf.
- ↑ أوجونيا دي وأونيميلوكوي جي بيي. دور العدوى في ظهور الأمراض غير السارية (NCDs): الاحتياجات الملحة لاستراتيجيات جديدة في العالم النامي. J Infect Public Health. 2009؛2(1):14-29. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/2009.02.001/10.1016
- ↑ مكتبة الأمم المتحدة الرقميّة. القرار رقم A/RES/73/2. الإعلان السيايبي للاجتماع الثالث رفيع المستوى للجمعية العامة بشأن الوقاية من الأمراض غير المعدية ومكافحتها. 2018. متاح عبر https://digitallibrary.un.org/record/1648984?ln=en.
- ↑ مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها. حول متلازمة السئق الأوسط التنفسية: الأعراض والمضاعفات. 2019. متوفرة عبر https://www.cdc.gov/coronavirus/mers/about/index.html.
- ↑ لو إل وآخرون. مقارنة بني عوامل الخطر المرتبطة بالوفيات لـ COVID-19 و SARS و MERS: مراجعة منهجية وتحليل تلوي. J Infect. 2020؛81:e18-e25. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/2020.07.002/10.1016
- ↑ ريتشارد هورتنون. أوفلاين: كوفيد-19 ليس جائحة. ذا لانسيت. 2020؛396:874. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/32000-6/10.1016.S0140-6736(20)32000-6

- 45 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). الملاحظات الافتتاحية للمدير العام لمنظمة الصحة العالمية في إطلاق العد التنازلي حتى عام 2023: تقرير منظمة الصحة بشأن القضاء على الدهون المتحولة عالميًا 2020. 2020. متوفرة عبر <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-launch-of-countdown-to-2023-who-report-on-global-trans-fat-elimination-2020>
- 46 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). برنامج العمل العام الثالث عشر 2019-2023. 2019. متوفرة عبر <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-launch-of-countdown-to-2023-who-report-on-global-trans-fat-elimination-2020>
- 47 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). مواجهة الأمراض غير السارية. «أفضل الوسائل» والتدخلات الأخرى الموصى بها للوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها. 2017. متوفرة عبر <https://apps.who.int/iris/handle/10665/259232>
- 48 داريو مظهران. إزالة الدهون المتحولة الصناعية من الأطعمة. المجلة الطبية البريطانية. 2010;340:1826-1826. معرف الغرض الرقمي: 10.1136/bmj.c1826
- 49 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). REPLACE: الأسئلة المتكررة. 2018. متوفرة عبر <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331304/WHO-NMH-NHD-18.7-eng.pdf>
- 50 سحر يامني وآخرون. الأحماض الدهنية الغذائية وفي الدورة الدموية وخطر الإصابة بسرطان المبيض في الاستقصاء الأوروبي المستقبلي حول السرطان والتغذية. مجلة علم أوبئة السرطان والعلامات الحيوية والوقاية. 2020;49:1739-29. معرف الغرض الرقمي: 10.1158/10.1158/19-1477.EPI
- 51 ر ميتشا، د مظفارين. الأحماض الدهنية المتحولة: التأثيرات على صحة القلب والأوعية الدموية وانعكاساتها على السياسة العامة. -147:147(3-5). 2008;79 Prostag Leukotr Ess. 2008;79:147-152. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/09.008/2008.z.jplefa
- 52 شونا إم دانوز. فعالية السياسات للحد من الدهون المتحولة في الأنظمة الغذائية: مراجعة منهجية للدلة. Bull World Health Organ. 2013;91(4):262-269H . معرف الغرض الرقمي: 10.2471/BLT.12.111468
- 53 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). المبادئ التوجيهية: تناول الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتحولة للبالغين والأطفال. 2018 (مسودة للتشاور العام). متوفرة عبر https://extranet.who.int/dataform/upload/surveys/666752/files/Draft%20WHO%20SFA-TFA%20guidelines_04052018%20Public%20Consultation.pdf
- 54 تدروس أدهانوم جيبريسوس، توماس ر فريدين. REPLACE: خارطة طريق لجعل العالم خاليًا من الدهون المتحولة تمامًا بحلول عام 2023. 2018;391:1978-80. معرف الغرض الرقمي: 10.1016/18(18)31083-3
- 55 وزارة الصحة والخدمات البشريّة، إدارة الغذاء والدواء (عبر الإنترنت). واشنطن العاصمة. برز ر. تقدير تكاليف وفوائد إزالة الزيوت المهدرجة جزئيًا من إمدادات الغذاء الأمريكية. مذكرة من مكتب المفوض إلى مكتب سلامة المضافات الغذائية. 2015. متوفرة عبر https://www.who.int/docs/default-source/documents/replace-transfats/l-elements-of-economic-analysis.pdf?sfvrsn=be3a5f02_2
- 56 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). العد التنازلي حتى عام 2023: تقرير منظمة الصحة العالمية بشأن القضاء على الدهون المتحولة عالميًا 2020. 2020. متوفرة عبر <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334170/9789240010178-eng.pdf>
- 57 خطاب الدكتور توم فريدن في حفل الإطلاق الافتراضي لتقرير منظمة الصحة العالمية حول القضاء على الدهون المتحولة عالميًا لعام 2020. 2020. تسجيل الحدث متوفر عبر https://www.youtube.com/watch?v=VN_cTLFKhY&feature=youtu.be
- 58 منظمة الصحة العالمية (عبر الإنترنت). خطة عمل للقضاء على الأحماض الدهنية المتحولة المُنتجة صناعيًا 2020-2025. 2020. متوفرة عبر <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51965?locale-attribute=es>
- 59 المفوضية الأوروبية (عبر الإنترنت). لائحة المفوضية (الاتحاد الأوروبي) 649/2019 الصادرة في 24 أبريل 2019 تعديل المرفق الثالث للائحة (المفوضية الأوروبية) رقم 1925/2006 الصادرة عن البرلمان الأوروبي والمجلس الأوروبي فيما يتعلق بالدهون المتحولة، بخلاف الدهون المتحولة الموجودة بشكل طبيعي في الدهون من أصل حيواني. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32019R0649&from=EN>
- 60 هيئة التقييم لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية. اللائحة الفنية لدول الخليج: الأحماض الدهنية المتحولة. 2015;2015:2483 GSO
- 61 أندري ديمني وآخرون. سياسة القضاء على الأحماض الدهنية المتحولة في الدول الأعضاء في الاتحاد الاقتصادي الأوروبي الآسيوي: تحديات التنفيذ والقدرة على التنفيذ. مجلة ارتفاع ضغط الدم السريري. 2020;22(8):1328-1337. معرف الغرض الرقمي: 10.1111/ch.13945
- 62 Resolve to Save Lives (عبر الإنترنت). تنظيم الدهون المتحولة. حتى في ظل انخفاض العبء. 2019. متوفرة عبر <https://www.regulations.gov/burden-low-brief-advocacy-fat-trans/PDFs/assets/org.linkscommunity/>
- 63 إيوانا تسولاكي وآخرون. التعرضات العالمية لعوامل خطر القلب والأوعية الدموية والآثار الصحية المرتبطة بها. L. 2016;133:2314-2333. Circulation. 2016;133:2314-2333. معرف الغرض الرقمي: 10.1161/CIRCULATIONAHA.115.008718
- 64 نيتو شاندرنا شارما. الحكومة تضع اللوائح الخاصة بالحد من الدهون المتحولة أثناء جائحة كوفيد-19. 2020. Mint. 2020. متوفرة عبر <https://www.livemint.com/news/india/government-to-finalize-regulation-to-limit-trans-fats-during-covid-19-pandemic-11597930616865.html>



لقد سلط فيروس كوفيد-19 الضوء على أهم قضية صحية في عصرنا، والتي تجاهلها صانعو السياسات والعامّة إلى حد كبير حتى الآن: ألا وهي الأمراض غير السارية، والتي تتسبب في 71% من الوفيات العالمية سنويًا. الأشخاص المصابون بالأمراض غير السارية، وخاصة أولئك الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية (CVD)، هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بأعراض حادة والوفاة نتيجة للإصابة بفيروس كوفيد-19. ونتيجة لذلك، أصبحت الحاجة الملحة لاتخاذ تدابير السياسة العامة لحماية صحة القلب والأوعية الدموية أكثر وضوحًا من أي وقت مضى. أحد الأمثلة على «الثمار الدانية» في مجال الوقاية من أمراض القلب والأوعية الدموية هو التخلص من الأحماض الدهنية المتحولة المُنتجة صناعيًا (الأحماض الدهنية