

## مبادرة الريادة في بيان السعرات الحرارية

تشهد دولة الإمارات بشكل خاص ودول العالم بشكل عام تزايداً مستمراً في تناول وجبات الطعام خارج المنزل، وهو ما يعرض الأفراد لاستهلاك المزيد من السعرات الحرارية، مع تزايد أحجام الحصص المقدمة ومحتوى السعرات الحرارية في الوجبات، مما يؤدي بدوره إلى زيادة الوزن وارتفاع حالات السمنة خاصة مع اختيارات الغذاء غير الصحي، وقد لوحظ في الآونة الأخيرة انتشار زيادة الوزن والسمنة في الامارات العربية بنسبة 2-3 أضعاف ما بين عامي 1989 و2017.

ولقد لاقت منهجية بيان معلومات السعرات الحرارية على قوائم الطعام قبولاً عاماً في جميع أنحاء العالم كسياسة عامة للحد من استهلاك السعرات الحرارية وبالتالي تقليل الأمراض المصاحبة للسمنة، حيث يُعتبر بيان السعرات الحرارية على قوائم الطعام نهجاً مبتكراً لتغيير بيئة غذاء المستهلك وتعزيز وعيه بمحتوى السعرات الحرارية في الوجبات الجاهزة، مما يساهم في تقليل التكلفة المترتبة على أمراض السمنة. وقد استجابت بلدية دبي لهذه التوجهات وأطلقت مبادرة بيان السعرات الحرارية على قوائم الطعام في منشآت تحضير وبيع الطعام في دبي، مما سيتيح للأفراد اتخاذ خيارات غذائية مدروسة وبالتالي المساعدة على مكافحة أمراض السمنة.

إضافة إلى الأثر الإيجابي على صحة المستهلك، فقد يساعد بيان السعرات الحرارية على قوائم الطعام على تشجيع المطاعم على أن تسلط الضوء على خيارات الطعام ذات السعرات الحرارية المنخفضة وإدخال خيارات أطعمة صحية جديدة، كما سيكون هناك تأثير إيجابي على اختيار المستهلك لمطاعم محددة بشكل خاص لاحتوائها على قوائم ذات سعرات حرارية، وهذا بدوره سيدفع بعض المطاعم للبدء في تطبيق بيان السعرات الحرارية قبل الآخرين كنوع من روح التنافسية.

وقد أطلقت بلدية دبي **مبادرة الريادة في بيان السعرات الحرارية** لإتاحة الفرصة لتلك المؤسسات التي ترغب في تصدر المؤسسات الغذائية في بيان السعرات الحرارية وتشجيع المنشآت الأخرى على اتباع نفس النهج. المشاركون في مبادرة الريادة هم مؤسسات أغذية ملتزمة ببرنامج وضع السعرات الحرارية وتطبيقها اختياريًا قبل تحديد مهلة نهائية لتطبيقها.

وعلى المؤسسات الرائدة في هذه المبادرة وكذلك المؤسسات الغذائية الأخرى مراعاة الالتزام بالنقاط الهامة التالية من أجل تطبيق أفضل الممارسات لبرنامج بيان الأسعار الحرارية على قوائم الطعام:

- عرض معلومات الأسعار الحرارية على جميع الأطعمة والمشروبات الروتينية التي يتم بيعها وغيرها من عناصر القائمة الأخرى وفقاً للقواعد الموضحة في الدليل الإرشادي.
- يجب عرض معلومات الأسعار الحرارية بوضوح في أماكن عرض الأغذية للبيع (يوضح مقدار الأسعار أينما يوجد وصف للمادة الغذائية أو والمشروب بجانب وبنفس أهمية ثمن الوجبة)
- يجب عرض معلومات كمية الأسعار الحرارية لكل حصة طعام أو وجبة
- يجب أن يبين بوضوح عدد الأسعار الحرارية التي يحتاجها الأشخاص العاديون في اليوم حتى يتمكن المستهلك من تقييم الأسعار الموضحة على الطعام (على سبيل المثال يحتاج البالغ (من عمر 13- وأكبر) إلى 2000 سعر حراري / يوم لتلبية الاحتياجات التغذوية بينما يحتاج الأطفال (من عمر 4 إلى 12)، مع مراعاة اختلاف الاحتياجات الفردية).

### المشاركة في مبادرة "الريادة في إعلان الأسعار الحرارية"

المشاركة في مبادرة "الريادة" متاحة لكل من يرغب بالالتزام.

- يمكن تحليل وجبات الطعام الشائعة التي تقدمها المؤسسة الغذائية باستخدام حاسبة الأسعار الحرارية في قاعدة بيانات الفود وتش للأغذية Foodwatch Generic، (ستكون متاحة قريباً)، والتي تتضمن مجموعة من الأطعمة والمشروبات الشائعة الموجودة في دبي بالإضافة إلى قوائم الأطعمة الخاصة بكل مؤسسات تحضير الأغذية بأنواعها المختلفة مثل المخازن والمقاهي والأطعمة السريعة والكافيتريا.
- يمكن أيضاً استخدام طرق أخرى لتحليل بيانات الأغذية مثل استخدام برامج التغذية الإلكترونية المختلفة والحساب اليدوي باستخدام قاعدة بيانات أساسية للمواد الغذائية.
- في حال تم حساب معلومات الأسعار الحرارية خارج منصة Foodwatch، فيجب أن تبقى المستندات المطلوبة جاهزة للتحقق.

## التقييم والمتابعة

سيكون هناك تحقق أولي لحساب السعرات الحرارية لمكونات قائمة الطعام والتأكد من الالتزام لقواعد وضع السعرات الحرارية. بالإضافة إلى ذلك، سيتم إجراء زيارات ميدانية لمواقع المؤسسات الغذائية التي باشرت بالتطبيق من أجل التحقق من بيان السعرات الحرارية الفعلي وإعداد الوجبة للتأكد من الممارسات التي يمكن أن يكون لها تأثير على معلومات السعرات الحرارية ومراجعة التطبيق الصحيح لبيان معلومات السعرات الحرارية على قوائمهم.

توصي البلدية مؤسسات تحضير الأغذية مراعاة الخطوات التالية من أجل الحفاظ على معلومات السعرات الحرارية في قوائمها صحيحة:

- الاحتفاظ بسجلات مفصلة للخطوات المستخدمة لحساب معلومات السعرات الحرارية
- الاحتفاظ بسجلات مفصلة للعملية المستخدمة لتحديث معلومات السعرات الحرارية
- تدريب الموظفين على إعداد وتقديم الطعام والشراب للحفاظ على كمية السعرات في الوجبات المقدمة

كما تخطط بلدية دبي للقيام بأنشطة التوعية المجتمعية من خلال توفير معلومات التغذية التي تدعم الخيارات الصحية عبر قنوات التواصل والتسويق، وتزويد المستهلكين بالمواد التعليمية حول كيفية قراءة البيانات التغذوية والسعرات الحرارية.

المشاركون في مبادرة الريادة في بيان السعرات الحرارية مرحب بهم أيضاً للانضمام إلى حملات التوعية هذه، في مجهود مشترك من أجل ضمان التنفيذ الناجح للمبادرة ومواجهة مرض السمنة، من خلال تبني طرق طهي أكثر صحة وتقليل حجم الحصص المقدمة، وتقليل محتوى السعرات واثم الترويج للخيارات الصحية المتاحة للمستهلكين بشكل إيجابي من خلال تقديم عروض خاصة للوجبات الصحية. كما يمكن للمؤسسات الغذائية إعادة إعداد وتحضير وصفات وجبات قائمة الطعام عن طريق تقليل واستبدال العناصر الغذائية التي تحتوي على الدهون المشبعة والدهون المتحولة والملح والسكريات، وهو إجراء يمكن من خلاله تحسين النظام الغذائي على مستوى المجتمع.

## متطلبات البرنامج

يجب على مؤسسة تحضير الأغذية

- أن تقدم التزامها الرسمي من خلال عملية تسجيل البرنامج.
- أن توضح تاريخ تنفيذ بيان السعرات الحرارية.
- إعداد الوثائق التالية بحلول تاريخ التنفيذ:

- ✓ تقرير التغذية لعناصر قائمة الطعام وفقاً لورقة تقرير التغذية المقترح من البلدية \*
- ✓ في حال عرض معلومات السعرات الحرارية في القائمة (المطبوعة أو الرقمية أو عبر الإنترنت)، فيجب إرسال نسخة إلكترونية من القائمة إلى العنوان التالي: [nutrition@dm.gov.ae](mailto:nutrition@dm.gov.ae)
- ✓ للمساعدة في بيان معلومات السعرات الحرارية، فيمكن استخدام نموذج السعرات المقترح من بلدية دبي المخصص لعرضها \*
- ✓ في حال حساب السعرات الحرارية يدوياً، فيمكن على المؤسسات الغذائية استخدام نموذج البلدية للتحليل التغذوي (اختياري)

\* يمكن إيجاد تقرير التغذية وورقة إعلان بلدية دبي ونموذج التحليل على

موقع [www.foodsafe.ae](http://www.foodsafe.ae) وموقع بلدية دبي [www.dm.gov.ae](http://www.dm.gov.ae).

\*\* لمزيد من المعلومات حول بيان السعرات الحرارية، يرجى الرجوع إلى الدليل الإرشادي

Published by  
Food Safety Awareness and Applied Nutrition Unit,  
Food Safety Department,  
Dubai Municipality  
Date: 14/10/2019

For more information, please contact:  
[nutrition@dm.gov.ae](mailto:nutrition@dm.gov.ae) or 04 5218920/04 521 8919