૩ થી ૬ વર્ષનાં બાળકોમા કુપોષણ ના સ્તરનો અભ્યાસ.

Dissertation for the Degree of Master of Science
Foods and Nutrition

By
Anju Babubhai Odedara
Under the Guidance of
Ms. Krishna D. Thakkar
Asst. Professor
Department of Home Science
Children's University, Gandhinagar
Year 2019-20

Abstract: કુપોષણ ગંભીર બીમારી છે કુપોષિત બાળકોમા ચેપ સહેલાઇથી લાગે છે તે માટે તેઓ વધારે સંવેદનશીલ હોય છે. ઓરી, ઝાડા ન્યુમોનિયા મલેરીયા થાય તો મોત ની સંભાવના એક સામાન્ય બાળક કરતા 30 થી 60 % વધારે હોય છે. કુપોષિત બાળકો નો બુધ્ધિ આંક એટલે(ઇંટેલિજન્સ કોશન્ટ) ઓછો હોય છે. કુપોષણવાળા વ્યક્તિમા વિટામીન, ખનીજ અને અન્ય આવશયક પદાર્થોનો અભાવ હોય શકે છે. કુપોષણ એ એવી સ્થિતી છે કે જે આહાર ખાવાથી પરીણામે છે. જેમાં એક અથવા વધું પોષક તત્વો પ્રાપ્ત નથી હોતા અથવા વધારે પડતા હોય છે.નાના બાળકો મા કુપોષણ વધારે જોવા મળે છે કારણ કે તેમા રોગ પ્રતિકારક શક્તિ ઓછી હોય છે. કુપોષણ એ ગરીબી, માતુત્વ સ્વાસ્થ્યની નિરક્ષરતા, ઝાડા જેવા રોગો, ઘરનાં વાતાવરણ, આહાર પદ્ધતિઓ જેવા વિવિધ પરિબળોમાં એક જટિલ આંતરક્રીયા તરીકે થાય છે. જન્મ સમય નું ઓછુ વજન, છેલ્લા મહીનામાં ઝાડા થવાની ઘટના અને વિકાસશીલ દેશોમાં કુપોષણ સાથે સંકળાયેલુ છે.

પદ્ધતિ :-

૩ થી ૬ વર્ષના બાળકોમાં કુપોષણ માપવામા આવ્યો છે. બાળકોના ડેટા લેવા માટે પ્રશ્નાવલિ નો ઉપયોગ કરવામા આવ્યો હતો પ્રશ્નાવલિમા બાળક ની ઉંમર અને ઉંચાઇ, તેમજ પરિવારની માહીતી લેવામાં આવી હતી.તેમજ બાળકોની વજન ઉંચાઇ માપવા માટે એન્થ્રોપોમેટ્રીક નો ઉપયોગ કરવામા આવ્યો હતો. અને પરિવારની ખોરાક વિશે ની માહીતી લેવા માટે ફુડ ફીકવન્સી નુ ફોમ પણ ભરવામાં આવ્યું હતું તેના દ્વારા ખબર પડે કયો પરિવાર કેટલો ખોરાક લે છે.

પરીણામ :-

૩ થી ૬ વર્ષના 30 બાળકો હતાં તેમા ૭૦ % બાળકો કુપોષણનું પ્રમાણ વધુ જોવા મળ્યું. ૩૦% બાળકો સામાન્ય વજન વાળા હતાં.

Keywords: કુપોષણ, બાળકો, વજન, ઉંચાઇ, આહાર