

راهنمای روز جهانی ایمنی غذا ۲۰۲۵

ایمنی غذا: علم در عمل



ترجمه:

دکتر سیده نرگس مظلومی، دکتر آتنا رضانی

۱. عضو هیئت علمی گروه تغذیه دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مازندران
۲. مرکز تحقیقات سلامت فرآورده های گیاهی و دامی دانشگاه علوم پزشکی مازندران



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations



World Health
Organization



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

۷ ژوئن ۲۰۲۵



روز جهانی ایمنی در مواد غذایی

ایمنی غذا: علم در عمل





روز جهانی ایمنی مواد غذایی

همه ما به غذای ایمن نیاز داریم

غذا ممکن است با طیف وسیعی از خطرات آلوده شود: باکتریها، مواد شیمیایی، قارچها یا انگلها که میتوانند باعث حداقل ۲۰۰ بیماری مختلف شوند. این بیماریها بر سلامت، معیشت، آموزش و اقتصاد تأثیر میگذارند. با این حال، میتوان از آنها پیشگیری کرد؛ زمانی که **آگاه باشیم و اقدام کنیم**.

هر سال در ۷ ژوئن، سازمان فائو و WHO همکاری میکنند تا گرامیداشت این روز را در سراسر جهان تسهیل کنند. در روز جهانی ایمنی مواد غذایی، به یاد می‌آوریم که ایمنی غذا یک حق و مسئولیت جمعی است و همه باید نقش خود را ایفا کنند.

در سال جاری به ما بپیوندید تا روز جهانی ایمنی مواد غذایی را جشن بگیرید؛ چه به عنوان سیاستگذار، صاحب کسب و کار غذایی، کارمند، مربی و یا مصرف کننده!

زیرا ایمنی مواد غذایی به همه مربوط است.





موضوع

ایمنی مواد غذایی: علم در عمل

تمام افراد درگیر در زنجیره تأمین غذا، از تولیدکنندگان، فرآوری گران، حمل کنندگان، خرده فروشان، آشپزها تا مصرفکنندگان، به کاربرد جهانی روشهای خوب، فرآوردها و استانداردهای توافق شده به منظور حفظ ایمنی غذا متکی هستند.

این موارد بر پایه شواهد علمی دقیق، شفاف و مبتکرانه استوارند که چگونگی و دلایل آلودگی غذا و بیماری‌زایی آن را بررسی میکنند. دانشمندان خطرات مرتبط با ایمنی غذا را ارزیابی و تحلیل می‌نمایند و به سیاستگذاران، کسب وکارهای غذایی و مصرف کنندگان در انتخاب های ایمن مشاوره

بدون علم، حفظ ایمنی مواد غذایی در زنجیره‌های تأمین که اغلب جهانی و چندمرزی هستند، امکان‌پذیر نخواهد بود.

در روز جهانی ایمنی غذا، ما نقش مهمی را که علم در تصمیم گیری آگاهانه در مورد غذا ایفا می کند؛ را جشن می گیریم.

علم پایه اساسی برای ایمنی مواد غذایی را فراهم میکند.





برنامه مشترک علمی فائو/WHO برای مشاوره ایمنی مواد غذایی

FAO و WHO برجسته ترین دانشمندان مستقل جهان را گرد هم می آورند تا خطرات احتمالی ایمنی مواد غذایی را به دقت ارزیابی کنند. آنها توصیه های بی طرفانه و مبتنی بر شواهد را به سیاست گذاران، مشاغل غذایی و مصرف کنندگان، به ویژه به کمیسیون Codex Alimentarius (Codex) ارائه می دهند. کدکس استانداردهای بین المللی، دستورالعمل ها و کدهای عملی در مورد ایمنی و کیفیت مواد غذایی را بر اساس توصیه های علمی ارائه شده توسط این برنامه مشترک FAO/WHO شرح میدهد. برنامه مشاوره علمی مشترک فائو و سازمان جهانی بهداشت متشکل از چندین نهاد تأسیس شده و موقت است که عبارتند از:



JECFA

کمیته مشترک خبره FAO/WHO در مورد افزودنی های غذایی در سال ۱۹۵۶ تأسیس شد و صدمین نشست خود را در سال جاری برگزار خواهد کرد. این کمیته خطرات مرتبط با افزودنی های غذایی، باقیمانده داروهای دامی، آلاینده ها و سموم طبیعی در غذا و خوراک دام را ارزیابی میکند. اطلاعات بیشتر در مورد JECFA را اینجا ببینید:

JECFA at FAO | JECFA at WHO



JEMRA

نشست مشترک کارشناسان FAO/WHO در مورد ارزیابی ریسک میکروبیولوژیکی در سال ۲۰۰۰ تأسیس شد. JEMRA خطرات مرتبط با پاتوژنهای باکتریایی، ویروسها و انگلهای موجود در غذا را ارزیابی میکند، این خطرات را رتبه بندی میکند و گزینه های مدیریت ریسک را ارزیابی میکند. در میان کارهای دیگر، JEMRA توصیه های علمی لازم برای توسعه راهنمایی های کلیدی در مورد شیوه های بهداشتی را ارائه کرده است.

اطلاعات بیشتر در مورد JEMRA را اینجا ببینید:

JEMRA at FAO | JEMRA at WHO



JMPR

نشست مشترک FAO/WHO در مورد بقایای آفت کش ها در سال ۱۹۶۳ تشکیل شد و وظیفه آن ارزیابی خطر استفاده از آفت کش ها برای سلامتی انسان است. کارشناسان، داده ها و مطالعات مربوط به باقیمانده آفتکش ها در غذا و خوراک دام را بررسی میکنند، که برای تعیین اینکه چه سطوحی را میتوان در غذاها یافت و چه سطوحی برای مصرف بی خطر است، استفاده می شود.

اطلاعات بیشتر در مورد JMPR را اینجا ببینید:

JMPR at FAO | JMPR at WHO



پیام های کلیدی

علم پایه ایمنی مواد غذایی است

نهادهای متخصص بین المللی مانند سازمانهای مشترک FAO/WHO، برنامه مشاوره علمی ایمنی غذا نقش مهمی در شکل دهی استانداردها و دستورالعمل های بین المللی ایفا می کند که قوانین ملی را اطلاع رسانی می کند و به تجارت هماهنگ مواد غذایی ایمن کمک می کند که این امر از مصرف کنندگان در همه جا محافظت میکند.

اگر چیزی ایمن نباشد، غذا نیست

همه ما حق غذا داریم. این بدان معناست که ما باید به مواد غذایی ایمن، مغذی، مقرون به صرفه و مطمئن دسترسی داشته باشیم.

ایمنی مواد غذایی کار همه است

ایمنی مواد غذایی ما بستگی به اعمال شیوه های خوب و ارتباطات خوب در طول زنجیره غذایی، از تولید تا مصرف دارد. هرکسی نقشی در ایمن نگه داشتن غذا دارد.

هیچ علمی بدون داده وجود ندارد

همه دولت ها و صنایع غذایی نقشی حیاتی در جمع آوری و به اشتراک گذاری داده ها دارند: این شواهدی است که دانشمندان برای تعیین نحوه ایمن نگه داشتن مواد غذایی از آن استفاده می کنند.

رشته های علمی زیادی پشت

ایمنی مواد غذایی وجود دارد

علوم میکروبیولوژیکی و سم شناسی نقش مهمی در ایمنی مواد غذایی دارند. در دنیای در حال تغییر ما، علوم آب و هوا، علوم اجتماعی و سایر رشته ها نیز در کمک به توسعه سیاست ها و دستورالعمل های قابل اعتمادتر و یکپارچه تر نقش دارند.

آموزش کلیدی است

آموزش به جوانان، پیشرفت تحقیقات و آموزش مصرف کنندگان در مورد چگونگی ایمن نگه داشتن مواد غذایی به فرهنگ ایمنی مواد غذایی قوی کمک می کند.

همه یک مدیر ریسک هستند

همه ما هر روز تصمیم میگیریم که چه میخوریم و چگونه غذا بخوریم. این تصمیمات توسط افراد، خانواده ها، جوامع، مشاغل و دولت ها گرفته می شود. وقتی خطرات ایمنی مواد غذایی را درک میکنیم، تصمیمات آگاهانه تری میگیریم.





روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

آمار و حقایق

● سالانه ۶۰۰ میلیون نفر به دلیل بیماری های ناشی از غذا بیمار میشوند. هزینه سالانه درمان این بیماریها حدود ۱۵ میلیارد دلار برآورد میشود.

● برخی از خطرات دائمی نیستند و میتوانند در غذا تکثیر شوند: آنها شامل میکروارگانیسمهای زنده ای هستند که ما نمیتوانیم آنها را ببینیم، اما میتوانند حرکت کنند و تکثیر یابند. حیوانات و انسان ها میتوانند آنها را حمل کنند، در نتیجه آنها را میتوان در همه جا و در هر زمان پیدا کرد. علم به ما کمک می کند شرایط و خطراتی را که این میکروارگانیسمها برای انسان ایجاد می کنند را مدیریت و کاهش دهند.

● بار اقتصادی بیماری های ناشی از غذا در کشورهای با درآمد کم و متوسط به دلیل کاهش بهره وری و هزینه های مراقبت های بهداشتی سالانه بیش از ۱۱۰ میلیارد دلار است.

● برخی از ترکیبات شیمیایی ممکن است زمانی که انسان در مدت طولانی در سطوح پایین در معرض آنها قرار میگیرد، خطرات خاصی را به همراه داشته باشد. دانشمندان روش های ارزیابی ریسک را برای تخمین چگونگی ایمن نگه داشتن ما حتی زمانی که در طول زندگی مان در معرض این مواد شیمیایی قرار می گیریم، توسعه داده اند.

● باکتریهایی که در برابر مواد ضد میکروبی مقاوم هستند را میتوان در غذا یافت. جوامع کشاورزی و دام باید مراقب استفاده محتاطانه ضد میکروبی باشند، به طوری که پاتوژنهای مقاوم نتوانند از طریق غذا به انسان منتقل شوند.

● از منطقه خطر دوری کنید! باکتری ها معمولاً بین دمای ۵ درجه سانتیگراد (۴۱ درجه فارنهایت) و ۶۰ درجه سانتیگراد (۱۴۰ درجه فارنهایت) به سرعت رشد می کنند، محدوده ای که معمولاً به عنوان "منطقه خطر" شناخته می شود. برای کاهش خطر آلودگی، غذاهای فاسد شدنی باید یا در یخچال (زیر ۵ درجه سانتیگراد) یا بصورت پخته شده در دمای بالاتر از ۷۰ درجه سانتیگراد نگهداری شوند.





روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

چه کاری می توانید انجام دهید؟

علم مبنای راهنمایی ایمنی مواد غذایی را فراهم می کند، اما پیشگیری از بیماری های ناشی از غذا به انجام اقدامات صحیح همه ما بستگی دارد.

دولت ها می توانند:

- سرمایه گذاری در تحقیقات و حمایت از دانشمندان. زمانی که دولت ها برای هدایت سیاست ها روی علم صحیح سرمایه گذاری میکنند، پایه محکمی برای حکمرانی خوب ایجاد میکنند.

- در جمع آوری داده ها سرمایه گذاری کنید.

این می تواند از بازبینی منظم توصیه های علمی پشتیبانی کند و اشتراک گذاری داده ها را (هم در داخل و هم در خارج از مرزهایشان) ترویج کند.

- توسعه سیاست های مبتنی بر علم برای اطمینان از ایمنی مواد غذایی در طول زنجیره تامین مواد غذایی، اطمینان دادن به مصرف کنندگان در جهت ایمنی مواد غذایی خود و رسیدگی به خطرات در حال ظهور.

- ترویج آموزش علم

به منظور توانمندسازی جوانان در راستای ایمنی مواد غذایی و امنیت آینده آن.



کسب و کارهای غذایی میتوانند:

- اجرای برنامه های مبتنی بر شواهد و آموزش کارکنان برای شناسایی خطرات احتمالی آلودگی و اطمینان از حمل، پردازش، توزیع و ذخیره سازی ایمن مواد غذایی.

- تقویت ایمنی مواد غذایی

با آموزش و بازآموزی مستمر کارکنان در مورد آخرین شیوه های ایمنی مواد غذایی و خطرات نوظهور.

این امر استانداردهای بالای ثابت را در سراسر زنجیره تامین تضمین میکند.

- پشتیبانی از جمع آوری داده ها

تلاش برای تسهیل بازبینی منظم مبانی علمی که بر اساس آن اقدامات و اقدامات مدیریت ریسک ایجاد شده است و بر اجرای آنها نظارت و نظارت می کند.



روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

مصرف کنندگان میتوانند:

با استفاده از روشهای مبتنی شواهد در خانه، نحوه صحیح حمل و نقل مواد غذایی را تمرین کنید. پیروی از پنج نکته‌ی کلیدی برای داشتن غذای سالم، خطر ابتلا به بیماریهای ناشی از غذا را کاهش میدهد.



با بروز نگه داشتن توصیه‌های ایمنی مواد غذایی از سوی مقامات ملی، از آخرین اخبار مطلع بمانید. آگاهی در مورد شیوع‌های مداوم و خطرات نوظهور، میتواند همه ما را ایمن نگه دارد.

دانشگاہیان میتوانند:

انجام و به اشتراک گذاری تحقیقات در مورد ایمنی مواد غذایی، از جمله: خطرات شناخته شده و نوظهور، و انتشار یافته‌ها برای اطلاع رسانی به سیاست‌گذاران و عموم مردم

ارائه آموزش به دولت‌ها و صنایع غذایی در مورد جدیدترین شیوه‌های ایمنی مواد غذایی، خطرات نوظهور و اهمیت تحقیقات و داده‌های علمی معتبر برای پیشگیری از بیماری‌های ناشی از غذا.



مدارس میتوانند:

اصول اولیه ایمنی مواد غذایی را آموزش دهید و آموزش ایمنی مواد غذایی را در برنامه های درسی مدارس بگنجانید و به دانش آموزان در مورد نحوه صحیح استفاده از مواد غذایی و بهداشت آن آموزش دهید.

ایمنی مواد غذایی را به یک سرگرمی تبدیل کنید! دانش آموزان را تشویق کنید تا از طریق فعالیت‌های خلاقانه یاد بگیرند و آنها را در توسعه شیوه‌های خوب در مدرسه‌شان مشارکت دهید.

علاقه به علم را تشویق کنید. نسل بعدی دانشمندان در مدرسه هستند! کودکان باید درک درستی از علم پیدا کنند و مهارت‌های لازم برای ارزیابی انتقادی اطلاعات و پشتیبانی از تصمیم‌گیری مبتنی بر شواهد را در خود پرورش دهند.



آگاه ماندن در مورد شیوع‌های مداوم و خطرات نوظهور می‌تواند همه ما را ایمن نگه دارد.



روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

درگیر شوید



انجام فعالیت ورزشی:

دویدن، پیاده‌روی یا رقص برای ارتقای ایمنی مواد غذایی راهی عالی برای مشارکت مردم در جوامع و افزایش آگاهی در مورد ایمنی مواد غذایی است.



برگزاری نمایشگاه:

یک نمایش آموزنده در مورد ایمنی مواد غذایی برای همکاران، دانش آموزان یا عموم مردم ایجاد کنید.



مردم را در شبکه‌های اجتماعی درگیر کنید:

کمپینی برای افزایش آگاهی راه اندازی کنید. ویدیوها، بروشورها یا پوسترهای خود را با تأکید بر نقش علم تهیه کنید. فراموش نکنید که #روز جهانی ایمنی غذا را برای پیوستن به گفت و گوی جهانی تگ کنید!



خلاق باشید:

خلاق باشید: آهنگ بسازید، برقصید، شعر بنویسید یا تصویری بکشید که علم ایمنی مواد غذایی را جشن می‌گیرد! نشان دهید که چگونه علم و نوآوری به محافظت از غذایی که می‌خوریم کمک می‌کند.



برگزاری مسابقه ایمنی مواد غذایی:

یک مسابقه برگزار کنید و جامعه خود را در مورد ایمنی مواد غذایی درگیر کنید. یک مسابقه می‌تواند به افزایش آگاهی و ترویج شیوه‌های ایمن حمل غذا در جامعه، کسب و کار شما کمک کند.



برگزاری وبینار:

همکاران و همتایان خود را دور هم جمع کنید تا در مورد ایمنی مواد غذا صحبت کنند. یک جلسه پرسش و پاسخ برای ارائه نکات و اطلاعات برگزار کنید.



روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

ابزارهای ارتباطی

WHO و FAO برخی از مواد ارتباطی را برای کمک به شما در سازماندهی یک رویداد و افزایش آگاهی در مورد ایمنی مواد غذایی ایجاد کرده اند. اینها را می توان در سه مکان کلیدی یافت:

● **مرکز رسانه دیجیتال.** پوسترها، مطالب تبلیغاتی و سایر منابع مفید برای رویدادها به هر شش زبان سازمان ملل (عربی، چینی، انگلیسی، فرانسوی، روسی و اسپانیایی) در دسترس هستند.

Download here) <https://digital-media.fao.org/Folder/2A6XC5IN3TZH>

● **تخته Trello.** کارتهای رسانه های اجتماعی، پیام های «افسانه ساز»، ویدیوها و اینفوگرافیک ها به هر ۶ زبان سازمان ملل در تابلوی روز جهانی ایمنی غذا Trello موجود است. با نزدیک شدن به ۷ ژوئن مرتباً بروزرسانی میشود، بنابراین به بررسی خود ادامه دهید.

● **وب سایت روز جهانی ایمنی غذا.** اخبار و رویدادهای روز جهانی ایمنی غذای امسال و همچنین سایر اطلاعات مربوط به روز جهانی ایمنی غذا را در اینجا بیابید.





روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

هویت بصری

هویت بصری روز جهانی ایمنی غذا بدون هیچ تغییری، برای استفاده در تمام کمپین های روز جهانی ایمنی مواد غذایی در دسترس است. لطفاً با خیال راحت آن را از اینجا دانلود کنید.

<https://digital-media.fao.org/Folder/2A6XC5IN3TZH>

با این حال، لطفاً توجه داشته باشید که درخواست های استفاده از لوگوهای فائو و سازمان جهانی بهداشت به هر دلیلی، چه در ارتباط با لوگوهای دیگر باشد و چه نباشد، باید از قبل به هر دو سازمان ارسال شود. برای اطلاعات بیشتر لطفاً به وب سایت های WHO و FAO مراجعه کنید.





روز جهانی ایمنی مواد غذایی ۷ ژوئن ۲۰۲۵

این جعبه ابزار توسط FAO و WHO برای کمک به حامیان ایمنی مواد غذایی در سراسر جهان ایجاد شده است تا رویدادهای روز جهانی ایمنی غذا را آماده کنند.

لطفاً با ما تماس بگیرید و به ما اطلاع دهید که برای این روز چه برنامه‌ای دارید و چگونه علم را در سال جاری به مرحله اجرا در می‌آورید!

رویدادها و اخبار را می‌توان در وب سایت روز جهانی ایمنی غذا درج کرد.

جزئیات رویدادها، عکس‌ها و پیوندهای ویدیویی خود را به اشتراک بگذارید.

Email: world-food-safety-day@fao.org

world-food-safety-day@who.int

Social media: tag @FAOWHOCodex on X

Join: WHO's Food Systems Community of Practice food safety group

<https://www.whofoodsafety.org/>

Hashtag: #WorldFoodSafetyDay



Some rights reserved. This work is made available under the Creative Commons Attribution - 4.0 International licence (CC BY 4.0).