



ورقة منظورية

مناقشة سبل ترشيد استهلاك السكر في مصر جهد متعدد الأطراف

إعداد فريق السياسات التنظيمية الغذائية التابع للهيئة القومية لسلامة الغذاء في مصر، بدعم من معلومات مُولدة بالذكاء الاصطناعي، ومراجعة وتدقيق من قبل المؤلفين.

غير مؤهل لمراجعة النظراء.

المحتويات

1. الخلفية..... 1
2. الهدف..... 2
3. التقديرات الغذائية لاستهلاك السكر..... 2
4. التوسيم الالزامي للعناصر التغذوية..... 2
5. التوسيم التغذوي على الواجهة الأمامية من العبوة (FOP)..... 3
6. الخطوات المستقبلية..... 6

1. الخلفية

تواجه مصر تحديا كبيرا في مجال الصحة العامة بسبب ارتفاع استهلاك السكر، والذي يرتبط ارتباطا وثيقا بارتفاع معدلات السمنة والأمراض غير المعدية.

وفقا لتقرير التغذية العالمي: 44.7% من النساء البالغات و 25.9% من الرجال البالغين في مصر يعانون من السمنة، في حين يؤثر مرض السكري على 23.4% من النساء البالغات و 18.8% من الرجال البالغين¹.

يرتبط الإفراط في تناول السكر بالعديد من المشاكل الصحية، بما في ذلك السمنة، ومرض السكري من النوع 2، وأمراض القلب والأوعية الدموية، ومشاكل الأسنان. وتفرض هذه الظروف عبئا كبيرا على نظام الرعاية الصحية في مصر وتؤكد على الحاجة إلى تدخلات فعالة لترشيد استهلاك السكر.

تهدف هذه الورقة إلى مراجعة نطاق التدخلات التنظيمية التي يمكن للسلطات التنظيمية للأغذية توظيفها لترشيد استهلاك السكر. وتستعرض الخبرات الدولية، مع التركيز على التوجيهات التي تقدمها هيئة الدستور الغذائي: الهيئة الدولية المنوطة بوضع المواصفات الغذائية لمعالجة المخاطر الصحية التي يفرضها الإفراط في تناول السكر، مع التركيز بشكل حصري على التدابير التي تدخل في نطاق صلاحيات الهيئات التنظيمية للأغذية. ومن الجدير بالذكر أن الإجراءات من قبيل فرض

<https://globalnutritionreport.org/resources/nutrition-profiles/africa/northern-africa/egypt/>¹

الضرائب على المشروبات والأغذية، والحملات الرامية إلى تشجيع النشاط البدني، وتغييرات البنية الأساسية التي تيسر ممارسة الرياضة، تقع خارج نطاق هذه الدراسة، حيث أنها ليست ضمن نطاق اختصاص الهيئات التنظيمية للأغذية. ولذا، تتركز مناقشتنا على الاستراتيجيات والاعتبارات المتاحة للجهات ذات الاختصاصات المماثلة لاختصاصات الهيئة القومية لسلامة الغذاء في جمهورية مصر العربية.

2. الهدف

توصي منظمة الصحة العالمية بأن لا يمثل مدخول الطاقة اليومي من السكريات الحرة الذي يستهلكه البالغون أكثر من 5%.

3. التقديرات الغذائية لاستهلاك السكر

تشير بيانات المسح الحالية إلى أن متوسط استهلاك السكر الحر في مصر يتراوح بين 12-16% من إجمالي مدخول الطاقة، وهو مستوى يتجاوز بشكل كبير التوصية المشروطة لمنظمة الصحة العالمية (WHO) والتي تنصح بآلا تزيد نسبة الطاقة المستمدة عن 5% من السكر الحر². على سبيل المثال، اظهرت دراسة أجريت على النساء المصريات في المناطق الحضرية (تتراوح أعمارهم بين 19 و30 عامًا) أن متوسط إجمالي استهلاك السكر يبلغ 54 ± 98 جم/يوم، أي ما يعادل حوالي 16% من إجمالي استهلاكهم للطاقة، في حين تقترح منظمة الصحة العالمية بخفض السكريات الحرة إلى أقل من 5% من الطاقة لتحقيق الفوائد الصحية المثلى. وعلى نحو مماثل، كشفت المسوحات السكانية الأوسع نطاقاً في مصر أن السكريات الحرة تشكل نحو 12% من إجمالي الطاقة الغذائية³.

ومع ذلك، لا تزال البيانات الحديثة غير كافية لتحديد المساهمة الدقيقة لمختلف الأطعمة في استهلاك السكر. في حين يعد توثيق المصادر الغذائية لاستهلاك السكر في مصر أمرًا ضروريًا لتصميم وتقييم تدخلات الصحة العامة المستهدفة والقائمة على الأدلة العلمية. ومن خلال التحديد المنهجي للأطعمة والمشروبات التي تساهم بشكل أكبر في استهلاك السكريات المضافة والحرّة —سواء الحلويات التقليدية، أو المشروبات السكرية، أو الوجبات الخفيفة المصنعة—، يستطيع الباحثون وصانعو القرار تحديد الفرص الأكثر تأثيرًا لتنفيذ التدخلات ذات الجدوى للمساهمة في ترشيد استهلاك السكر. كما تتيح البيانات الدقيقة حول الاستهلاك رصد الاتجاهات بمرور الوقت، وتقييم فعالية التدخلات، وتوجيه الموارد نحو الفئات أو المناطق الأكثر احتياجًا. وفي نهاية المطاف، يوفر وضع خريطة لمصادر السكر ضمن النظام الغذائي المصري الأساس الموضوعي اللازم لتطوير استراتيجيات ثقافية ملائمة ومناسبة تعمل على ترشيد استهلاك السكر وتحسين النتائج الصحية.

4. التوسيم اللازم للعناصر التغذوية

يلعب التوسيم اللازم للعناصر التغذوية دورًا حيويًا في تعزيز الصحة العامة من خلال تمكين المستهلكين من اتخاذ خيارات غذائية مستنيرة. من خلال عرض المعلومات الغذائية بوضوح مثل السكر والملح والدهون ومحتوى السعرات الحرارية، يساعد التوسيم الغذائي الأفراد على فهم ما يستهلكونه ويشجع على اتباع عادات غذائية صحية. إن هذا المستوى من الشفافية لا يدعم فقط الجهود المبذولة للحد من مخاطر الأمراض المزمنة المرتبطة بالنظم الغذائية—مثل السمنة والسكري وأمراض القلب—بل يُحفز أيضاً مصنعي الأغذية على تحسين تركيبات المنتجات.

وكتدبير من تدابير الصحة العامة، يشكل التوسيم اللازم للعناصر التغذوية أداة فعالة من حيث التكلفة ويعمل على تعزيز مجتمع أكثر وعياً بالصحة ويساهم في الاستراتيجيات الوطنية الرامية إلى تحسين جودة الحياة للسكان.

لقد نجحت بلدان مثل كندا والولايات المتحدة وأعضاء الاتحاد الأوروبي في تطبيق أنظمة التوسيم اللازم للعناصر التغذوية، الأمر الذي أسفر عن فوائد صحية عامة قابلة للقياس. في الولايات المتحدة، ساهمت "الحقائق التغذوية" في زيادة وعي المستهلك ودفع الشركات المصنعة لإعادة صياغة بعض المنتجات لتحتوي على نسب أقل من السكر والصوديوم والدهون غير المشبعة.

² Curr Dev Nutr. 2020 Jan 6;4(2):nzz143. doi: 10.1093/cdn/nzz143

³ Salwa M Saleh et al., Bulletin of the National Nutrition Institute of the Arab Republic of Egypt June 2024(63) 101 -

https://bnni.journals.ekb.eg/article_361572_b44db78da21129a28981f6d921b3f390.pdf



وأدى نظام التوسيم الإلزامي للعناصر الغذائية في كندا، والذي يتضمن أيضا متطلبات لوضع علامات غذائية على الواجهة الامامية للعبوة، متعلقة بالعناصر الغذائية التي يمكن ان يسهم الافراط في استهلاكها في مضار على صحة المستهلك، إلى تعزيز الابتكار في المنتجات وتشجيع المستهلكين على اتخاذ خيارات أكثر صحية. وعلى نحو مماثل، عملت لوائح التوسيم المتوائمة في الاتحاد الأوروبي، بما في ذلك القيم المرجعية للعناصر الغذائية والإفصاح عن مسببات الحساسية، على تعزيز حماية المستهلك وتيسير الأنماط الغذائية الصحية. وتظهر هذه التجارب أن أسلوب التوسيم التغذوي الموحد الواضح لا يعمل على إرشاد الأفراد فحسب، بل إنه يدفع أيضا إلى إدخال تحسينات أوسع نطاقا على البيئة الغذائية، الأمر الذي يساهم في تحقيق الأهداف الصحية الوطنية.

ورغم أن التوسيم الإلزامي للعناصر الغذائية يشكل خطوة بالغة الأهمية في تعزيز الخيارات الغذائية الصحية، فإن فعاليته من الممكن أن تكون محدودة بسبب عدم قدرة المستهلكين على فهم وتفسير المعلومات المقدمة. حيث يصعب فهم البيانات الغذائية المعقدة، مثل المحتوى الكمي (جرامات) من العناصر الغذائية المحددة أو النسب المئوية للقيمة اليومية، والتي يمكن أن تقلل من تأثير الملصقات على الاختيار المستنير للمستهلك. وإدراكا لهذه الحقيقة، نفذت بلدان مثل كندا حملات توعية لمساعدة المستهلكين على تحسين استخدام معلومات نسب القيم اليومية (%DV). لتبسيط الضوء على الحالات التي يكون فيها المنتج "مرتفعا" أو "منخفضا" في العناصر الغذائية الرئيسية. بالإضافة إلى ذلك، تعمل أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL)، مثل الملصقات التحذيرية أو المخططات المرمزة بالألوان، كأدوات مرئية بسيطة تعمل على تحسين رؤية المعلومات التي يتضمنها التوسيم الإلزامي للعناصر الغذائية وفهمها في لمحة. وتشكل هذه التدابير التكميلية ضرورة أساسية لتحقيق أقصى قدر من الفوائد الصحية العامة المترتبة على وضع العلامات الغذائية، وخاصة بين السكان الذين يعانون من محدودية الثقافة الغذائية.

5. التوسيم التغذوي على الواجهة الأمامية من العبوة (FOP)

وكجزء من الجهود على نطاق أوسع التي تهدف إلى معالجة تحديات الصحة العامة المرتبطة بالاستهلاك المفرط للسكر، أصبح التوسيم الغذائي على الواجهة الأمامية للعبوات (FOP) تديرا شائعا على نحو متزايد في مختلف أنحاء العالم. وتهدف أنظمة التوسيم هذه إلى تعريف المستهلكين بالمحتوى الغذائي الإجمالي للمنتجات بنظرة سريعة، وبالتالي تشجيع الخيارات الغذائية الصحية والترشيد من تناول السكريات المضافة.

المبادئ والتوصيات الخاصة بالتوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) – نظرة عامة مستمدة من الدستور الغذائي

تعتبر المبادئ التوجيهية التي وضعتها لجنة الدستور الغذائي بشأن التوسيم التغذوي (CAC/GL 2-1985) والتي تم تبنيها لأول مرة في عام 1985 وتم تنقيحها عدة مرات المرجع الدولي لوضع التوسيم التغذوي. وفي سنة 2021، اعتمدت هيئة الدستور الغذائي ملحقا جديدا (الملحق 2) لهذه المبادئ التوجيهية يتناول على وجه التحديد التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPNL). يعرف التوسيم التغذوي على واجهة العبوات FOPNL بأنه شكل من أشكال المعلومات الغذائية التكميلية التي تقدم تفاصيل غذائية مبسطة على واجهة الأغذية المعبأة مسبقا، وتهدف إلى مساعدة المستهلكين على فهم القيمة الغذائية للغذاء بشكل أفضل في لمحة سريعة. الأهم من ذلك، ان التوسيم التغذوي على واجهة العبوات هو بالإضافة إلى بيان العناصر الغذائية المفصل على ظهر أو جانب العبوات، وليس بديلا لها. وتؤكد توجيهات الدستور الغذائي أن التوسيم على واجهة العبوات يشكل أداة مفيدة للصحة العامة - لتسهيل الخيارات الغذائية الصحية - شريطة أن يلتزم بالمبادئ الأساسية المتمثلة في الوضوح، والدقة، والصلاحية العلمية والاتساق.

تضع إرشادات التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPNL) الخاصة بالدستور الغذائي (CAC/GL 2-1985، الملحق 2) المبادئ والتوصيات العامة بدلا من فرض أسلوب توسيم محدد. فالجهات التنظيمية للأغذية حرة في اختيار نظم مناسبة للتوسيم التغذوي على واجهة العبوات (مثل الرموز، ورموز الألوان، وأنظمة التصنيف)، ما دامت قائمة على الأدلة ومتوافقة مع مبادئ الدستور الغذائي. ومن الجدير بالذكر أن الدستور الغذائي يسمح صراحة بتنفيذ نظم التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPNL) إما طوعا أو جعلها إلزامية من خلال التشريعات الوطنية، حسبما تراه الحكومات مناسبة.

المبادئ الأساسية للتوسيم التغذوي على الواجهة الأمامية للعبوات (المبادئ التوجيهية بشأن التوسيم الغذائي - الملحق 2):

- معلومات تكميلية ومتسقة: يجب أن يكون التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) مُكملاً لبيان العناصر الغذائية الإلزامي، وليس بديلاً عنه. كما يجب أن تكون معلومات التوسيم الغذائي على واجهة العبوة متسقة مع الحقائق التغذوية الموجودة على ظهر العبوة - أو بعبارة أخرى، يجب أن تتوافق القيم أو الأحكام الموجودة على



واجهه العبوة مع المحتوى الغذائي الفعلي كما هو معلن. ويضمن هذا النهج ان التوسيم الأممي للعبوة لا يكون مضللاً؛ بل يجب ان يعزز المعلومات التغذوية الإلزامية، لا أن تتعارض معها. على سبيل المثال، إذا أشار التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) لمنتج معين الى انه "غني بالملح" عبر رمز معين، فيجب أن يعكس هذا قيمة الصوديوم العالية في بيان العناصر التغذوية.

الوضوح والبساطة: يؤكد الدستور الغذائي على ضرورة تقديم معلومات العناصر التغذوية بصيغة واضحة وبسيطة يسهل على المستهلك العادي فهمها واستخدامها في اتخاذ قرار شراء واستهلاك الغذاء. ولا بد من توفير المعلومات بطريقة تسهل الفهم في لمحة سريعة. على سبيل المثال، استخدام رموز أو ألوان أو كلمات بسيطة بدلا من النص المطول. تنص المبادئ التوجيهية على وجه التحديد على ضرورة أن نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) يجب أن يكون مدعوماً بأبحاث استهلاكية صالحة علمياً للتأكد من أن المستهلكين يجدونه سهل الفهم.

من الناحية العملية، يدفع هذا المبدأ تصميم نُظم التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) التي تستخدم إشارات بصرية بديهية (مثل التصنيفات المرمزة بالألوان أو الرموز المباشرة) والتي تهدف الى إيصال المحتوى التغذوي للغذاء بسرعة. يجب أيضاً أن يكون التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) مرئياً بوضوح على العبوة عند نقطة الشراء (على سبيل المثال، على اللوحة الأمامية، بحجم/لون بارز)، في ظل ظروف التسوق النموذجية.

الأساس العلمي (التصنيف الغذائي والمواءمة الغذائية): يجب أن يكون لنظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) أساس علمي قوي. وتوصي هيئة الدستور الغذائي بمواءمة المعايير التي تقوم عليها نُظم التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) مع سياسة التغذية القائمة على الأدلة. على سبيل المثال، المبادئ التوجيهية الغذائية في أي بلد أو أهداف الصحة العامة الغذائية. يجب أن تعكس العناصر التغذوية المختارة للتوسيم على العبوة الأمامية (أو الخوارزمية التي تسجل الصحة الغذائية الإجمالية) الإجماع على العناصر التغذوية أو المكونات الغذائية المرتبطة بالأنظمة الغذائية الصحية أو غير الصحية. في الممارسة العملية، تعتمد العديد من نُظم التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) على نهج تحديد العناصر التغذوية. أي أنها تستخدم مستويات حدية للعناصر التغذوية المشتقة علمياً أو أنظمة التقييم لتحديد ما يتم عرضه على الواجهة الأمامية (مثل عبارات "نسبة السكر مرتفعة" أو نظام التقييم الغذائي بالنقاط "تصنيفات النجوم" استناداً إلى التركيب الكلي للعناصر التغذوية). وتدعم توجيهات الدستور الغذائي ضمناً هذا النهج حيث تشير إلى أن التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) لا بد أن يأخذ في الاعتبار العناصر التغذوية والمجموعات الغذائية التي تشجعها أو تثبطها. وهذا من شأنه أن يضمن أن تستند تقييمات التوسيم إلى علوم التغذية وأولويات الصحة العامة. على سبيل المثال، إذا كانت سياسة الصحة العامة تهدف إلى الترشيد من تناول السكر والملح، فقد يستند نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) إلى تصنيف يُبرز المنتجات التي تحتوي على نسبة عالية من السكر أو الصوديوم. يجب أن يكون أي نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) يتم اختياره قائماً على الأدلة ويخضع لعملية التحقق الصارمة - ويترك نص الدستور الغذائي المرنة لاعتماد نماذج مختلفة، ولكنه يشترط وجود أساس علمي سليم يدعم الصيغة المختارة.

تجنب إرباك المستهلك: المبدأ الأساسي هو أن أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) يجب ألا تترك أو تضلل المستهلك. وتؤكد المبادئ التوجيهية للدستور الغذائي على بعض الاستراتيجيات لضمان ذلك:

○ نظام واحد لكل سوق: من الناحية المثالية، ينبغي أن توصي السلطات في بلد أو منطقة بنظام واحد فقط من أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL). ومن الممكن أن تؤدي أنظمة التوسيم الأممي للعبوات المتعددة أو المتنافسة في نفس السوق إلى إرباك المستهلكين. يعزز هذا المبدأ الوضوح ويتجنب وضع العلامات غير المتسقة التي قد تضعف ثقة المستهلك أو فهمه.

○ بما يتفق مع اللوائح والمطالبات: يجب أن يلتزم محتوى نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) قواعد الدستور الغذائي الحالية الخاصة بالادعاءات الغذائية والتوسيم. ويعتبر هذا النظام مصدراً لمعلومات تغذوية تكميلية وفقاً للقسم (5) من إرشادات وضع العلامات الخاصة بالدستور الغذائي، مما يعني أنه لا ينبغي لها تقديم ادعاءات صحية غير مصرح بها أو التحايل على معايير التوسيم. يجب أن تكون جميع المعلومات صحيحة وغير مضللة (وهو شرط أساسي لتوسيم الدستور الغذائي ومبدأ عام من المواصفة العامة للدستور الغذائي للتوسيم 1-1985 CXS). باختصار، لا بد وأن يعمل نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات على تعزيز فهم المستهلك، وليس الخلط بين الأمور. إن استخدام الرسومات



التوضيحية المباشرة والتفسيرية (بدلاً عن استخدام الأرقام فقط) هو إحدى الطرق لتبسيط الخيارات .
شريطة أن يتم تطبيق هذه الرسومات بشكل متسق واستناداً إلى معايير موحدة.

○ ريادة الجهات التنظيمية ومشاركة أصحاب المصلحة: تؤكد إرشادات التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) بالدستور الغذائي على أن تطوير هذه الأنظمة لا بد أن يكون بقيادة الجهات التنظيمية للغذاء، بما يتماشى مع أهداف الصحة العامة. ورغم أهمية استشارة شركاء صناعة الأغذية وأصحاب المصلحة الآخرين (مجموعات المستهلكين، والأوساط الأكاديمية، والمنظمات الصحية) في مرحلة التصميم، فإن القيادة العامة لهذا النظام وتأييده تأتي من الجهات الحكومية المعنية. ويساعد هذا المبدأ في ضمان بقاء الهدف الأساسي من النظام وهو تعزيز الصحة وتحقيق الفائدة للمستهلك، وليس التسويق. كما تشير المبادئ التوجيهية بالدستور الغذائي صراحةً إلى أن الجهات الحكومية يمكنها أن تقرراً تطبيق نظام التوسيم الأمامي للعبوات إلزامياً كأداة تنظيمية. وسواء كان ذلك طوعياً أو إلزامياً، فمن الأفضل أن يكون مصحوباً بحملات توعوية عامة. كما توصي هيئة الدستور الغذائي CODEX بدمج تطبيق نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) مع برامج تثقيف المستهلك لتعزيز الفهم لديهم والاستخدام المناسب للمعلومات الجديدة التي يعطيها التوسيم الغذائي. بالإضافة إلى ذلك، تنصح السلطات المعنية بضمان تطبيق نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات على نطاق واسع عبر المنتجات (التوفر شامل) حتى يصبح مألوفاً للمستهلكين. وأخيراً، يتم تشجيع مراقبة وتقييم أي نظام للتوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) لتقييم فعاليته وتأثيره على خيارات المستهلك والنتائج الصحية، مما يسمح بإجراء تحسينات دورية استناداً إلى الأدلة.

باختصار، تدعو مبادئ الدستور الغذائي إلى أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) التي هي أدوات بسيطة مستندة على العلم تهدف إلى إمداد المستهلكين بالمعلومات، ويتم تنفيذها بطريقة تتجنب الارتباك وتكمل إجراءات التوسيم الغذائي المتوفرة. وينصب التركيز على الوضوح (الذي يسهل على الجميع فهمه)، والصدق (غير المضلل)، والأهمية (مع التركيز على العناصر التغذوية الرئيسية المرتبطة بالصحة العامة). وينبغي تصميم نظم التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) بالاستعانة بأبحاث على العادات الاستهلاكية للأغذية، بحيث تتماشى مع علوم التغذية (تصنيف العناصر التغذوية "Nutrient profiling" / المبادئ التوجيهية الغذائية)، ومن الأفضل و الأمثل ان تكون تحت إشراف الجهات الحكومية لتحقيق أهداف الصحة العامة.

أمثلة على أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) التفسيرية

لا ينص الدستور الغذائي على صيغة محددة لتوسيم واجهة العبوة الأمامية، ولكنه يقر بمجموعة من أساليب وضع العلامات التفسيرية التي تفي بهذه المبادئ. يشير نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) "التفسيري" إلى أن البطاقة الغذائية لا تقتصر على تقديم بيانات رقمية مجردة، بل توفر تقييماً أو إرشاداً حول الجودة التغذوية للمنتج. وفيما يلي بعض الأمثلة البارزة لنظم التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) والتي تتوافق جميعها مع توصيات الدستور الغذائي الشاملة التي تلخص في كونها واضحة وقائمة على العلم ومفيدة للمستهلكين:

■ الرموز التحذيرية للمنتجات عالية المحتوى من العناصر التغذوية: وهي عادة رموز خاصة بالعناصر التغذوية تحذر المستهلكين عندما يكون المنتج يحتوي على نسبة عالية من العناصر التغذوية المثيرة للقلق (مثل السكريات والصدوديوم والدهون المشبعة). على سبيل المثال، تستخدم العديد من بلدان أميركا اللاتينية (شيلي والمكسيك وبيرو، إلخ) رموزاً ثمانية عريضة على واجهة العبوة مكتوب عليها "مرتفع في الملح"، "مرتفع في السكر"، إلخ. أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات هذه تفسيرية لأنها تشير على الفور إلى أن المنتج يتجاوز الحدود الموصى بها لتلك العناصر التغذوية. وتشير مناقشات الدستور الغذائي إلى أن الملصقات التي تتضمن "عالية المحتوى من" تعتبر نهجاً تفسيرياً فعالاً لإعلام المستهلكين. وتستند هذه البيانات إلى نماذج تصنيف العناصر التغذوية التي تحدد القيم الحدية لمستويات "العالي / المرتفعة". فهي تجسد مبادئ الدستور الغذائي من خلال التركيز على العناصر التغذوية المهمة (الأساس العلمي/الصحة العامة) واستخدام رمز مباشر للغاية وبسيط لنقل المحتوى (الوضوح). وتهدف هذه الملصقات إلى رفع مستوى الوعي حول الإفراط في استهلاك الأغذية الغنية بالسكريات أو الملح أو الدهون عبر توفير معلومات واضحة وسهلة الفهم بمجرد النظر إلى العبوة بلمحة سريعة.

■ ترميز ألوان "إشارات المرور": كان نظام التوسيم التغذوي على واجهة العبوات (FOPL) باستخدام إشارات المرور شائعاً في المملكة المتحدة، ويعرض قيم العناصر التغذوية الرئيسية (على سبيل المثال، السكر والملح والدهون



والدهون المشبعة) مع رمز ألوان: "الأخضر" للمخفض، و"العنبري" للمتوسط، و"الأحمر" للمستويات العالية من كل عنصر تغذوي. يعتبر هذا النظام تفسيراً لأن الألوان توفر حكماً فورياً على كميات العناصر التغذوية (الأخضر = "جيد/منخفض"، الأحمر = "مرتفع، يجب ان يستهلك باعتدال"). تجسد ملصقات إشارات المرور مبادئ الدستور الغذائي التي تتسم بالبساطة وسهولة المقارنة: حيث يمكن للمستهلكين مسح الألوان بسرعة على منتجات مختلفة لاختيار خيارات صحية أكثر (على سبيل المثال، اختيار حبوب تحتوي على المزيد من اللون الأخضر وعدد أقل من الأحمر). ويعتمد هذا النظام على حدود العناصر التغذوية (شكل من أشكال تصنيف العناصر التغذوية) لتعيين الألوان، ويقدم المعلومات بطريقة بصرية غير تقنية. فقد تبنت العديد من البلدان أو اختبرت أشكالاً مختلفة من ملصقات إشارات المرور لمساعدة المستهلكين في التعرف على المنتجات الصحية بلمحة سريعة.

■ أنظمة المؤشرات الموجزة (مثل تصنيفات النجوم، النقاط): تقوم بعض أنظمة التوسيم التغذوي على واجهة العبوات باستخدام مؤشر واحد كتلخيص يعكس الجودة التغذوية العامة للطعام. ومن الأمثلة على ذلك نظام تصنيف النجوم الصحية (HSR) (المستخدم في أستراليا ونيوزيلندا) الذي يضع تصنيفاً يتراوح من 0.5 إلى 5 نجوم استناداً إلى خوارزمية تسجل التصنيف التغذوي للمنتج، أو نظام الدرجات الغذائية (المعتمد في فرنسا وإسبانيا وبلجيكا وغيرها) الذي يصنف الأطعمة بحرف من A إلى E ولون مميز لكل فئة من الأخضر إلى الأحمر. تأخذ هذه المؤشرات الموجزة في الاعتبار العناصر التغذوية /المكونات الإيجابية والسلبية لإعطاء درجة أو تصنيف إجمالي. وهي تفسر حسب التصميم. على سبيل المثال، 5 نجوم أو درجة "A" تعني أن المنتج يعتبر صحي أكثر، في حين أن نجمة واحدة أو حرف "E" (أحمر) تعني أنه أقل صحة. وتدعم توجيهات الدستور الغذائي مثل هذه الأنظمة: فهي تتطلب أن تكون أي طريقة للتصنيف أو التقييم قائمة على الأدلة (باستخدام خوارزميات تحديد العناصر التغذوية التي تم التحقق منها) ومفهومة من قبل المستهلكين. ومن خلال توفير رمز واحد يسهل رؤيته (نجوم أو أحرف)، تلتزم هذه الأنظمة بالمثل العليا للدستور الغذائي للوضوح وتساعد في المقارنة بين المنتجات الغذائية. يمكن للمتسوق، على سبيل المثال، مقارنة علامتين تجاريتين من الرقائق - إذا كان أحدهما يحتوي على عدد 2 نجمة والآخر 4 نجوم، فإن هذا الملخص يشير بسرعة إلى الخيار الصحي بشكل عام.

■ الأساليب المزدوجة: تجمع بعض الملصقات الموجودة في مقدمة العبوة بين عناصر كل من الأنظمة الخاصة بالعناصر التغذوية والنظم الملخصة. على سبيل المثال، توفر "إشارات المرور المتعددة" المستخدمة في المملكة المتحدة رموز ألوان للعديد من العناصر الغذائية (خاصة بالمغذيات)، ولكنها غالباً ما تتضمن أيضاً نسبة مئوية من الاستهلاك اليومي، حيث تمزج إشارات الألوان التفسيرية مع بيانات واقعية. ومن الأمثلة الأخرى مبادرة "الحقائق أولاً" (التي أطلقها قطاع الصناعة في الولايات المتحدة)، والتي تضع الكميات لأربع عناصر تغذوية أساسية في المقدمة، وأحياناً بنص تفسيري (مثل "عالية" أو "منخفضة"). وفي حين يشجع الدستور الغذائي في المقام الأول الصيغ التي تفسر أو تبسط المعلومات الغذائية، فإن كل هذه الأنظمة - سواء كانت تفسيرية بحتة أو شبه تفسيرية - لابد أن تهدف إلى تلبية مبادئ الدستور الغذائي الأساسية: أي ينبغي لها أن تكون صادقة، ولا تسبب ارتباكاً لا مبرر له، وينبغي لها أن تساعد المستهلكين في إجراء المقارنات واتخاذ الخيارات الأفضل.

ومن الجدير بالذكر أن المبادئ التوجيهية للدستور الغذائي لعام 2021 بشأن نظام التوسيم الغذائي على واجهة العبوات لا تؤيد صيغة على أخرى، للسماح للجهات المنظمة للغذاء بالمرونة في اختيار ما هو الأفضل في سياقها. القاسم المشترك في كل هذه الأمثلة هو أنها تسعى إلى تقديم معلومات التغذية بطريقة سهلة الاستخدام وسهلة التفسير. سواء عن طريق رمز على ملصق، رمز اللون، أو تصنيف النجوم، الهدف هو التواصل بسرعة حول مدى صحة الغذاء. وتوصي هيئة الدستور الغذائي بأنه أياً كان المخطط الذي يتم تنفيذه، فينبغي أن يكون مصحوباً بثقافة المستهلك (حتى يفهم الناس معنى الرموز) والمراقبة المستمرة لضمان فعالية البطاقة الغذائية وعدم إساءة تفسيرها.

6. الخطوات المستقبلية

تتعاون الهيئة القومية لسلامة الغذاء في مصر، باعتبارها الجهة التنظيمية الرقابية الرئيسية للغذاء في مصر، مع العديد من الجهات الحكومية المصرية في دعم الجهود المبذولة إلى الترشيد من استهلاك السكر بين أفراد المجتمع المصري. وتهدف الهيئة القومية لسلامة الغذاء في مصر إلى المساهمة في الجهود الوطنية لترشيد استهلاك السكر، من خلال التطوير التدريجي واعتماد التدابير القائمة على الأدلة العلمية، بما يتماشى مع الاختصاص التنظيمي للهيئة القومية لسلامة الغذاء، وبطريقة مكملة للمبادرات الأخرى التي ينفذها جميع الشركاء وأصحاب المصلحة في مجال الغذاء، وبما يتماشى مع أفضل الممارسات في تطوير السياسات التنظيمية للأغذية.



ولتحقيق هذه الغاية، حددت الهيئة القومية لسلامة الغذاء الحاجة إلى المشاركة مع أصحاب المصلحة لبدء مناقشات حول الجهود الحالية والمستقبلية التي تهدف إلى المساهمة في الترشيد من استهلاك السكر لدى المستهلكين المصريين، وذلك بهدف:

- مراجعة ومواصلة جمع الأدلة التي تدعم توصيف استهلاك السكر في مصر، بما في ذلك تأثيره الحالي على نظام الصحة العامة في مصر.
- تحديد ومعالجة الفجوات في البيانات المتعلقة باستهلاك السكر مما يتيح من صياغة استراتيجيات التخفيف القائمة على الأدلة.
- الشروع في مراجعة النهج المتبعة من السلطات والجهات الأخرى عالمياً فيما يخص استهلاك السكر، وتقييم فعاليتها ومدى قابليتها للتطبيق في مصر.
- تقديم الأدوات التنظيمية وغير التنظيمية التي يمكن أخذها في الاعتبار ضمن الجهود الهادفة لترشيد استهلاك السكر، بما في ذلك تلك التي تندرج ضمن اختصاص الهيئة القومية لسلامة الغذاء.
- بدء المناقشة واقتراح التوصيات المتعلقة بمبادرات الهيئة القومية لسلامة الغذاء لدعم ترشيد استهلاك السكر في مصر بناء على أسس علمية وقائمة على الأدلة، بما يتماشى مع أفضل الممارسات في تطوير السياسات التنظيمية الغذائية ومع التزامات مصر بموجب اتفاقيات تدابير الصحة والصحة النباتية (SPS) والحوافز الفنية أمام التجارة (TBT) لمنظمة التجارة العالمية (WTO).
- وضع خارطة طريق للعمل التعاوني في تطوير استراتيجيات الترشيد من استهلاك السكر في مصر واقتراح آليات فعالة لحوكمة مشاركة أصحاب المصلحة في إطار عمل الهيئة القومية لسلامة الغذاء.

