نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره هشتم، شماره سوم، پاییز ۱۴۰۳، صفحات ۲۶۲ تا ۲۶۴

مستند حمایت‌طلبی
برنامه شیر مدارس در جمهوری اسلامی ایران

لیلا آزادبخت[۱]، احمد اسماعیل‌زاده[۱]، شروین کاظمی‌نژاد[۲]، مریم خیام‌زاده [۳]، محمدحسین تقدیسی[۴]، کامران باقری لنکرانی[۵*]

۱. استاد گروه تغذیه جامعه، دانشکده علوم تغذیه و رژیم‌شناسی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد، دپارتمان تغذیه جامعه دانشکده علوم تغذیه و رژیم‌شناسی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران
۳. دانشیار، متخصص پزشکی اجتماعی، فرهنگستان علوم پزشکی، تهران، ایران
۴. استاد، دکترای ارتقاء سلامت و آموزش بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران
۵. *نویسنده مسئول: استاد ممتاز بیماری‌های گوارش، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، تهران، lankaran@sums.ac.ir

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۹/۰۴ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۹/۰۷

چکیده

برنامه‌های حمایت تغذیه‌ای در مدارس به عنوان یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین ابزارها برای بهبود وضعیت تغذیه‌ای و تحصیلی کودکان شناخته می‌شوند. یکی از این برنامه‌ها، برنامه شیر مدارس است که می‌تواند تأثیرات مثبتی بر سلامت، تحصیل و اقتصاد جامعه داشته باشد. در این مستند حمایت‌طلبی پس از بیان نقاط قوت و چالش‌های این برنامه، راهکارهایی برای تسهیل ادامه این برنامه ارائه می‌شود.

کلیدواژه‌ها: برنامه‌ریزی بهداشتی، حمایت تغذیه‌ای، کمک‌های غذایی، مدرسه‌ها

مقدمه

تغذیه مناسب در دوران کودکی نقش حیاتی در رشد، توسعه جسمی و ذهنی کودکان دارد؛ زیرا کمبود مواد مغذی می‌تواند منجر به مشکلات جدی مانند سوءتغذیه، کاهش تمرکز و ضعف سیستم ایمنی شود. وعده‌های غذایی سالم در مدارس می‌توانند به بهبود تمرکز، یادگیری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان کمک کند. برنامه شیر مدارس یکی از برنامه‌های تغذیه‌ای مهم در بسیاری از کشورها است که با ارائه شیر به عنوان یک منبع غنی از کلسیم، پروتئین و ویتامین‌ها و با هدف بهبود سلامت، تحصیل و تغذیه دانش‌آموزان اجرا می‌شود. این برنامه‌ها معمولاً شامل توزیع رایگان شیر در مدارس ابتدایی و متوسطه هستند و تأثیرات مثبت زیادی بر سلامت و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارند. بر اساس گزارش‌ها، توزیع شیر مدارس در دنیا قدمتی بیش از ۱۰۰ سال دارد. طرحی که در بسیاری از کشورها از سال‌های قبل آغاز شده و تاکنون نیز ادامه دارد و در برخی کشورهای دیگر نیز یا متوقف شده یا هنوز به مرحله اجرا در نیامده است.

در ایران نیز برنامه شیر مدرسه در سال گذشته با دستور رییس جمهوردر مدارس ابتدایی دولتی کشور دوباره آغاز شد. در کشورهای دیگر نیز تاریخچه توزیع شیر رایگان در مدارس قدمتی بیش از ۱۰۰ سال دارد. این طرح در انگلستان از سال ۱۹۲۰ میلادی، در آمریکا از سال ۱۹۴۰ و در اروپا از سال ۱۹۷۵ اجرا شد و در حال حاضر نیز در حدود ۱۰۰ کشور این طرح اجرا می‌شود که این کشورها شامل انگلستان، چین، ژاپن، استرالیا، فرانسه، ایتالیا، آمریکا، کانادا، ترکیه، روسیه، ایران، عربستان، امارات، آلمان، پاکستان، اسپانیا، کره جنوبی، آفریقای جنوبی، کنیا، نروژ، هند و ...است .به عنوان مثال در کشور چین ۲۷ میلیون دانش‌آموز در رده سنی۶ تا ۱۵ سال از سال ۲۰۰۰ تاکنون تحت پوشش شیر مدارس هستند. در انگلستان ۱/۵ میلیون دانش‌آموز در رده سنی صفر تا ۱۸ سال تحت پوشش این برنامه هستند. در ترکیه شش میلیون دانش‌آموز تحت پوشش توزیع شیر رایگان در مدارس هستند و این طرح از سال ۲۰۱۲ در این کشور آغاز شده و تاکنون نیز ادامه دارد.

برنامه‌های حمایت تغذیه‌ای در مدارس به عنوان یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین ابزارها برای بهبود وضعیت تغذیه‌ای و تحصیلی کودکان شناخته می‌شوند. این برنامه‌ها که در بسیاری از کشورها به اجرا درآمده‌اند، نه تنها به کاهش گرسنگی و سوءتغذیه در میان دانش‌آموزان کمک می‌کنند؛ بلکه تأثیرات مثبت گسترده‌ای بر سلامت جسمی و روانی، عملکرد تحصیلی، و حتی وضعیت اقتصادی خانواده‌ها و جوامع دارند. در بسیاری از کشورهای در حال توسعه، گرسنگی و سوءتغذیه از مشکلات عمده‌ای هستند که کودکان با آن مواجه‌اند. این مشکلات می‌توانند به طور مستقیم بر توانایی یادگیری و تمرکز دانش‌آموزان تأثیر بگذارند و در نتیجه، عملکرد تحصیلی آنها را کاهش دهند. برنامه‌های تغذیه‌ای مدارس با ارائه وعده‌های غذایی مغذی و متعادل، به

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22]
[DOI: 10.22034/8.3.7]

بهبود وضعیت تغذیه‌ای کودکان کمک می‌کنند و از این طریق، زمینه را برای یادگیری بهتر و موفقیت تحصیلی فراهم می‌سازند. از سوی دیگر، برنامه‌های تغذیه‌ای مدارس می‌توانند تأثیرات مثبتی بر اقتصاد محلی داشته باشند. با همکاری با کشاورزان و تولیدکنندگان محلی برای تأمین مواد غذایی مورد نیاز، این برنامه‌ها می‌توانند به تقویت اقتصاد محلی و ایجاد اشتغال کمک کنند. این همکاری‌ها می‌توانند به بهبود وضعیت اقتصادی خانواده‌های کشاورز و تولیدکننده نیز منجر شوند و از این طریق، به کاهش فقر در جامعه کمک کنند.

برای دستیابی به اهداف بلندمدت در حوزه سلامت و رفاه دانش‌آموزان، همکاری و هماهنگی بین‌بخشی بین نهادهای مختلف از جمله وزارت بهداشت، آموزش و پرورش و سازمان‌های بین‌المللی ضروری است. برنامه‌ریزی مناسب و اجرای دقیق این برنامه‌ها می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی و آینده‌ای روشن‌تر برای کودکان و نوجوانان کمک کند. برنامه شیر مدارس می‌تواند تأثیرات گسترده و مثبتی بر سلامت، تحصیل، و اقتصاد جامعه داشته باشد. اجرای این برنامه، یک وظیفه حاکمیتی است و برای تداوم آن باید به عنوان یک برنامه حاکمیتی در دستور کار قرار گیرد. این برنامه‌ها نیازمند حمایت مالی و اجرایی پایدار از سوی دولت و سازمان‌های بین‌المللی هستند تا به طور مؤثر و بلندمدت اجرا شوند و به اهداف خود دست یابند. همچنین، این برنامه‌ها باید به صورت پایدار انجام شوند زیرا عدم اجرای آن در فاصله زمانی کوتاه، می‌تواند سرمایه اجتماعی دولت و حکومت را مختل نمایند.

برنامه تغذیه با شیر در مدارس، به منظور حفظ و بهبود وضعیت سلامت دانش آموزان تهیه و تدوین شده است. اجرای این برنامه پس از ابلاغ و تامین اعتبار آغاز می‌شود و طی آن در هر مدرسه به ازای هر یک از دانش آموزان، معلمان و کارکنان شاغل در مدارس ۲۰۰ سی سی شیر توزیع می‌گردد. افراد تحت پوشش این برنامه، کلیه دانش آموزان مشغول به تحصیل و کارکنان شاغل در مدارس ابتدایی و متوسطه دولتی می باشند. دفعات توزیع شیر با توجه به برنامه آموزش و پرورش ۲ روز در هفته می باشد.

تأثیرات بلندمدت دیده شده در جهان

۱. **بهبود تغذیه:** شیر منبع غنی از کلسیم، پروتئین و ویتامین‌های ضروری است که به رشد و تقویت استخوان‌ها و دندان‌ها کمک می‌کند.
۲. **افزایش تمرکز و عملکرد تحصیلی:** تحقیقات نشان داده‌اند که دانش‌آموزانی که صبحانه و میان‌وعده‌های مغذی مانند شیر مصرف می‌کنند، تمرکز و عملکرد تحصیلی بهتری دارند.
۳. **کاهش بیماری‌ها:** مصرف منظم شیر می‌تواند به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کرده و از بیماری‌های مختلف جلوگیری نماید.
۴. **کاهش فقر غذایی:** در مناطقی که خانواده‌ها توانایی مالی برای تأمین مواد غذایی کافی ندارند، برنامه شیر مدارس می‌تواند به کاهش فقر غذایی کمک کند.
۵. **تشویق به عادات غذایی سالم:** این برنامه می‌توانند دانش‌آموزان را به مصرف مواد غذایی سالم‌تر تشویق کنند و عادات غذایی مناسبی را در آن‌ها نهادینه کنند.

نتایج اجرای برنامه در سال ۱۴۰۲ در ایران

۱. کاهش نرخ کوتاه قدی از ۳/۸ درصد در ابتدای برنامه به ۲/۷ درصد در پایان اجرای برنامه طی سال تحصیلی
۲. اظهار رضایت حدود ۹۰ درصد کودکان از طعم شیر و همچنین از زمان توزیع شیر در مدارس
۳. حدود ۵ تا ۱۰ درصد بهبود در دانش و آگاهی کودکان در مورد مصرف شیر و اثرات مفید آن بر روی سلامت

اهداف برنامه

۱. پیشگیری از سوء تغذیه و ارتقاء سلامت دانش‌آموزان.
۲. ترویج فرهنگ مصرف شیر در بین دانش‌آموزان.
۳. تأمین میان وعده مناسب غذایی برای دانش‌آموزان.

نقاط قوت برنامه

۱. ماهیت بین بخشی برنامه و همکاری بین وزارت آموزش و پرورش و وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی.
۲. تشویق به مصرف لبنیات در کودکان و نوجوانان که نیاز به کلسیم و ویتامین D در آنها به علت رشد و استحکام استخوانی بالا است.
۳. توزیع شیر در مدارس موجب افزایش دسترسی به یکی از بهترین منابع کلسیم و ویتامین D (در صورت مکمل یاری) در کودکان و نوجوانان می شود.
۴. وجود برنامه مدون آموزشی برای افزایش آگاهی گروه هدف در زمینه اهمیت مصرف شیر توزیع شده می‌تواند برمیزان پذیرش گروه هدف تأثیرگذار باشد.

نقاط ضعف، چالش‌ها و مشکلات برنامه

۱. عدم تخصیص به موقع و کافی منابع مالی که موجب عدم اجرای کامل برنامه در سال‌های اخیر شده است.
۲. توزیع نامنظم یا عدم توزیع شیر در برخی مدارس.
۳. بسته‌بندی نامناسب شیرهای توزیع شده.
۴. رعایت نکردن استاندارد در شیرهای توزیعی.
۵. مشکلات تأمین زنجیره سرد برای توزیع و نگهداری شیر.

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22]
[DOI: 10.22034/8.3.7]

۶. کمبود نیروی انسانی و کمبود یخچال در مدارس برای نگهداری شیرها.
۷. نامناسب بودن زمانبندی توزیع شیر.
۸. عدم پوشش رسانه‌ای مناسب و مطلوب برای معرفی و شناساندن این برنامه توسط صدا و سیما.
۹. لزوم و ضرورت فرهنگ‌سازی انجام این طرح برای مسئولان مربوطه.
۱۰. لزوم توجه و برنامه‌ریزی و آمادگی به عوارض برنامه شیر مدارس (مانند آلرژی). در صورت عدم وجود آمادگی برای مدیریت صحیح عوارض در صورت بروز، پایبندی به این برنامه کاهش یافته و به شکل انفجاری کل برنامه را زیر سوال خواهد برد.

پیشنهادها و راهکارها

۱. استفاده از فناوری‌های نوین و بهبود زیرساخت‌های حمل و نقل برای حفظ زنجیره سرد.
۲. آموزش و آگاهی بخشی به والدین و دانش‌آموزان درباره فواید مصرف شیر به منظور افزایش پذیرش برنامه.
۳. افزایش بودجه: تخصیص بودجه بیشتر از سوی سازمان‌های مربوطه و اختصاص ردیف بودجه مجزا ویژه این برنامه در بودجه کشوری سال‌های آتی برای تداوم اجرای آن.
۴. همکاری بین‌بخشی: همکاری بهینه بین وزارتخانه‌های آموزش و پرورش و بهداشت.
۵. پایش و ارزیابی: ارزیابی مستمر برنامه برای بهبود و اصلاح.
۶. تحویل مکمل غذایی مانند نان روغنی، خرما و یا کشمش همراه با شیر به دانش‌آموزان برای افزودن ارزش غذایی.
۷. لزوم تأمین شیر مدارس برای کودکان استان‌های محروم در صورت عدم تخصیص بودجه کافی برای انجام این طرح.
۸. ضرورت همکاری صدا و سیما در فرهنگ‌سازی تغذیه با شیر در مدارس برای خانواده‌ها.
۹. استفاده از ظرفیت‌های دیگر برای کمک در تولید منابع مالی.
۱۰. ایجاد هماهنگی بین ظرفیت‌های موجود برای تأمین اعتبار به منظور انجام این طرح.
۱۱. توانمندسازی مراکز بهداشت استان‌ها برای شناسایی و الویت‌بندی معضلات جامعه و استفاده از ظرفیت جامعه و خانواده با درگیر کردن آنها برای حل پایدار مشکلات جامعه.
۱۲. تأمین منابع مالی برای تغذیه شیر مدارس از مالیات مواد آسیب‌رسان مانند دخانیات.
۱۳. حمایت‌طلبی جدی سه وزارتخانه آموزش و پرورش، بهداشت درمان و آموزش پزشکی و وزارت ورزش برای جذب بودجه حاصل از مالیات مواد آسیب‌رسان.
۱۴. لزوم طراحی برنامه‌های آموزشی برای تقویت سواد سلامت دانش-آموزان در بستر انجام این برنامه که موجب انتقال اطلاعات به خانواده‌ها می‌شود.
۱۵. نظارت بر نحوه توزیع شیر در مدارس.
۱۶. توجه به مقدار شیر توزیع شده علاوه بر میزان پوشش برنامه.

ذی‌نفعان برنامه

۱. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.
۲. وزارت آموزش و پرورش.
۳. وزارت جهاد کشاورزی.

Advocacy Paper

School Milk Program in I. R. Iran

Leila Azadbakht[1], Ahmad Esmaeilzadeh[1], Shervin Kazeminejad[2], Maryam Khayamzadeh [3], MohammadHossein Taghdissi[4], Kamran Bagheri Lankarani[*5]

1. Professor, Department of Community Nutrition, School of Nutritional Sciences and Dietetics, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
2. MSc, Department of Community Nutrition, School of Nutritional Sciences and Dietetics, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3. Associate Professor, Community Medicine Specialist, Academy of Medical Sciences of IR of Iran, Tehran, Iran
4. Professor, Health Promotion Specialist, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
5. ***Corresponding Author:** Distinguished Professor of Gastroenterology, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran, lankaran@sums.ac.ir

Abstract

Nutrition support programs in schools are known as one of the most important and effective tools to improve the nutritional and educational status of children. One of these programs is the school milk program, which can have positive effects on the health, education, and economy of the society. In this advocacy paper, solutions are presented to facilitate the continuation of this program after mentioning the strengths and challenges of this program.

Keywords: Food Assistance, Health Planning, Nutritional Support, Schools

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.22034/8.3.7]