

מי אחראי על מה שהילדים שלנו אוכלים?

היעדרו של מפעל הזנה לאומי מוביל לכך שתזונתם של רוב ילדי ישראל אינה מפוקחת. ההשלכות של זה כבר ניכרות היטב – ילדי ישראל הולכים ומשמינים והרגלי התזונה שלהם גרועים. מדוע מחמיץ משרד החינוך את ההזדמנות להשפיע על בריאות דור העתיד?

ד"ר אסנת רזיאל

יום שני, 16 בנובמבר 2015, 09:00



הצליח להוביל שינוי אמיתי בבריטניה. ג'יימי אוליבר (צילום: Gettyimages)

זמן קצר לאחר שקנה ג'יימי אוליבר - השף העירום, את פרסומו, הוא הצהיר כי פניו לשינוי ולחינוך תזונתי. אוליבר, החליט להוביל רוח של שינוי בתפיסה החברתית באנגליה לגבי ארוחות בתי הספר, ותיעד את מסעו בסדרת טלוויזיה. הסדרה עקבה אחר ניסיונותיו העיקשים לספק במשך שנה ארוחות בריאות לתלמידים בבית ספר אחד באנגליה. אוליבר ניסה לשנות את רכיבי התפריט ובעיקר את גישת הטבחים והתלמידים לגבי מזון בריא, וכל זאת מבלי לחרוג מהתקציב הממשלתי הזעום המוקצה לכך. הצלחתה של הסדרה, והנתונים הקשים על התזונה בבתי ספר באנגליה, הובילו את ממשלת אנגליה להקצות בשנה שלאחר שידורה סכום שיא של 280 מיליון פאונד, לצורך שיפור התפריט המוגש בבתי הספר בממלכה.

בישראל המצב שונה. בניגוד לארצות הברית ולאנגליה בה מחקרים מצביעים כי קרוב ל- 80% מן הילדים אוכלים את הארוחה החמה המרכזית שלהם בבתי הספר, הרי שבשראל אין מפעל הזנה לילדים בהיקף לאומי של ממש.

פעוטות

רשתות של חינוך פעוטות וילדים, בהן כן קיים מפעל הזנה והפעוטות והילדים ניזונים מארוחות לאורך כל היום בגנים, קיימת מסורת ארוכת שנים של הזנה, תזונאיות וטבחים, ותפריט הפעוטות מאוזן למדי. הוא כולל את כל אבות המזון הדרושים להם לצורך התפתחות, עם דגש על הבדל מרכזי בין שתי הרשתות - בעוד שבחלק מהגנים מוגשת מנה בשרית במהלך היום, באחרים, אין בשר בתפריט, ועל ההורים להשלים זאת בעצמם כאשר הילד חוזר לבית.

הבעיה המרכזית בגילאים אלו היא שעל כל ילד אחד הלומד במוסדות אלו, שהתפריט בהם מוסדר, מאוזן ומפוקח (בעיקר על ידי תזונאים), יש עוד שמונה פעוטות אחרים, הלומדים במסגרות פרטיות, בהן התפריט הינו תלוי תקציב ויכולת של ההורים ושל הגן הפרטי. אין פיקוח, אין דרישות הזנה או סטנדרטיזציה ואנחנו מביטים בעצם על "מערב פרוע" תזונתי בהקשר זה, דווקא בגיל שהוא קריטי כל כך מבחינת הזנת הילדים והתפתחותם.

ילדי הגן, גילאי 3-6

מאז החלתו של חוק חינוך חנם, הילדים בגני עירייה מוזנים בארוחות בוקר קלות, ומשחררים בשעה 14:00 מן הגן מבלי שקיבלו ארוחה מרכזית. ארוחה כזאת ניתנת רק לילדים הרשומים לצהרונים. מכיוון שהצהרונים הם יוזמות עירוניות ולא ממשלתיות, אין האחדה או הקפדה על תזונה בריאה. המזון המסופק, הגם שהוא משביע את הילדים, הוא לא בהכרח התפריט הבריא והמאוזן ביותר עבורם, וגם הוא פעמים רבות תלוי בתקציב של הרשות המקומית. לעומתם, ילדים החוזרים לביתם ולא ממשיכים לצהרון, נמצאים ברשות הוריהם או סבים וסבתות ומוזנים בתפריט הביתי שלהם.

בתי הספר היסודיים והתיכון

נדמה שכאן נמצא ההבדל המרכזי בין ישראל לארצות הברית ולבריטניה. כל ממשלות ישראל אשר דיברו על יום חינוך ארוך ומפעלי הזנה, לא מצאו את המשאבים הכלכליים האדירים הנדרשים לשם הקמת מפעל כזה מבחינה תקציבית. דבר שמותיר את הילדים ברשות עצמם מרגע כניסתם לבתי הספר היסודיים.



פתיחת שנת הלימודים בבית הספר אופק ברמלה, 1 בספטמבר 2015 (ראובן קסטרו)

חלק מההורים מכינים מזון עבור ילדיהם ליום הלימודים, אך חלק גדול אחר מסתפק בכך שהוא נותן להם דמי כיס יומיים, לצורך קניית מזון. זוהי בעיה של ממש שכן, לילדים אין את השיפוט התזונתי הנחוץ כדי להיות אחראים על תזונתם. ביקור קצר באזורי ההסעדה בקניונים בישראל בשעות הצהריים יגלה מחזה של עשרות ילדים עם תיקי בית ספר לידם וכולם ללא יוצא מן הכלל כמעט, אוכלים סוג כזה או אחר של מזון מהיר אשר ערכיו התזונתיים בעייתיים במיוחד.

מקום שלישי בעולם בהשמנת יתר קיצונית בקרב ילדים

שעות העבודה בישראל, שהתארכו עם השנים, יצרו מצב של הורים עסוקים בעבודה עד שעות מאוחרות. בבתים רבים בישראל כיום, בניגוד לשנות השבעים של המאה הקודמת, שני בני הזוג עובדים, כך שהזמן לילדים, ובעיקר הזמן להכנת המזון ולאכילה נכונה פשוט התפוגג. המשמעויות הן חריפות: בישראל יש שיעור השמנת יתר מבין הגבוהים בעולם המערבי. נתונים אף מצביעים על כך שבחתי גיל מסויימים, ישראל נמצאת במקום השלישי בעולם בשיעור השמנת יתר קיצונית בקרב ילדים ובני נוער - לא רחוק מבריטניה וארצות הברית.

בתי הספר בישראל, קיבלו, מבלי שרצו אולי, תפקיד חשוב בהקשר זה. ראשית, כמעט בכל בתי הספר בארץ פועלים מזמונים המוכרים לזכיינים שונים, המהווים מקור להכנסה זמינה לבתי הספר. מתי לאחרונה ביקרתם בבתי ספר וקניתם בקפיטריה משהו לאכול? אם תנסו, תמצאו שם תפריט לקוי שופע בפחממות ריקות, כריכים עבי כרס ודלי ערך תזונתי ומכונות של משקאות מוגזים (שהצבתן בארצות הברית למשל נאסרה כבר מזמן). שום גוף או מנגנון ממשלתי אינו מפקח על איכות המוצרים הנמכרים במזמונים ועל ערכיהם התזונתיים.

התפקיד הראשון של בתי הספר הוא חינוך. טוב יהיה אם יפנימו היום כי גם חינוך לתזונה נכונה הוא משימה לאומית של ממש. בעוד שיש היום ניצנים בדמות בתי ספר שמוקטים יוזמה עצמאית בנושא זה, הרי שמשרד החינוך עדיין לא נענה לאתגר בצורה משמעותית וכוללת, שתרתום את המערכת כולה לצורך החדרת ערכי תזונה נכונה ובריאה. הכשרה קצרה של מורים יכולה לתרום רבות לעניין החינוך לתזונה נכונה, אך זו, ובעיקר תוספת של שעות לטובת חינוך לתזונה נכונה, תלויות בתקציב ובסדרי עדיפויות.

בתי הספר בישראל הם בבחינת "הענק הישן" דווקא בנושא בו יכולה להיות להם השפעה אדירה. הם יכולים להפוך לחוד החנית במאבק בהשמנת יתר קיצונית בקרב ילדים ובני נוער בישראל. השינוי מתחיל פעמים רבות בחינוך, ונדמה שכאן מדובר בהחמצה של ממש.

ד"ר אסנת רזיאל היא רופאה כירורגית מומחית בניתוחי הרזיה, קבוצת אסיא מדיקל, תל אביב.