

ঢাবি'র ৫২ ভাগ আবাসিক ছাত্রছাত্রী পুষ্টিহীনতার শিকার

মুসতাক আহমদ

ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের ৫২ ভাগ আবাসিক ছাত্রছাত্রী পুষ্টিহীনতায় ভুগছে, যাদের মধ্যে ৫৮ ভাগ ছাত্র ও ৪৬ ভাগ ছাত্রী। এসব ছাত্রছাত্রী তাদের উচ্চতার তুলনায় ওজনেও কম। অধিকাংশ ছাত্রছাত্রীই হলে আসার পর ওজন হারাতে থাকে। হলে দৈনন্দিন তারা যে খাদ্য গ্রহণ করে, তাতে প্রয়োজনের তুলনায় ক্যালরি এবং ভিটামিনের পরিমাণ খুবই কম থাকে। এ কারণে তারা 'লো প্রেসার' ভোগে। সম্প্রতি বিশ্ববিদ্যালয়ের পুষ্টি ও খাদ্যবিজ্ঞান ইন্সটিটিউটের দুটি গবেষণাপত্র থেকে এ তথ্য পাওয়া গেছে। গবেষণাপত্রে বলা হয়েছে, হলের ক্যান্টিন এবং ডাইনিংয়ের অপরিষ্কার ও কম ক্যালরির খাদ্য প্রদানই ছাত্রছাত্রীদের অপুষ্টির প্রধান কারণ। অধিকাংশ হলেই রয়সভিত্তিক খাদ্য তালিকা মানা হয় না। অনুসন্ধান জানা গেছে, ক্যান্টিন ও ডাইনিংওলো থেকে যে খাদ্য সরবরাহ

করা হয়, তাতে হল প্রশাসনের কোন নিয়ন্ত্রণ নেই। সব হলেই ডাইনিং-কেন্দ্রিন দেখাশোনার জন্য একজন, কোন

গবেষণাপত্রের তথ্য

- বিভিন্ন হলে খাবারের মান খুবই খারাপ
- পচা মাছ ও সবজি, নিম্নমানের ডাল
- ছাত্রছাত্রীদের উচ্চতার তুলনায় ওজন কম
- খাদ্যে ক্যালরি ও ভিটামিন প্রায় নেই

কোন ক্ষেত্রে আরও বেশি আবাসিক শিক্ষকের দায়িত্ব থাকলেও তারা কখনও এদিকে নজর দেন না। অধিকাংশ

হলে নিম্নমানের চাল, পচা-গলা মাছ, কাঁচা বাজার এবং অস্বাস্থ্যকর পরিবেশে খাদ্য পরিবেশন করা হয়। তাছাড়া হলগুলোতে যে খাদ্য পরিবেশন বা বিক্রি হয়, তা সুস্থ ও স্বাভাবিক দেহের জন্য যথেষ্ট নয়। এজন্য অধিকাংশ ছাত্রছাত্রী হলের বাইরে খাবার গ্রহণ করতে বাধ্য হয়। গবেষণায় দেখা গেছে, ছাত্রীদের তুলনায় ছাত্রদের ওজন তাদের উচ্চতার তুলনায় ১১.৮ ভাগ কম। সর্বাঙ্গ অনুযায়ী যে উচ্চতায় ৫৯.২০ কেজি ওজন থাকার কথা সেখানে গড় ওজন ৫২.২৩ কেজি পাওয়া গেছে। অপরদিকে ৪০.৬৫ ভাগ আবাসিক ছাত্রী বিভিন্ন ধরনের অপুষ্টির শিকার। তারা দৈনন্দিন খাদ্য থেকে সরাসরি ১.৫ কেজি ক্যালরি গ্রহণ করে, যা নোট চাহিদার ৭৬.৪৭ ভাগ পূরণ করতে সক্ষম। ছাত্রীদের ওজন স্বাভাবিক উচ্চতার থেকে ৬.৮৬ ভাগ কম। এতে আরও দেখা যায়, পুষ্টি পৃষ্ঠা: ১৩ কলাম: ৮

পুষ্টি : ছাত্রছাত্রী

(৩য় পৃষ্ঠার পর)

ছাত্রছাত্রীরা যে পরিমাণ ক্যালরি গ্রহণ করে তার ৭৬.৯৭ ভাগ হলের ডাইনিং-কেন্দ্রিনের খাদ্য এবং ২৩.০৩ ভাগ বাইরের খাবার থেকে গ্রহণ করে।

গবেষণায় উল্লেখ করা হয়েছে, বাসেটের (১৯৮১) সুপারিশ অনুযায়ী রয়সভিত্তিক উচ্চতার হিসাবে একজন প্রাপ্তবয়স্ক মানুষের ১ হাজার ৯৫৪ কেজি ক্যালরি দরকার। কিন্তু বিশ্ববিদ্যালয়ের ছাত্রছাত্রীরা মাত্র ১ হাজার ৮৮৯ কেজি ক্যালরি গ্রহণ করে। ছাত্রছাত্রীরা সকালে যে নাস্তা গ্রহণ করে, তাতে ক্যালসিয়াম ছাড়া পুষ্টির মাত্র ৬০ ভাগ পূরণ করে।

উল্লেখ্য, ছাত্রছাত্রীরা এই যে খাবার গ্রহণ করে তার জন্য তারা মাসিক ৭২৯ টাকা থেকে ১ হাজার ১২৩ টাকা ব্যয় করে।

বিশ্ববিদ্যালয়ের ৫টি ছাত্র হলের ১২৫ জন ছাত্র এবং ২টি ছাত্রী হলের ১৫০ জন ছাত্রীর ওপর জরিপ চালিয়ে উপরোক্ত গবেষণাপত্র তৈরি করা হয়েছে। এতে অংশগ্রহণকারীদের গড় বয়স, উচ্চতা ও দেহের ওজন হচ্ছে যথাক্রমে ২২.২২ বছর, ১৬.৬৬ সেন্টিমিটার এবং ৫২.২৩ কেজি।

পুষ্টিবিজ্ঞানীরা মনে করেন, আবাসিক ছাত্রছাত্রীর মাঝে পুষ্টিজ্ঞান ও সচেতনতা বৃদ্ধি, খাদ্যাদ্যাস পরিবর্তন এবং আদর্শ খাদ্য তালিকা অনুসরণের মাধ্যমে ও মাসের মধ্যে উপরোক্ত সমস্যা থেকে উত্তরণ সম্ভব।

তবে আবাসিক হলের ছাত্রছাত্রীরা মনে করে, হল প্রশাসনের সরাসরি নজরদারি, যথাযথভাবে হাউস টিউটরদের দায়িত্ব পালন, খাদ্য তালিকা অনুসরণ, ক্যান্টিন-ডাইনিং ম্যানেজারদের বাধ্য করার মাধ্যমেই কেবল এ সমস্যা থেকে উত্তরণ সম্ভব। অবশ্য কোন কোন ছাত্রছাত্রী হল ক্যান্টিনের সরবরাহকৃত খাদ্যে সার্বসিডি প্রথা পুনঃপ্রবর্তনের মাধ্যমে এ সমস্যা থেকে উত্তরণ সম্ভব বলে অভিমত পোষণ করেছে। সমাজবিজ্ঞান বিভাগের তৃতীয় বর্ষের ছাত্র সাক্কাদ মাহমুদ জানান, সরকার যদি ঢাবির আবাসিক হলগুলোর ডাইনিং-ক্যান্টিনের জন্য ১ কোটি টাকা প্রদান করে এবং তা ডিপোজিট করে রাখা হয়, তবে এর থেকে মাসিক যে লাভ পাওয়া যাবে তা দিয়েই ১০টি আবাসিক হলে ভাল সার্বসিডি দেয়া সম্ভব।