भारत में खाद्य आहार संक्रमण
Dietary Transition in India

वाणी एस. कुलकर्णी और राघव गैहा
Vani S. Kulkarni and Raghav Gaiha
मार्च 1, 2010

भारत आजकल तीव्र आर्थिक और जनसांख्यिकीय कायाकल्प के दौर से गुज़र रहा है. वर्ष 1980 से औसत जीवन स्तर में निरंतरता और तीव्र वृद्धि बनी हुई है. प्रति व्यक्ति सकल घरेलू उत्पाद में 230 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई है अर्थात् प्रतिवर्ष 4 प्रतिशत की प्रवृत्ति की दर दर्ज की गई है. 1983-94 में गरीबी की वार्षिक दर घटकर 0.88 प्रतिशत रह गई और 1993-05 से इसमें और भी कमी आ गई और यह दर घटकर 0.77 रह गई. जीवन की आयु 54 से बढ़कर 69 वर्ष हो गई है जबकि 1980-2008 के बीच जन्म की (स्थूल) दर 34 से घटकर 22 रह गई. तीव्र आर्थिक वृद्धि के साथ-साथ शहरीकरण में भी तेज़ी आई है. 1980-2000 के बीच शहरी आबादी का हिस्सा 23 प्रतिशत से बढ़कर 28 प्रतिशत हो गया. संभावना है कि 2030 तक शहरी आबादी बढ़कर 41 प्रतिशत हो जाएगी.

नब्बे के दशक में भारत की अर्थव्यवस्था में व्यापक स्तर पर घरेलू और विदेशी उदारीकरण की वृद्धि की दर में काफ़ी तेज़ी आई. आर्थिक कायाकल्प का प्रमुख कारण यह है कि भारतीय खाद्य आहार के स्वरूप में काफ़ी परिवर्तन आया है. जैसे-जैसे वैश्विक मंडियों में परस्पर तालमेल और संप्रेषण बेहतर होता जाता है, खाद्य आहार के संक्रमण को टाला नहीं जा सकता. इसके फलस्वरूप खाद्य आहार की गुणवत्ता में परिवर्तन हो रहा है. घटिया आहार के स्थान पर बढ़िया आहार का आग्रह बढ़ रहा है और परंपरागत मुख्य आहार में प्राथमिक आहार उत्पादों का प्रयोग किया जाने लगा है, जैसा कि पश्चिमी खाद्य आहार में होता है. आहार में प्रोटीन, शक्कर, वसा और वनस्पतियों की मात्रा बढ़ने से यह परिवर्तन दिखाई पड़ने लगा है.

खाद्य आहार के इस संक्रमण में अंतर्निहित कारक तत्व हैं : मध्यम वर्ग का विस्तार, महिलाओं की बढ़ती भागीदारी, दोनों कमाऊ सदस्यों वाले बढ़ते एकल परिवार, खाद्य आहार की पसंदगी में आयुवार बढ़ता तीव्र विभाजन (मीडिया में विज्ञापित नए किस्म के खाद्य आहार के प्रति युवाओं की पसंदगी) और सुपर मार्केटों और फ़ास्ट फ़ूड आउटलेटों की बढ़ती संख्या.

फ़ाओस्टैट (FAOSTAT) के अनुसार अस्सी के दशक से खाद्य आहार में आए बदलाव इस प्रकार हैं :

- अस्सी के दशक के दौरान जैविक और वनस्पति दोनों ही प्रकार के उत्पादों की खपत में भारी वृद्धि हुई.
- जैविक उत्पादों में दूध की खपत में अपेक्षाकृत सबसे अधिक वृद्धि हुई है.
- वनस्पति के उत्पादनों में चावल, दाल, गेहूँ, मसाले और तेल की खपत में सबसे अधिक वृद्धि हुई.

नब्बे के दशक में खाद्य वस्तुओं के स्वरूप में महत्वपूर्ण बदलाव आए हैं.

- जैविक उत्पादों (विशेषकर जैविक वसा) की खपत में महत्वपूर्ण वृद्धि, लेकिन इसकी तुलना में वनस्पति उत्पादों की खपत में कुछ कम वृद्धि हुई.
- वनस्पति उत्पादों में भी जिन चीज़ों की खपत में बहुत अधिक वृद्धि हुई है, वे हैं : गेहूँ, स्टार्ची रूट, वनस्पति तेल, शक्कर व स्वीटनर और फल (जबकि चावल, दाल और अन्य अनाजों की खपत में कमी हुई है).
- स्टार्ची रूट में भी ऊर्जा संपन्न खाद्य उत्पादों की प्रधानता (जैसे फ़्राइज़ और आलू के चिप्स आदि) के कारण आलू की खपत में तीव्र वृद्धि हुई
- गेहूँ के उपयोग में परिवर्तन होने लगा. परंपरागत *चपाती* जैसी चीज़ों के स्थान पर व्यावसायिक और पश्चिमी ब्रैड उत्पादों जैसी चीज़ों का उपयोग होने लगा.

खाद्य आहार के संक्रमण के कारण सेहत पर इसका संभावित प्रभाव बहुत स्पष्ट नहीं है. अधिक विविधता और पोषण से भरा संतुलित आहार और आरोग्य विज्ञान के उच्च स्तर बेहतर सेहत से जुड़े हुए हैं. लेकिन यह भी आदान-प्रदान की बात है, क्योंकि ऊर्जा संपन्न भोजन खानपान संबंधी असंक्रमणीय बीमारियों के अधिकाधिक हमलों से भी जुडा हुआ है. जैसे मधुमेह, हृदय रोग और कुछ खास प्रकार के कैन्सर. यद्यपि भारत महामारी के संक्रमण के मामले में अन्य विकासशील देशों से पीछे है, लेकिन छूत की बीमारी से होने वाली मृत्यु दर में कमी की भरपाई असाध्य पतनकारी असंक्रमणीय बीमारियों (NCDs) के कारण होने वाली मृत्यु दर की वृद्धि से होने लगी है. इस संक्रमण के कुछ प्रमाण भी मिलने लगे हैं. असंक्रमणीय बीमारियों से होने वाली अनुमानित मौतों में वृद्धि होने की आशंका है. 1990 में हुई 3.78 मिलियन मौतों (सभी मौतों का 40.46 प्रतिशत) के मुकाबले 2020 में 7.63 मिलियन मौतें (सभी मौतों का 66.70 प्रतिशत) होने की आशंका है. इससे भी बुरी बात यह है कि इनमें से अधिकांश मौतें अपेक्षाकृत कम आयु के लोगों की हुई हैं; लगभग एक चौथाई मौतें शहरी इलाकों में 35-64 आयु वर्ग के लोगों की हुई हैं.

इस परिप्रेक्ष्य में खान-पान संबंधी ये परिणाम भारत के मानव विकास सर्वेक्षण 2005 (IHDS) पर आधारित हैं. यह सर्वेक्षण मैरीलैंड विश्वविद्यालय और राष्ट्रीय अनुप्रयुक्त आर्थिक सर्वेक्षण परिषद द्वारा संयुक्त रूप से किया गया था. इस सर्वेक्षण का मुख्य केंद्र बाहरी खानपान वाले गृहस्थ लोगों की सामाजिक-आर्थिक हैसियत और उनके देशिक वितरण पर आधारित था. बाद में इसे ग्रामीण और शहरी इलाकों तथा शहरी स्लम में विभाजित कर दिया गया. बाद में इन आँकड़ों को छह महानगरों में अलग-अलग विभाजित करके शेष को इससे अलग कर दिया गया.

सबसे पहले हम गृहस्थ लोगों द्वारा बाहरी खानपान पर किए गए खर्च के वर्गीकरण के आधार पर विचार करेंगे बाहरी खानपान की आदत अब काफ़ी व्यापक होने लगी है और इसकी पुष्टि इस बात से होती है कि एक चौथाई से अधिक गृहस्थ लोग (लगभग 28 प्रतिशत) इस श्रेणी

में आते हैं. परंतु इनमें से अधिकांश लोगों (लगभग 69 प्रतिशत) ने बाहरी खानपान पर हर माह 99 रुपये खर्च किए और एक चौथाई लोगों ने 200 रुपये हर माह खर्च किए.

इनमें से बाहरी खानपान वाले एक चौथाई लोग अनुसूचित जाति के थे, लगभग 27 प्रतिशत लोग अनुसूचित जनजाति के थे और लगभग 31 प्रतिशत लोग अन्य पिछड़े वर्गों के थे और शेष अन्य वर्गों के लोग थे. यह उल्लेखनीय है कि कुछ सबसे अधिक वंचित और सामाजिक दृष्टि से बहिष्कृत वर्गों (विशेषकर अनुसूचित जाति और अनुसूचित जनजाति के लोगों) ने भी परंपरागत मुख्य आहार के स्थान पर फ़ास्ट फ़ूड को अपना लिया है और अलग-अलग किस्म के ऐसे खाद्य आहार की अधिक खपत भी करने लगे हैं. इसकी और भी अधिक पुष्टि तब हो जाती है जब हम इन वर्गों को सरकारी गरीबी रेखा का उपयोग करते हुए गरीब और गैर गरीब गृहस्थ लोगों को और भी आगे विभाजित कर देते हैं. यद्यपि अधिकांश गैर गरीब गृहस्थ लोगों (32 प्रतिशत) ने बाहरी खानपान किया, लेकिन उनमें से बहुत गरीब लोगों (लगभग 14.50 प्रतिशत) का अनुपात बिल्कुल ही नगण्य था. हर तिमाही में प्रति व्यक्ति 300-500 रुपए के बीच, 500-1000 के बीच और 1000 से अधिक खर्च करने वाले वर्गों में और भी अधिक वर्गीकृत करके विभाजित करने से यह संदेह भी मिट जाता है कि खाद्य आहार का यह संक्रमण अधिकांशतः मध्यम वर्ग तक ही सीमित है. बाहरी खानपान करने वाले लगभग 21 प्रतिशत गृहस्थ लोग 500 रुपए से कम ही खर्च करते हैं और निम्न और उच्च-मध्यम आय वर्ग के अधिकांश लोग 500-1000 रुपए के बीच और 1000 रुपए से अधिक खर्च करते हैं. इस प्रकार वे औसतन 633 रुपए खर्च करते हैं. कम आय वाले गृहस्थ लोग भी 500 रुपए से कम खर्च करते हैं. कम आय वाले गृहस्थ लोगों में भी 17 प्रतिशत लोग 500 रुपए तक बाहरी खानपान पर खर्च करते हैं जबकि निम्न और उच्च-मध्यम आय के अधिकांश गृहस्थ लोग इससे दुगुना खर्च करते हैं.

इसके अलावा, बाहरी खानपान की प्रवृत्ति केवल शहरी इलाकों तक ही सीमित नहीं है. बाहरी खानपान करने वाले लगभग दो तिहाई गृहस्थ लोग ग्रामीण इलाकों के थे, लगभग 31 प्रतिशत शहरी इलाकों के थे और शेष (लगभग 3 प्रतिशत) शहरी स्लम इलाकों के थे. बाहरी खानपान करने वाले लगभग 35 प्रतिशत गृहस्थ लोग ग्रामीण इलाकों के थे और लगभग 34 प्रतिशत लोग शहरी गृहस्थ लोग थे और हैरानी तो इस बात की है कि इनमें से भी लगभग 45 प्रतिशत लोग शहरी स्लम के थे.

यदि हम अपना विश्लेषण सबसे बड़े छह महानगरों (मुंबई,दिल्ली,कोलकाता,चेन्नई और हैदराबाद) तक सीमित रखें तो कुछ और भी अंदरूनी तथ्य उजागर होंगे. इन शहरों के लगभग 34 प्रतिशत गृहस्थ लोग बाहरी खानपान करते हैं जबकि शेष इलाकों में लगभग 27 प्रतिशत लोग ही बाहरी खानपान करते हैं. इन महानगरों में 47 प्रतिशत से अधिक लोग बाहरी खानपान पर 200 रुपए से अधिक खर्च करते हैं और शेष इलाकों के एक चौथाई लोग ही बाहरी खानपान पर खर्च करते हैं. महानगरों (लगभग 56 प्रतिशत) के उच्च-मध्यम आय वर्ग के अधिकांश लोग बाहरी खानपान करते हैं. यह प्रतिशत अन्य इलाकों के लोगों (लगभग

40 प्रतिशत) की तुलना में बहुत ही कम है. साथ ही महानगरों के उच्च-मध्यम आय वर्ग के अधिकांश लोगों ने बाहरी खानपान पर हर माह 200 रुपए से अधिक खर्च किए और शेष इलाकों के लगभग 43 प्रतिशत लोगों ने ही इतना खर्च किया.

निष्कर्ष के रूप में यही कहा जा सकता है कि भारत में खाद्य आहार का संक्रमण मध्यम आय वर्ग के शहरी लोगों तक ही सीमित नहीं है, बल्कि इससे कहीं अधिक व्यापक है. बड़े महानगरों में इसकी बढ़ती प्रवृत्ति पर हैरान होने की ज़रूरत नहीं है. इसका कारण यही है कि इन इलाकों में जीवन शैली में तेज़ी से बदलाव आ रहा है, मीडिया का व्यापक प्रभाव है और बाहरी खानपान की अधिक सुविधाएँ हैं. परंतु इसमें संदेह नहीं है कि बढ़ती समृद्धि और बाहरी खानपान की बढ़ती सुविधाओं के कारण खानपान की प्रवृत्ति में बदलाव ग्रामीण इलाकों में और कम आय वाले गृहस्थ लोगों में भी दिखाई देने लगा है.

वाणी एस. कुलकर्णी येल विश्वविद्यालय के दक्षिण एशिया अध्ययन में लेक्चरर हैं

राघव गैहा दिल्ली विश्वविद्यालय के प्रबंधन अध्ययन संकाय में सार्वजनिक नीति के प्रोफ़ेसर हैं.

यह लेख भारत में खाद्य *आहार में परिवर्तन, कुपोषण और असंक्रमणीय बीमारियों के लिए किए जा रहे अध्ययन से उदधृत किया गया है.*

हिंदी अनुवादः विजय कुमार मल्होत्रा, पूर्व निदेशक (राजभाषा),रेल मंत्रालय, भारत सरकार

<malhotravk@hotmail.com>