

## تعیین سبد غذایی برای گروه‌های درآمدی مختلف با استفاده از منطق فازی<sup>۱</sup>

محمد حسین پورکاظمی

دانشیار دانشکده علوم اقتصادی و سیاسی h\_pourkazemi@yahoo.com.au

محمد سوزنده

کارشناس ارشد دانشکده علوم اقتصادی و سیاسی m\_soozandeh@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۸۷/۳/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۳۸۸/۷/۷

### چکیده

انسان به‌عنوان رکن اصلی اقتصاد جامعه دارای نیازمندی‌هایی است که مهم‌ترین آن‌ها نیاز به امنیت غذایی و تغذیه سالم است. در جامعه ایران دو گروه از افراد وجود دارند که از امنیت کامل غذایی برخوردار نیستند، این دو گروه شامل کسانی هستند که یا به‌علت بضاعت مالی توانایی تهیه مواد غذایی سالم و مغذی را ندارند و یا این‌که علی‌رغم توانایی مالی، به‌علت مصرف غیرصحیح مواد غذایی فاقد امنیت غذایی‌اند. لذا دو عامل در ایجاد امنیت غذایی افراد نقش مهم ایفا می‌کنند که شامل درآمد و ارتقای دانش غذایی افراد می‌شوند و با معرفی سبد غذایی مناسب می‌توان به این دو دست یافت. در این مقاله ضمن استفاده از نظرات متخصصان تغذیه و بهداشت، برای اولین بار به کمک منطق فازی با تابع عضویت ذوزنقه و با استفاده از داده‌های مرکز آمار و جداول ترکیبات مواد غذایی، یک سبد غذایی برای دهک‌های خانوارهای شهری و روستایی تعیین شده است. هم‌چنان‌که خواهیم دید، ماهیت تغذیه و انسان آن‌چنان است که روش استفاده از منطق فازی بر دیگر روش‌ها برتری دارد. ما در این‌جا با تعریف ۲۱ تابع هدف و ۲۷ مجموعه مواد غذایی و ۱۰ ماده مغذی و ۷۸ قید با ضرایب فازی و با استفاده از برنامه‌ریزی آرمانی یک سبد غذایی را به‌دست آورده‌ایم. این سبد غذایی علی‌رغم آن‌که نیاز افراد به مواد غذایی را مرتفع می‌کند از کم‌ترین هزینه نیز برخوردار است. با تعیین سبد غذایی و هزینه آن خط فقر مشخص شده است. نتایج به‌دست آمده نشان می‌دهد که خانوارهای روستایی در دهک‌های اول و دوم هزینه‌ای و خانوارهای شهری در دهک اول، توانایی مالی جهت خرید مایحتاج غذایی را نداشته‌اند. لذا به امنیت غذایی دسترسی نخواهند داشت. هزینه سبد غذایی ارائه شده از این روش که برای اولین بار در ایران محاسبه شده از دیگر روش‌های معمول کم‌تر است.

طبقه‌بندی JEL: C۶۱ و I۱۲ و I۳۹ و P۳۶ و P۴۶

کلید واژه: امنیت غذایی، سبد غذایی، خط فقر، منطق فازی، بهینه‌سازی فازی

۱ - این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد در دانشکده علوم اقتصادی دانشگاه شهید بهشتی با عنوان "تعیین سبد غذایی برای گروه‌های درآمدی مختلف متناسب با درآمد آن‌ها"، به راهنمایی محمد حسین پورکاظمی و تحت نظارت دکتر نسرین امیدوار، استاد تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی است.

## ۱- مقدمه

امنیت غذایی نخستین اصل برای حفظ سلامت افراد جامعه است تا بتوانند نقش کلیدی خود را به عنوان عنصر اصلی توسعه سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی ایفا کنند و بیش تر کشورهای جهان، به ویژه دولت های مردم سالار اهمیت ویژه ای برای ایجاد، حفظ و پایداری امنیت غذایی قابل هستند و نبود آن را تهدیدی جدی علیه توسعه اقتصادی، اجتماعی و سیاسی تلقی می کنند. بنا به تعریف، امنیت غذایی وقتی وجود دارد که همه مردم در تمام اوقات دسترسی فیزیکی و اقتصادی به غذای کافی، سالم و مغذی برای تأمین نیازهای تغذیه ای و ترجیحات غذایی خود داشته باشند. بدین ترتیب، دسترسی به غذای کافی و مطلوب و سلامت تغذیه ای از محورهای اصلی توسعه، سلامت جامعه و زیر ساخت نسل های آینده یک کشور است. (وزارت بهداشت ۱۳۸۳)

در قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران، در اصول سوم، بیست و نهم و چهل و سوم، ضرورت تأمین نیازهای اساسی، رفع فقر و برطرف کردن هر نوع محرومیت در زمینه تغذیه، رفاه فردی و اجتماعی مورد تأکید قرار گرفته است. همچنین جمهوری اسلامی ایران چندین بار و به ویژه در نشست هزاره، همراه سایر کشورهای جهان، رسماً تعهد سیاسی و عزم کلی خود را برای کاهش گرسنگی، سوء تغذیه و دستیابی به امنیت غذایی پایدار اعلام کرده است. (وزارت بهداشت ۱۳۸۳)

آمار منتشر شده توسط مرکز انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور نشان می دهد که از تمامی افرادی که انرژی و پروتئین مصرف می کنند، تنها ۳۰ درصد به اندازه نیاز و ۲۰٪ اضافه بر نیاز مواد مغذی دریافت می کنند و ۵۰ درصد نیز با کمبود مواد مغذی روبرو هستند (وزارت بهداشت ۱۳۸۳)، که این آمار بالای ۵۰٪، هم ریشه در عدم کفایت درآمد خانوار و هم در عدم تنوع غذایی در الگوی مصرفی دارد، چرا که طبق آمار تنها حدود ۱۵ تا ۲۰ قلم مواد غذایی در سبد روزانه یک فرد ایرانی است، در حالی که کشور ژاپن حدود ۳۰ تا ۴۰ ماده غذایی در سبد غذایی خود دارد بنابراین در جامعه ما بعضی افراد به علت کمی بضاعت مالی نمی توانند تغذیه مناسب داشته باشند و بعضی دیگر هم با وجود بضاعت مالی خوب یا متوسط، آگاهی لازم در زمینه نیازهای تغذیه ای را ندارند، لذا وظیفه این است که یک یا چند ترکیب مواد غذایی که هم نیاز افراد به مواد غذایی را مرتفع کرده و هم با درآمد خانوارها سازگار باشد، در اختیار مردم جامعه قرار گیرد.

قبل از ورود به بخش بعد، لازم است چند اصطلاح در تغذیه، هم چون امنیت غذایی و سبد غذایی، شرح داده شوند. بنا به تعریف، امنیت غذایی وقتی وجود دارد که همه

مردم در تمام اوقات دسترسی فیزیکی و اقتصادی به غذای کافی، سالم و مغذی برای تأمین نیازهای تغذیه‌ای و ترجیحات غذایی خود داشته باشند. بدین ترتیب دسترسی به غذای کافی و مطلوب و سلامت تغذیه‌ای از محورهای اصلی توسعه، سلامت جامعه و زیر ساخت نسل‌های آینده کشور است. (وزارت بهداشت ۱۳۸۳)

عبارت سبد مصرفی غذایی به مجموعه یا ترکیبی از کالاهای عمده غذایی اطلاق می‌شود که در مجموع بتواند میزان مواد مغذی لازم برای فعالیت بدن را تأمین کند و الگوی غذای مطلوب، الگویی است که تأمین کننده رژیم غذایی کافی و متعادل باشد و تفاوت‌های فردی نظیر سن، جنس، محلّه زندگی، شغل، ترجیحات غذایی، عادات غذایی و فرهنگ مردم را نیز در برگیرد. این الگو هم‌چنین باید منعکس کننده امکانات تولید و دسترسی به غذا و شرایط اقتصادی، اجتماعی جامعه باشد. در چنین الگویی مواد مغذی در مقادیر کافی و به نسبت‌های متناسب وجود دارد، به گونه‌ای که تمام نیازهای تغذیه‌ای فرد تأمین شده و از بروز بیماری‌های ناشی از کمبود مواد مغذی مثل سوءتغذیه پروتئین، کم خونی ناشی از فقر آهن، کمبودهای ویتامینی مثل ویتامین A، D و B و غیره و کمبود ید جلوگیری کند و در ضمن با رعایت تعادل و تنوع، خطر بروز بیماری‌های مزمن ناشی از نامناسب بودن تغذیه همانند بیماری قند، بیماری‌های عروق کرونری قلب، چاقی و برخی از سرطان‌های وابسته به تغذیه را کاهش دهد. در حقیقت الگوی غذایی مطلوب و کافی، بر پایه سه اصل کفایت تغذیه‌ای، تنوع و تعادل استوار است. (هوشیار ۱۳۸۵)

## ۲- سابقه تحقیق

تاکنون در ایران چندین سبد غذایی تعریف شده است که می‌توان به سبد غذایی تعریف شده در مقاله "تحلیل عملکرد تغذیه‌ای خانوارهای شهری و روستایی و تعیین اثر بخشی مخارج خانوارها در تأمین نیازهای غذایی: کاربرد برنامه‌ریزی خطی"، از دکتر فرهاد خداداد کاشی در زمستان ۸۱ اشاره کرد، که این مقاله چنین آمده است که ارزیابی عملکرد تغذیه‌ای خانوارها ابزار مناسبی برای تشخیص میزان دسترسی آن‌ها به مواد غذایی است و علاوه بر این، این امکان را فراهم می‌کند تا سطح دانش تغذیه‌ای جامعه و قشرهای مختلف آن تعیین شود.

در این مقاله ضمن بررسی عملکرد تغذیه‌ای خانوارها با استفاده از روش برنامه‌ریزی خطی، حداقل مخارج لازم برای تأمین نیازهای غذایی متناسب با الگوی پیشنهادی متخصصان علم تغذیه محاسبه می‌شود (کاشی ۱۳۸۱) و هم‌چنین می‌توان از مقاله آقای

دکتر هژبرکیانی، با عنوان "بررسی سبد مطلوب غذایی از طریق برنامه‌ریزی MGA<sup>1</sup>"، نام برد. در این مقاله مؤلف در سال ۱۳۸۶ به کمک هفت گروه ماده غذایی در تلاش برای تعیین سبد غذایی با در نظر گرفتن ابعاد اقتصادی و سلامت جامعه است و در این راه از روش مدل‌سازی جایگزین عمومی<sup>۲</sup> بهره می‌جوید و به این نتیجه می‌رسد که با بودجه موجود نمی‌توان به تعیین سبد غذایی اقدام کرد. (کیانی ۱۳۸۶)

آناهیتا هوشیار راد نیز، در مقاله‌ای با عنوان "سبد غذایی مطلوب پیشنهادی کشور، مطالعات و یافته‌های اولیه" در سال ۱۳۸۵، ضمن تعریف امنیت غذا و تغذیه، به شرح مختصری از تاریخچه تعریف الگوی غذایی مطلوب پرداخته و چنین بیان داشته است که در سال‌های اخیر روش تدوین سبد غذایی بر مبنای الگوی واقعی مصرف طبقات کم درآمد و در جهت تأمین نیازهای تغذیه‌ای آنان اصلاح و تعدیل شده است. این سبد به‌عنوان یک راهنمای غذایی مناسب برای خانوارهای کم درآمد به کار برده می‌شود و به آن‌ها کمک می‌کند تا بهترین انتخاب‌های غذایی را در محدوده درآمدی خود بکنند، به‌گونه‌ای که علاوه بر تأمین نیازهای تغذیه‌ای، منطبق با ذائقه، عادات غذایی و معیارهای فرهنگی آن‌ها نیز باشد. (هوشیار ۱۳۸۵)

مرکز انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور نیز در زمینه تعیین سبد غذایی اقداماتی انجام داده است.

در تمامی مقالات مذکور از روش برنامه‌ریزی خطی و یا هرم غذایی برای تعیین سبد غذایی استفاده شده است، اما ما در این مقاله برآنیم تا برای اولین بار در ایران از روش منطق فازی جهت تعیین سبد غذایی استفاده کنیم. در ادامه در مورد مزیت این روش بحث خواهد شد. در خارج از کشور در سال‌های اخیر چندین مقاله در زمینه تعیین سبد غذایی منتشر شده است، که می‌توان به مقاله برند ویرسام، با عنوان "کاربرد تئوری سیستم‌های فازی در تنظیم احتیاجات غذایی" و مقاله دارمون و فرگوسن، با عنوان "تعیین ترکیب مناسب روغن‌های گیاهی به کمک برنامه‌ریزی خطی" در سال ۲۰۰۶ اشاره کرد، که در مقاله اول نویسنده در تلاش است کاربرد روش منطق فازی را در تعیین سبد غذایی شرح دهد (دارون ۲۰۰۶) و در مقاله دوم مؤلف به کمک برنامه‌ریزی خطی یک ترکیب از مصرف روغن‌های گیاهی را عرضه می‌کند که نیاز بدن به ویتامین دی مرتفع شود. در پایان این مقاله، مؤلف به این نتیجه می‌رسد که ترکیب ۴ به ۱ روغن زیتون و آفتاب گردان ارزان‌ترین ترکیب است که قیود موجود را مرتفع می‌کند. (ناصر کلانتری ۱۳۷۴)

---

1 - Modeling General Alternative (MGA).

2 - Modeling General Alternative.

### ۳- روش تحقیق

تعیین سبب مطلوب غذایی یک فرایند تصمیم‌گیری است که در آن یک فرد لازم است با توجه به اهدافی، هم‌چون حداقل کردن هزینه، افزایش توان و سلامت جسمانی و هم‌چنین افزایش رضایت از مصرف مواد خوراکی در کنار محدودیت‌هایی هم‌چون محدودیت بودجه، دسترسی به مواد غذایی و ...، به انتخاب و مصرف یک گروه از مواد اقدام کند.

روشی که ما در این مقاله انتخاب می‌کنیم، روش برنامه‌ریزی چند هدفه فازی با هدف حداقل کردن هزینه و ماکزیمم کردن توابع عضویت مواد مغذی و محدودیت‌های دریافت حداقل و حداکثر مواد مغذی و هم‌چنین رعایت سروینگ‌ها طبق هرم ماده غذایی است. متغیر تصمیم ما همان مواد غذایی است که یک فرد لازم است جهت دریافت مواد مغذی مصرف کند.

### ۳-۱- منطق فازی<sup>۱</sup>

در زندگی روزمره، وقایع و حوادث را توسط گزاره‌هایی مثل "امروز هوا ابری است"، "امروز باران می‌آید" و ...، بیان می‌کنیم و از این گزاره‌ها در معادلات منطقی اگر آن‌گاه استفاده کرده و تصمیم می‌گیریم. در منطق صریح و قطعی ارزش هر گزاره می‌تواند درست یا نادرست باشد، که کامپیوتر آن را با یک و صفر نشان می‌دهد. به‌عنوان مثال، "چراغ شماره ۲ روشن است" یک گزاره درست و ارزش آن یک است و "چراغ شماره ۲ روشن نیست"، یک گزاره نادرست و ارزش آن صفر است. پرفسور لطفی‌زاده، در ۱۹۶۵ تئوری مجموعه فازی را مطرح کرد و پیشرفت تئوری و عملی در این زمینه از آن زمان تاکنون بسیار زیاد بوده است. (زاهدی ۱۳۷۸)

در رابطه با منطق گزاره‌ها، نظریه مجموعه‌ها نیز مطرح می‌شود و هر مجموعه با اعضایش به‌طور کامل شناخته می‌شود. به عبارت دیگر، یک مجموعه هنگامی به‌طور کامل معرفی می‌شود که بتوان هر عنصر را به‌طور قطعی عضو آن مجموعه دانست یا آن را خارج از آن مجموعه معرفی کرد. هر مجموعه یک صفت مشخص‌کننده مربوط به خود دارد. معیار عضویت عناصر در مجموعه، صفت مشخص‌کننده مجموعه است و هر عنصر اگر دارای آن صفت باشد عضو مجموعه و در صورت دارا نبودن صفت، خارج از

---

1- Fuzzy Logic.

مجموعه شناخته می‌شود. این معیار عضویت را تابع عضویت می‌نامیم، که یک متغیر ریاضی است و با  $\mu$  نمایش و به صورت زیر بیان می‌شود: (اصغریور ۱۳۸۳)

$$\mu(x) = \begin{cases} 1 & X \in A \\ 0 & X \notin A \end{cases} \quad (1)$$

انواع توابع عضویت وجود دارند که می‌توان به مثلث، ذوزنقه، گوسین و دو گوسین و ... اشاره کرد و با توجه به ماهیت داده‌ها و بررسی مقالات خارج از کشور [۱۶]، ما از تابع عضویت ذوزنقه استفاده می‌کنیم.

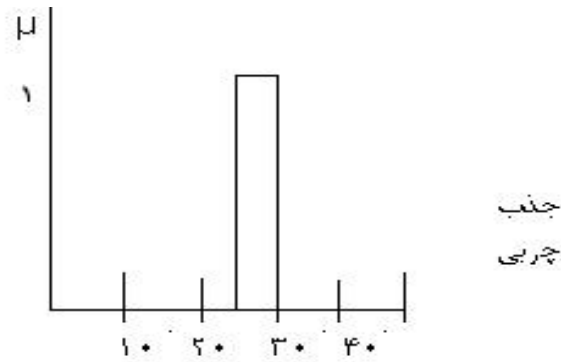
به‌عنوان مثال چهار چراغ داریم که سه چراغ اول روشن و چهارمی خاموش است، اگر مجموعه مفروض ما چراغ‌های روشن باشند، خواهیم داشت:

$$\mu_{(1)} = 1 \quad \mu_{(2)} = 1 \quad \mu_{(3)} = 1 \quad \mu_{(4)} = 0 \quad (2)$$

با دقت در زندگی روزمره و گزاره‌هایی که روزانه در زبان گفتاری بیان می‌کنیم، خواهیم دید که طریقه ارزش‌گذاری گزاره‌ها در مغز انسان فازی بوده و بیش‌تر جملات را که در زبان گفتاری به کار می‌بریم ذاتاً مبهم و فازی هستند. به‌عنوان مثال با دوستان ساعت چهار بعد از ظهر پنجشنبه قرار می‌گذاریم، آن چه مسلم است هیچ یک دقیقاً راس ساعت چهار بعد از ظهر در محل حاضر نخواهیم شد، یعنی ممکن است حتی برای یک ثانیه و یا حتی کم‌تر از یک ثانیه دیرتر یا زودتر در محل حاضر شویم، که این مقدار تأخیر و یا تعجیل ممکن است در حد چند دقیقه هم افزایش یابد، ولی این اختلاف به ساعت یا روز نرسیده و این‌طور نخواهد بود که در روز پنجشنبه در محل حاضر نشویم. این میزان اختلاف، اندازه فازی بودن فکر و زبان ما را مشخص می‌کند. ابهام و عدم دقت در کلام و تفکر ما هم‌چنان باقی است و به‌طور حتم کسی که در ساعت چهار و یک دقیقه در محل حاضر شده باشد؛ بدقول نیست و ارزش منطقی صفر را برای آن در نظر نمی‌گیریم. از این‌رو به منظور شبیه‌سازی و به‌دست آوردن مدل ریاضی برای منطق زبانی، منطق فازی به ما اجازه می‌دهد به تابع عضویت  $\mu$  مقداری بین صفر و یک را نسبت داده و ابهام را جایگزین قطعیت کنیم. (زاهدی ۱۳۷۸)

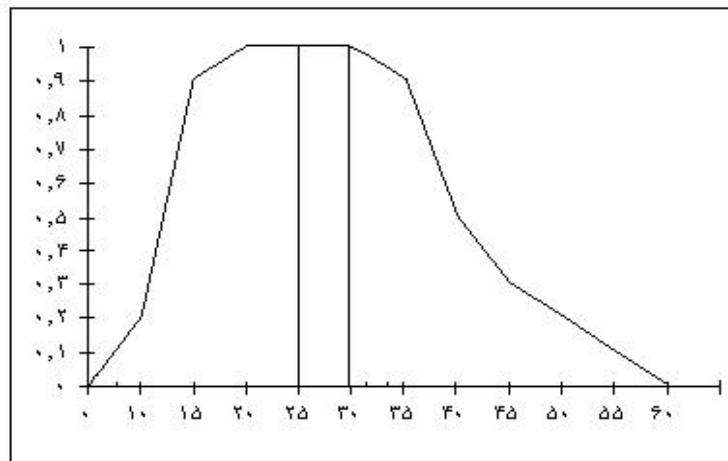
### ۳-۲- مزیت روش فازی در تعیین سبب مطلوب غذایی

با ارایه مثال زیر، مزیت روش منطق فازی بر برنامه‌ریزی خطی در تعیین الگوی بهینه مصرف مواد غذایی را بیان می‌داریم. یک مثال در شکل ۱ نشان داده شده است، که میزان جذب چربی را بیان می‌کند که در آن میزان جذب از ۲۵ تا ۳۰٪ برای دریافت انرژی مجاز شناخته شده است. (دارون ۲۰۰۶)



شکل ۱

در این حدود میزان تابع عضویت، ۱ و خارج از آن صفر است به عبارتی، منطق کلاسیک دارای دو مقدار است، عضو یا غیرعضو، صحیح یا غلط و با کیفیت یا بی کیفیت. اما چگونه یک مجموعه فازی تعیین می شود. در این جا به کمک یک تابع عضویت  $\mu(a)$ ، که از صفر<sup>۱</sup> تا یک تغییر می کند، تعریف می شود. شکل ۲، میزان پذیرش چربی را براساس آزمایشات نشان می دهد. (دارون ۲۰۰۶)

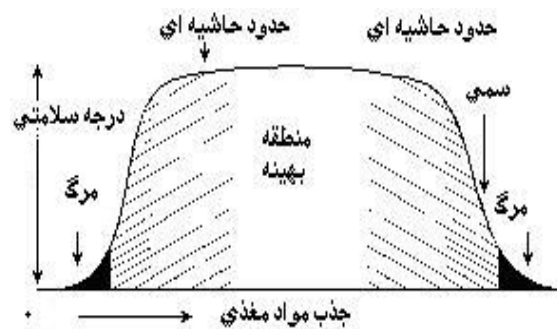


شکل ۲

۱ - در تابع عضویت نرمال، مقدار  $\mu$  بین صفر تا یک تغییر می کند، اما در تابع عضویت غیرنرمال حدود دیگر نیز قابل پذیرش است.

در این جا میزان دریافت انرژی ۲۵ تا ۳۰٪ بهینه است و مناطقی نزدیک وجود دارد که هنوز هم قابل پذیرش هستند و این میزان پذیرش با فاصله گرفتن از منطقه بهینه کاهش می یابد.

در کتاب الفبای تغذیه از تراسول<sup>۱</sup>، نموداری وجود دارد که درجه سلامتی را وقتی که جذب مواد مغذی در رژیم غذایی تغییر می کند، نشان می دهد.



شکل ۳

یک منطقه بسیار خطرناک ناشی از کمبود تغذیه و بیماری های ناشی از این مسئله و نیز هم چنین یک سطح حاشیه ای و یک سطح بزرگ بهینه وجود دارد. در این منطقه، سلامتی فرد با تغییر مواد مغذی بهتر یا بدتر نمی شود. بیش تر مواد مغذی این چنین منطقه بزرگی دارند. بنابراین برای آن یک بهینه منحصر به فرد نمی توان یافت. توصیه های تغذیه ای بر این است که میزان جذب مواد مغذی بر شیب سمت چپ و بالا قرار گیرد. به عبارتی دیگر، یک منطقه حاشیه ای ناشی از جذب بیش از اندازه مواد مغذی وجود دارد که سمی و بسیار خطرناک است. شکل ۳ را می توان به عنوان یک منحنی بهینه جذب تفسیر کرد که می تواند به عنوان یک مجموعه فازی، مورد استفاده قرار گیرد. (دارون ۲۰۰۶)

با توجه به این مثال، مشخص می شود که تعیین سبب غذایی با استفاده از منطق فازی نسبت به برنامه ریزی خطی ساده و یا حتی MGA که حدود مواد مغذی را در یک بازه قطعی قرار می دهد، می تواند از انعطاف پذیری بیش تری برخوردار باشد. مزیت این انعطاف پذیری آن است که طبق نظر متخصصان، منطق فازی با پدیده جذب مواد



مغذی توسط بدن سازگاری بیش‌تری دارد. به‌علاوه در حل مدل، فضای ممکن مسئله افزایش پیدا کرده و می‌توان به سبدهایی دست یافت که علی‌رغم آن‌که نیاز انسان به مواد مغذی را برآورده می‌کنند، نسبت به سایر سبدهای غذایی تعریف شده از هزینه کم‌تری برخوردارند، که این خود به اقتصاد خانواده کمک می‌کند. نتایجی هم که از حل این مدل حاصل خواهد شد، دلیل بر ادعا خواهد بود.

### ۳-۳- بهینه‌سازی

مدل‌های بهینه‌سازی از دوران نهضت صنعتی شدن در جهان و به‌خصوص از زمان جنگ جهانی دوم همواره مورد توجه ریاضی‌دانان و دست‌اندرکاران صنعت بوده است. تأکید اصلی بر مدل‌های کلاسیک بهینه‌سازی، داشتن یک معیار سنجش و یا یک تابع هدف است. اما توجه محققان در دهه‌های اخیر به مدل‌های چند معیاره برای تصمیم‌گیری‌های پیچیده معطوف شده است. این مدل‌های تصمیم‌گیری به دو دسته عمده تقسیم می‌شوند: مدل‌های چند هدفه و مدل‌های چند شاخصه، به‌طوری که مدل‌های چند هدفه به منظور طراحی به‌کار گرفته می‌شوند، در حالی که مدل‌های چند شاخصه به منظور انتخاب گزینه برتر استفاده می‌شوند. در حل مدل‌های چند هدفه می‌توان به روش‌های زیادی هم‌چون روش لکسیکوگراف<sup>۱</sup>، برنامه‌ریزی آرمانی،  $L - P$  متریک و ... اشاره کرد که در این رابطه می‌توان به کتاب "تصمیم‌گیری‌های چند معیاره" اثر دکتر محمد جواد اصغر پور مراجعه کرد. (اصغرپور ۱۳۸۳)

### ۳-۴- سبب غذایی<sup>۲</sup>

عبارت سبب مصرفی غذایی به مجموعه یا ترکیبی از کالاهای عمده غذایی اطلاق می‌شود که در مجموع بتواند میزان مواد مغذی لازم برای فعالیت بدن را تأمین کند. (شناور ۱۳۸۲) با توجه به این که میزان مجاز استفاده فرد از مواد مغذی که برای سلامت وی لازم است براساس آزمایش‌ها و تجربیات گذشته مشخص شده است. تلاش برای تعریف الگوی غذای مطلوب از یکصد سال پیش با کارهای اتوار<sup>۳</sup>، آغاز شد (کیانی ۱۳۸۶) و در طول قرن گذشته با پیشرفت علم تغذیه و سایر علوم وابسته همواره سعی

1 - Lexicograph.

۲- در زمینه بهداشت تغذیه از راهنمایی و نظرات اساتید تغذیه و بهداشت استفاده شده است.

3 - W.A.Atwater.

بر این بوده است که ابزار مناسبی برای تعریف غذای کافی تدوین شود. حاصل این تلاش‌ها ابداع روش‌های متعددی از قبیل توصیه‌های مواد مغذی، راهنماهای رژیم‌ی، راهنماهای غذایی، برنامه‌های غذایی و سبد مطلوب غذایی است.

امروزه از نظر متخصصان تغذیه الگوی غذای مطلوب، الگویی است که تأمین‌کننده رژیم غذایی کافی و متعادل باشد و تفاوت‌های فردی نظیر سن، جنس، محلّه زندگی، شغل، ترجیحات غذایی، عادات غذایی و فرهنگ مردم را نیز در برگیرد. این الگو هم‌چنین باید منعکس‌کننده امکانات تولید و دسترسی به غذا و شرایط اقتصادی، اجتماعی جامعه باشد. در چنین الگویی مواد مغذی در مقادیر کافی و به نسبت‌های متناسب وجود دارد، به‌گونه‌ای که تمام نیازهای تغذیه‌ای فرد تأمین شده و از بروز بیماری‌های ناشی از کمبود مواد مغذی مثل سوء تغذیه پروتئین، کم‌خونی ناشی از فقر آهن، کمبودهای ویتامینی مثل ویتامین A، D و B و غیره و کمبود ید جلوگیری کند و در ضمن با رعایت تعادل و تنوع، خطر بروز بیماری‌های مزمن ناشی از بدی تغذیه همانند بیماری قند، بیماری‌های عروق کرونری قلب، چاقی و برخی از سرطان‌های وابسته به تغذیه را کاهش دهد. در حقیقت الگوی غذایی مطلوب و کافی بر پایه سه اصل کفایت تغذیه‌ای، تنوع و تعادل استوار است.

به‌طور خلاصه موارد کاربرد اختصاصی سبد مطلوب غذایی به شرح زیر است:

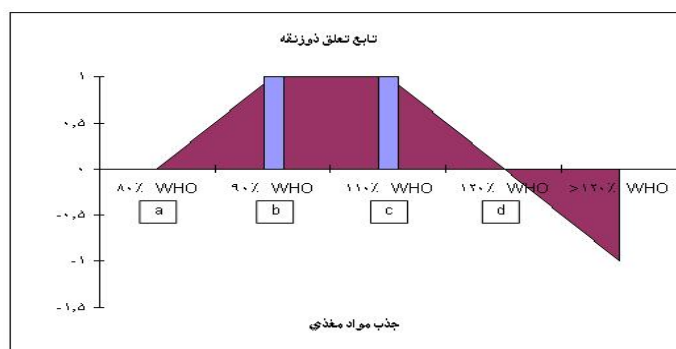
- ۱- جهت دهی به الگوی تولید و عرضه غذا در ارتباط با مصرف معتدل.
- ۲- ترسیم خط فقر. ۳- آموزش مصرف‌کنندگان در جهت برطرف کردن کمبودهای تغذیه‌ای و یا سوء تغذیه ناشی از فقر و بی‌سوادی تغذیه‌ای. ۴- آموزش مصرف‌کنندگان در جهت انتخاب بهتر غذا برای حفظ سلامت و پیشگیری از بیماری‌های مزمن ناشی از تغذیه و برخورد با بی‌سوادی تغذیه‌ای، به ویژه در مواردی که فقر اقتصادی نقش عمده ندارد. (وزارت بهداشت ۱۳۸۳)

#### ۴- الگوی تعیین سبد مطلوب غذایی برای گروه‌های سنی مختلف براساس منطق فازی

##### ۴-۱- بررسی الگو

در این‌جا برای تابع عضویت مدل تغذیه، با توجه به ماهیت تغذیه و جذب مواد مغذی توسط بدن و با توجه به نظر متخصصان امر تغذیه و بهداشت، می‌توان از تابع عضویت ذوزنقه یا گوسین استفاده کرد (دارون ۲۰۰۶). در ادامه، معادلات مورد استفاده

در این نوع تابع عضویت آورده شده و شکل آن به صورت زیر است. دلیل انتخاب دوزنقه این است که اولاً میزان جذب مواد مغذی در یک فاصله، در سلامتی افراد، یکسان و کمتر از آن زیان آور است و بالاتر از این فاصله نیز یا دفع است و یا این که برای بدن مضر است که این خاصیت با دوزنقه هم‌خوانی دارد و ثانیاً به دلیل خطی بودن آن می‌توان از حل معادلات پیچیده اجتناب کرد. شکل زیر خواص مذکور را بیان می‌دارد:



شکل ۴

تابع عضویت دوزنقه<sup>۱</sup>:

$a < \text{میزان جذب}$	منطقه نا امن شدید
$a < \text{میزان جذب} < b$	منطقه نا امن خفیف
$b < \text{میزان جذب} < c$	منطقه امن مطلوب
$d > \text{میزان جذب}$	منطقه پرمصرف

$$\mu = \begin{cases} 0 & I < a \\ \frac{I-a}{b-a} & a < I < b \\ 1 & b < I < c \\ \frac{d-I}{d-c} & I > c \end{cases} \quad (3)$$

$$b - a = d - c = 10\% \cdot \text{WHO} \quad (4)$$

$$I = \text{میزان جذب مواد مغذی (Intake)}$$

۱- جهت تعریف مناطق امنیت غذایی از منبع شماره ۲، طراحی و مدل سازی گروه‌های غذایی و راهت‌های غذایی ایران استفاده شده است.

### حد پایین جذب ماده مغذی

$$\mu = \frac{I - a}{\% 10 \cdot WHO} \Rightarrow I = a + \% 10 \cdot \mu \cdot WHO \Rightarrow I_{Lk} = WHO (\% 80 + \% 10 \cdot \mu) \quad (5)$$

با توجه به شکل ۴، عدد تابع عضویت حد پایین ماده مغذی بین صفر و یک به دلیل آن که می‌خواهیم فرد در دریافت مواد مغذی با نقصان مواجه نگردد انتخاب شده است. حد بالای جذب ماده مغذی:

$$\mu = \frac{d - I}{\% 10 \cdot WHO} \Rightarrow I = d - \% 10 \cdot \mu \cdot WHO \Rightarrow I_{uk} = WHO (\% 120 - \% 10 \cdot \mu) \quad (6)$$

با توجه به شکل ۴، عدد تابع عضویت حد بالای جذب ماده مغذی بین منفی بی‌نهایت و یک، به دلیل آن که اضافه جذب مواد مغذی توسط بدن دفع می‌شود و این بازه می‌تواند فضای ممکن در انتخاب مواد غذایی را افزایش دهد، انتخاب شده است. (دارون ۲۰۰۶)

$\mu =$  تابع عضویت (تعلق)

### ۴-۲- ارزیابی مدل و روش حل

برای خانوارهای شهری و روستایی و در هر گروه سنی به شیوه زیر عمل می‌کنیم:  
الف - ما در این مقاله از بین تمامی مواد مغذی که بدن به آن‌ها نیازمند است، ده مورد آن‌ها که بیش‌ترین سهم را در بدن دارند و کمبود آن‌ها موجب بیماری در بدن فرد می‌شود، در مدل وارد می‌کنیم (ماهان ۱۳۸۱) مواد مغذی که ما در این مقاله درصد تهیه آن‌ها برای یک فرد هستیم در جدول زیر آمده است:

جدول ۱- جدول مواد مغذی

#	ماده مغذی	واحد
۱	انرژی	کیلو کالری
۲	پروتئین	گرم
۳	کلسیم	میلی گرم
۴	آهن	میلی گرم
۵	تیامین	میلی گرم
۶	ریبو فلاوین	میلی گرم
۷	B6 ویتامین	میلی گرم
۸	B12 ویتامین	میکرو گرم
۹	C ویتامین	میلی گرم
۱۰	A ویتامین	ریتینول

ب - ما در این مقاله به منظور کاهش محاسبات، مواد غذایی‌ای را که از نظر ترکیب مواد مغذی شبیه، را در یک گروه قرار داده‌ایم که در جدول (۲) قابل مشاهده است. واحد مواد غذایی را به دلیل تطابق با جداول<sup>۱</sup> RDA، ۱۰۰ گرم در نظر می‌گیریم.

جدول ۲- جدول مواد غذایی

X71	انواع خشکبار	X34	سایر میوه‌ها ( هلو، انار و ... )		گروه نان و غلات
X72	انواع آجیل	گروه شیر و لبنیات		X11	نان
گروه چربی‌ها و روغن‌ها		X41	شیر، ماست و دوغ	X12	برنج
X81	چربی‌ها و روغن‌ها	X42	پنیر	X13	آرد و رشته و ماکارونی
گروه قند و شکر		X43	خامه و کره		گروه سبزیجات
X91	قند و شکر، مربا و شیرینی جات	گروه گوشت و تخم مرغ		X21	سبزی‌های برگی
گروه ادویه جات و چاشنی‌ها		X51	گوشت دام ( گوشت قرمز)	X22	سبزی‌های غیر برگی
X101	ادویه جات	X52	گوشت پرندگان	X23	گوجه فرنگی
X102	چاشنی‌ها و سایر ترکیبات غذایی	X53	ماهی و میگو و سایر آبزیان	X24	سیب زمینی
گروه نوشیدنی‌های صنعتی		X54	تخم مرغ		گروه میوه‌ها
X111	چای و قهوه	گروه حبوبات		X31	سیب
X112	شریبت، کمپوت و سایر نوشیدنی‌های صنعتی	X61	انواع حبوبات	X32	انگور
		گروه آجیل و خشکبار		X33	انواع مرکبات

ج - هزینه مواد غذایی از داده خانوار مرکز آمار سال ۱۳۸۳ و حدود مواد مغذی از جدول RDA، مرجع بین‌المللی FAO/WHO استخراج شده است، که می‌توان به آن منابع مراجعه کرد. براساس مقادیر مصرف واقعی و قیمت مواد غذایی در سال و میزان مواد مغذی موجود در مواد غذایی، یک میانگین وزنی از قیمت مواد غذایی و مواد مغذی موجود در مواد غذایی در دو سطح شهر و روستا می‌گیریم، بدین شکل قیمت متوسط مواد غذایی موجود در جدول ۲ و ترکیبات مواد مغذی آن‌ها به دست خواهد آمد. ابزار

۱ - برای مشاهده این جدول می‌توان به مراجع مهم تغذیه هم‌چون کتاب اصول تغذیه کروس مراجعه کرد.

حل مدل، روش سیمپلکس خواهد بود که به کمک آن سبد غذایی برای گروه‌های سنی مختلف محاسبه خواهد شد.

د- آن‌گاه براساس ترکیب گروه‌های سنی در خانوارهای شهری و روستایی که در جداول زیر آمده است سبد غذایی را برای خانوار محاسبه می‌کنیم:

جدول ۳ - متوسط جمعیت خانوارهای شهری و روستایی نمونه گیری در سال ۱۳۸۳

موقعیت	تعداد خانوار	تعداد مرد	تعداد زن	تعداد کل	متوسط جمعیت خانوار
شهری	۱۱۶۱۹	۲۵۳۴۲	۲۴۵۵۸	۴۹۹۰۰	۴/۲۹
روستایی	۱۲۹۱۵	۳۱۵۳۲	۳۱۳۴۲	۶۲۸۷۴	۴/۸۷

جدول ۴ - ترکیب گروه‌های سنی خانوارهای شهری و روستایی براساس آمار سال ۱۳۸۳

گروه سنی	خانوار شهری	خانوار روستایی
مرد	۱-۳	۲/۷۱
	۴-۶	۲/۵۰
	۷-۹	۳/۶۷
	۱۰-۱۴	۴/۷۳
	۱۵-۱۸	۵/۲۶
	۱۹-۵۰	۲۰/۶۵
	۵۱-۷۵+	۹/۳۱
زن	۱-۳	۲/۷۲
	۴-۶	۲/۲۷
	۷-۹	۳/۴۲
	۱۰-۱۴	۴/۲۸
	۱۵-۱۸	۵/۰۸
	۱۹-۵۰	۲۱/۹۷
	۵۱-۷۴	۹/۳۱
۷۵+	۱/۸۹	

### تعریف پارامترها

در زیر به تعریف پارامترهایی که در مدل استفاده کرده‌ایم، می‌پردازیم:

$m_{ijk}$  = مقدار واحد ماده مغذی نوع  $k$  که در ماده غذایی نوع  $j$  از گروه  $i$  وجود

دارد. به‌عنوان مثال،  $m_{۱۲۳}$  یعنی مقدار میلی‌گرم کلسیم که در ۱۰۰ گرم برنج وجود

دارد.  $i = ۱, \dots, ۱۱$  [۱۲ و ۹]

$C_{ij}$  = هزینه ۱۰۰ گرم ماده غذایی نوع  $j$  از گروه  $i$  (ریال). به‌عنوان مثال  $C_{۱۲}$

یعنی هزینه ۱۰۰ گرم برنج

$b_{ij}$  = درصد غیرخوراکی ماده غذایی نوع  $j$  از گروه  $i$ . به عنوان مثال  $b_{۱۲}$ ، یعنی چند درصد از برنج غیر قابل استفاده است که در مورد این ماده غذایی صفر است. [۱۰]

$S_i$  = حد پایین مصرف مواد غذایی گروه  $i$  براساس هرم مواد غذایی (سروینگ) (۱۰۰ گرم). به عنوان مثال  $S_۱$ ، حد پایین مصرف گروه نان و غلات که در هرم غذایی برای گروه های سنی مختلف مشخص شده است.

### تعریف متغیرها

$X_{ij}$  = مقدار ماده غذایی نوع  $j$  از گروه  $i$  (۱۰۰ گرم) - به عنوان مثال  $X_{۱۲}$ ، مقدار یکصد گرم ماده غذایی نوع ۲ از گروه ۱، که در این جا مطابق جدول برنج است (جدول ۲).

$u\mu_k$  = مقدار تابع عضویت ماده مغذی نوع  $k$  (حد بالا). به عنوان مثال  $u\mu_۳$ ، یعنی حد بالای کلسیم در گروه سنی که سبد غذایی برای آن محاسبه می شود.

$d\mu_k$  = مقدار تابع عضویت ماده مغذی نوع  $k$  (حد پایین). به عنوان مثال  $d\mu_۳$ ، یعنی حد پایین کلسیم در گروه سنی که سبد غذایی برای آن محاسبه می شود.

### ۳-۴ - تصریح مدل

با توجه به آن که مدل از چندین هدف تشکیل شده است، ما از برنامه ریزی آرمانی<sup>۱</sup> به کمک نرم افزار Win QSB، استفاده می کنیم.

### توابع هدف (اهداف)

شامل تابع هزینه مشتمل بر ۲۷ متغیر  $X_{ij}$  و با ضرایب قیمت مواد غذایی است، که باید آن را مینیمم کنیم و بیست تابع هدف مربوط به توابع عضویت حدود بالا و پایین جذب مواد مغذی با متغیرهای فازی که در بخش قبل توضیح داده شد. لذا مجموعه توابع هدف به شرح زیر است:

$$\begin{aligned} \min \quad & \sum_i \sum_j C_{ij} X_{ij} \\ \max \quad & u\mu_k \quad k=۱, \dots, ۱۰ \\ \max \quad & d\mu_k \quad k=۱, \dots, ۱۰ \end{aligned} \quad (۷)$$

مدل در ۲۰ تابع هدف دوم در تلاش است که جذب مواد مغذی را در منطقه امن مطلوب قرار دهد.

### محدودیت‌ها

#### محدودیت حد بالای مواد مغذی

شامل ۲۰ محدودیت حد بالای مواد مغذی، که هر محدودیت شامل ۲۷ ماده غذایی به‌عنوان متغیر و ضرایب آن، مقدار ماده مغذی موجود در ۱۰۰ گرم ماده غذایی قابل مصرف است.  $k=1, \dots, 10$

$$\sum_i \sum_j m_{ijk} (1 - b_{ij}) X_{ij} \leq I_{uk} \left\{ \sum_i \sum_j m_{ijk} (1 - b_{ij}) x_{ij} + \% 10 \mu_k \text{ WHO} \geq \% 120 \text{ WHO} \right\} \quad (8)$$

#### محدودیت حد پایین مواد مغذی

شامل ۲۰ محدودیت حد پایین مواد مغذی که هر محدودیت شامل ۲۷ ماده غذایی به‌عنوان متغیر و ضرایب آن، مقدار ماده مغذی موجود در ۱۰۰ گرم ماده غذایی قابل مصرف است.  $k=1, \dots, 10$

(۹)

$$\sum_i \sum_j m_{ijk} (1 - b_{ij}) X_{ij} \geq I_{lk} \left\{ \sum_i \sum_j m_{ijk} (1 - b_{ij}) x_{ij} - \% 10 \mu_k \text{ WHO} \geq \% 80 \text{ WHO} \right\}$$

در دو دسته محدودیت‌های فوق (روابط ۹ و ۱۰)، ضرایب  $(1 - b_{ij})$  درصد به‌عنوان درصد قابل مصرف از ماده غذایی است [راهنمای مقیاس‌های خانگی، ضرایب تبدیل و درصد مواد خوراکی].

محدودیت مصرف مواد غذایی براساس هرم مواد غذایی (سروینگ):

به‌منظور رعایت مصرف مواد غذایی طبق هرم ماده غذایی، محدودیت حداقل مصرف براساس سروینگ، در مدل آورده شده است. این محدودیت‌ها، محدودیت گروه میوه و سبزیجات، نان و غلات و گوشت و حبوبات را شامل می‌شوند.

$$\sum_j X_{ij} \geq S_i \quad (10)$$

#### محدودیت توابع عضویت

با توجه به این که جذب حداقل مواد مغذی از اهمیت بالایی برخوردار است و جذب بالاتر از مقادیر حدود بالای جذب نیز تا حدودی مجاز است، تابع عضویت حدود پایین



بین صفر و یک و تابع عضویت حدود بالا بین منفی بی‌نهایت (  $-\infty$  ) و یک در نظر گرفته می‌شود. در این جا ۲۰ محدودیت با متغیر توابع عضویت آورده شده است.

$$0 \leq d\mu_k \leq 1 \quad (11)$$

$$-\infty \leq u\mu_k \leq 1$$

محدودیت ضرورت مصرف همه مواد غذایی:

$$X_{ij} \geq \varepsilon \quad (12)$$

این  $\varepsilon$ : اپسیلون ارشمیدسی است و به این منظور به کار رفته که هیچ یک از مواد غذایی صفر نباشد و ما  $\varepsilon$  را مساوی  $0/01$  در نظر گرفته‌ایم. این دسته شامل ۲۷ محدودیت است.

## ۵ - یافته‌ها و پیشنهادات

با حل مدل در تعیین سبد مطلوب غذایی برای خانوارهای شهری به این نتیجه رسیدیم که:

۱- مقدار مصرف مواد غذایی در یک خانوار شهری: یک خانوار شهری با متوسط جمعیت  $4/29$  نفر، لازم است که نان و غلات ( $1562$  گرم)، سبزیجات ( $793$  گرم)، انواع میوه جات ( $2953$  گرم)، انواع لبنیات ( $2430$  گرم)، گوشت و تخم مرغ ( $388$  گرم)، انواع حبوبات ( $243$  گرم)، انواع آجیل و خشکبار ( $85$  گرم)، انواع چربی‌ها و روغن‌ها ( $85$  گرم)، انواع شیرینی‌جات و قند و شکر ( $129$  گرم)، انواع چاشنی‌ها و ادویه جات ( $149$  گرم) و چای و قهوه ( $85$  گرم) در روز مصرف نماید تا میزان مواد مغذی که بدن به آن‌ها نیاز دارد فراهم آید.

۲- هزینه سبد غذایی خانوار شهری: هزینه‌ای که سبد غذایی برای یک خانوار شهری با متوسط  $4/29$  نفر دارد در یک روز معادل  $41,976$  ریال و در یک سال معادل با  $15,321,075$ ، مطابق با قیمت‌های سال  $1383$  است. این میزان برای یک خانوار شهری به‌عنوان خط فقر مطلق (پژویان  $1384$ ) تلقی می‌شود. با تقسیم این عدد بر  $4/29$  هزینه سبد غذایی یک فرد شهری به‌طور متوسط به‌دست می‌آید که معادل با  $3,571,346$  ریال در یک سال است<sup>۱</sup>.

۱- هزینه سبد غذایی محاسبه شده بر اساس قیمت‌های مواد غذایی طبق آمار موجود هزینه‌های خانوار در سال  $1383$  است و طبیعتاً با توجه به تورم موجود در مواد غذایی در چند ساله اخیر، برای دستیابی به هزینه یک سبد غذایی در حال حاضر باید عامل تورم را در آن اعمال کرد.

۳- مقدار مصرف مواد غذایی در یک خانوار روستایی: در یک خانوار روستایی با متوسط جمعیت ۴/۸۷ نفر، سبد مطلوب غذایی به دست آمده شامل نان و غلات (۱۸۲۴ گرم)، سبزیجات (۸۷۰ گرم)، انواع میوه‌جات (۲۱۴۹ گرم)، انواع لبنیات (۲۶۷۶ گرم)، گوشت و تخم مرغ (۵۵۸ گرم)، انواع حبوبات (۱۵۲ گرم)، انواع آجیل و خشکبار (۹۷ گرم)، انواع چربی‌ها و روغن‌ها (۱۲۷ گرم)، انواع شیرینی جات و قند و شکر (۵۴ گرم)، انواع چاشنی‌ها و ادویه جات (۱۲۲ گرم) و چای و قهوه (۹۷ گرم) در روز است.

۴- هزینه سبد غذایی خانوار روستایی: هزینه سبد غذایی برای خانوار روستایی معادل ۴۲،۶۰۰ ریال در روز و معادل ۱۵،۵۴۸،۵۵۹ ریال در یک سال است که به عنوان خط فقر مطلق متوسط یک خانوار روستایی محسوب می‌شود. با تقسیم این عدد بر عدد ۴/۸۷ هزینه سبد غذایی سالانه متوسط یک فرد روستایی به دست می‌آید، این عدد معادل با ۳،۱۹۲،۷۲۳ ریال است.<sup>۱</sup>

۵- مقدار مواد مغذی جذب شده توسط خانوار شهری: در صورت استفاده سبد غذایی تعریف شده برای خانوار شهری، میزان جذب انرژی در یک خانوار شهری انرژی (۸۳۹۹ کیلو کالری)، پروتئین (۴۵۸ گرم)، کلسیم (۵۱۱۱ میلی گرم)، آهن (۷۶ میلی گرم)، تیامین (۷ میلی گرم)، ریبوفلاوین (۸/۵ میلی گرم)، ویتامین B۶ به میزان (۶/۳ میلی گرم)، ویتامین B۱۲ به میزان (۱۵/۲ میکرو گرم) و ویتامین‌های C و A به ترتیب (۵۱۹ میلی گرم) و (۴۱۵۶ ریتینول) خواهد بود.

۶- مقدار مواد مغذی جذب شده توسط خانوار روستایی: در صورت استفاده سبد غذایی تعریف شده برای خانوار روستایی میزان جذب انرژی در خانوارهای روستایی (۹۶۸۶ کیلو کالری)، پروتئین (۴۶۵ گرم)، کلسیم (۵۸۳۲ میلی گرم)، آهن (۸۴ میلی گرم)، تیامین (۷/۷ میلی گرم)، ریبوفلاوین (۹/۵ میلی گرم)، ویتامین B۶ به میزان (۷ میلی گرم)، ویتامین B۱۲ به میزان (۱۷/۲ میکرو گرم) و ویتامین‌های C و A به ترتیب (۳۱۶ میلی گرم) و (۵۱۵۹ ریتینول) خواهد بود.

۷- وضعیت دهک‌های خانوارهای شهری و روستایی: برای بررسی توانایی خانوارها در دهک‌های مختلف نسبت به تأمین امنیت غذایی با توجه به آن که آمار دقیقی از درآمد خانوارها در دسترس نیست، از معادل درآمد، یعنی هزینه استفاده می‌کنیم. مطابق

---

۱ - هزینه سبد غذایی محاسبه شده بر اساس قیمت‌های مواد غذایی طبق آمار موجود هزینه‌های خانوار در سال ۱۳۸۳ است و طبیعتاً با نظر به تورم موجود در مواد غذایی در چند ساله اخیر، برای دستیابی به هزینه یک سبد غذایی در حال حاضر باید عامل تورم را در آن اعمال کرد.

جدول ۵، با توجه به آن که برای خانوارهای روستایی متوسط هزینه خوراکی بهینه به دست آمده بین دو حدود متوسط هزینه خوراکی و دخانی سالانه دهک دوم و سوم قرار می‌گیرد، خانوارهای روستایی در دو دهک اول و دوم قادر نخواهند بود به امنیت غذایی برسند. برای خانوارهای شهری نیز متوسط هزینه خوراکی بهینه به دست آمده بین دو حدود متوسط هزینه خوراکی و دخانی سالانه دهک دوم و اول قرار می‌گیرد، لذا برای خانوارهای شهری نیز در دهک اول دستیابی به امنیت غذایی بدون سیاست‌های حمایتی غیرممکن است.

جدول ۵ - متوسط انواع هزینه‌های ناخالص خوراکی و غیر خوراکی سالانه یک خانوار روستایی و شهری در هریک از دهک‌های هزینه سالانه: ۱۳۸۳

روستایی	متوسط انواع هزینه‌های خوراکی و غیر خوراکی	هزینه‌های خوراکی (داخل و خارج از منزل)	هزینه‌های غیر خوراکی	شهری	متوسط انواع هزینه‌های خوراکی و غیر خوراکی	هزینه‌های خوراکی (داخل و خارج از منزل)	هزینه‌های غیر خوراکی
کل	۳۴۴۰۴۴۳۵	۱۳۰۳۰۹۲۰	۲۱۳۷۳۵۱۵	کل	۵۳۶۰۸۱۶۹	۱۳۱۹۷۵۶۴	۴۰۴۱۰۶۰۵
دهک ۱	۶۲۲۰۹۸۷	۳۰۱۱۸۸۷	۳۲۰۹۱۰۰	دهک ۱	۱۱۶۴۷۱۳۲	۴۱۲۲۸۸۱	۷۵۲۴۲۵۱
دهک ۲	۱۱۷۰۴۸۶۷	۵۶۳۵۰۵۵	۶۰۶۹۸۱۱	دهک ۲	۱۹۴۸۷۵۷۸	۶۷۹۴۱۲۱	۱۲۶۹۳۴۵۷
دهک ۳	۱۵۷۳۷۶۲۶	۷۴۷۶۸۹۲	۸۲۶۰۷۳۵	دهک ۳	۲۴۹۸۴۷۶۳	۸۴۰۰۸۰۰	۱۶۵۸۳۹۶۳
دهک ۴	۱۹۵۶۸۸۹۶	۹۰۳۱۴۶۸	۱۰۵۳۷۴۲۹	دهک ۴	۳۰۵۹۱۷۴۵	۹۹۲۲۵۱۶	۲۰۶۶۹۲۲۹
دهک ۵	۲۳۴۶۹۸۸۸	۱۰۳۷۱۸۴۹	۱۳۰۹۸۰۳۹	دهک ۵	۳۶۴۳۷۸۹۵	۱۱۳۷۸۷۰۵	۲۵۰۵۹۱۹۰
دهک ۶	۲۸۰۱۸۲۷۷	۱۲۱۶۸۹۲۲	۱۵۸۴۹۳۵۵	دهک ۶	۴۲۷۷۰۰۷۲	۱۳۰۲۳۵۴۵	۲۹۷۴۶۵۲۷
دهک ۷	۳۳۷۷۵۳۰۷	۱۳۹۷۵۱۲۰	۱۹۸۰۰۱۸۷	دهک ۷	۵۱۲۲۲۷۱۷	۱۴۶۸۴۲۹۲	۳۶۵۳۸۴۲۵
دهک ۸	۴۱۲۳۵۲۵۷	۱۶۳۷۴۶۲۲	۲۴۸۶۰۶۳۵	دهک ۸	۶۲۶۰۰۱۰۵	۱۶۶۹۰۶۳۷	۴۵۹۰۹۴۶۸
دهک ۹	۵۴۲۲۲۰۱۱	۲۰۳۵۸۰۰۶	۳۳۸۶۴۰۰۴	دهک ۹	۸۲۹۶۸۷۹۵	۱۹۸۶۰۹۰۲	۶۳۱۰۷۸۹۳
دهک ۱۰	۱۰۷۲۸۸۳۰۰	۳۱۰۰۳۶۴۷	۷۶۲۸۴۶۵۳	دهک ۱۰	۱۵۴۳۴۱۲۷۱	۲۴۳۰۷۹۲۷	۱۳۰۰۳۳۴۴۵

۸ - کارایی روش فازی نسبت به سایر روش‌ها: به منظور بررسی کارایی روش منطق فازی لازم است بین نتایج این روش در تعیین سبد غذایی با سبد تعریف شده مرکز انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور، سبد پیشنهادی چشم انداز بیست ساله و سبدهای که در مطالعه خداداد کاشی آمده است، از نظر هزینه‌های مقایسه‌ای انجام پذیرد.

میزان هزینه سبد پیشنهادی در این مطالعه برای یک فرد شهری در روز ۹،۷۸۵ و برای یک فرد روستایی ۸،۷۴۲ ریال است در حالی که هزینه سبد غذایی مطابق با پیشنهاد مرکز انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور به ترتیب معادل ۱۱،۰۷۲ و ۱۰،۰۲۷ می باشد به عبارتی، سبدهای که براساس منطق فازی به دست آمده، علی رغم تأمین نیازهای تغذیه‌ای افراد، از هزینه کمتری برخوردار است. همین نتایج در مقایسه هزینه سبد پیشنهادی با هزینه سبد چشم انداز بیست ساله نیز حاصل خواهد شد.<sup>۱</sup> در مقاله خداداد کاشی، ترکیب سبد غذایی بیان نشده و تنها هزینه سبد براساس هزینه‌های سال ۱۳۷۸ محاسبه شده است، لذا به مقایسه آن‌ها پرداخته‌ایم. البته هرم‌های غذایی نیز میزان مصرف مواد غذایی، برای هر گروه سنی بیان می‌کنند، که چون از نظر هزینه‌ای قابل مقایسه نیست، به این بحث پرداخته نمی‌شود، هر چند که ما در این مقاله محدودیت هرم غذایی را به عنوان یک محدودیت در معادلات ۱۰ آورده‌ایم. بنابراین، ما در این جا به این نتایج دست یافتیم که برای این که یک خانوار روستایی و شهری به امنیت غذایی برسند، لازم است از چه ترکیبی از مواد غذایی استفاده و چه میزان هزینه کنند. در بند ۸، همان‌طور که ذکر شد به این نتیجه رسیدیم که منطق فازی، ما را به یک ترکیب غذایی با هزینه کم‌تر می‌رساند. بنابراین می‌توان این نتایج را برداشت کرد که اولاً منطق فازی با اصول تغذیه هم‌خوانی دارد و علاوه بر آن سبد غذایی‌ای که به کمک این روش به دست می‌آید، علی‌رغم آن که نیازهای فرد به مواد غذایی را مرتفع می‌کند هزینه، کم‌تری در بردارند بنابر این نسبت به سایر روش‌ها کارا تر است.

۹- در زمان تهیه این مقاله آخرین آمار بودجه‌ای خانوار که مرکز آمار ایران در اختیار داشت، آمار سال ۱۳۸۳ بوده که ما نیز براساس آن به بررسی و اجرای مدل پرداخته‌ایم. لذا برای دستیابی به یک سبد غذایی که قابلیت استفاده از آن در حال حاضر را داشته باشد، نیازمند جمع آوری آمار به روز شده از طریق مرکز آمار ایران هستیم.

۱۰- پیشنهاد می‌شود با توجه به آن که تعیین این سبدهای غذایی بدون ایجاد انگیزه در افراد جهت تطبیق رژیم غذایی خود با سبد مطلوب اثر چندانی در امنیت غذایی جامعه ندارد، لازم است با فرهنگ سازی مناسب به کمک تبلیغات و آموزش‌های

مناسب، مردم جامعه را به سمت مصرف مناسب مواد غذایی سوق داد و در این میان مدل فازی به دلیل انعطاف پذیری‌ای که دارد می‌تواند بسیار مفید باشد.

### فهرست منابع

- ۱- اصغرپور، محمد جواد، تابستان ۱۳۸۳، تصمیم‌گیری‌های چند معیاره، مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، چاپ سوم.
- ۲- امیدوار، نسرین - تابستان ۱۳۸۵- طراحی و مدل سازی گروه‌های غذایی و راهنماهای غذایی ایران - گزارش دفتر بهبود تغذیه جامعه و انجمن تغذیه ایران (اتا).
- ۳- پژوهان جمشید - فقر، خط فقر و کاهش فقر - مجله برنامه و بودجه - شماره ۲ - ص ۷۳ - ۸۴.
- ۴- خداداد کاشی، فرهاد - حیدری، خلیل - زمستان ۱۳۸۱، تحلیل عملکرد خانوارهای شهری و روستایی و تعیین اثر بخشی مخارج خانوارها در تأمین نیازهای غذایی: کاربرد برنامه‌ریزی خطی - پژوهش نامه بازرگانی - شماره ۲۵ - ص ۲۱-۴۹.
- ۵- داده‌های بودجه خانوار سال ۱۳۸۳ تهیه شده توسط مرکز آمار ایران.
- ۶- زاهدی، مرتضی، ۱۳۷۸، تئوری مجموعه‌های فازی و کاربردهای آن، نشر کتب دانشگاهی، چاپ اول.
- ۷- سند ملی توسعه فرابخشی امنیت غذا و تغذیه ( برنامه چهارم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی ایران) - وزارت بهداشت و درمان - آذر ماه ۱۳۸۳.
- ۸- شناور، راضیه - مرادی، فریبا - مظلوم، زهره - وکیلی، مرضیه - ۱۳۸۲، تغذیه گروه‌های آسیب پذیر (۱)، واحد آموزش مرکز بهداشت استان فارس - شیراز.
- ۹- عاقلی، نسرین - ترکیبات مواد غذایی و نیازهای تغذیه‌ای ۱۳۸۵ - چاپ اول - انتشارات مرز دانش.
- ۱۰- غفارپور، معصومه؛ هوشیار راد، آناهیتا؛ کیانفر، هایده - راهنمای مقیاس‌های خانگی، ضرایب تبدیل و درصد خوراکی مواد غذایی - نشر علوم کشاورزی - ۱۳۷۸.
- ۱۱- ماهان - ال.کتلین، استامپ - سیلویا اسکات، اصول تغذیه کروس، ترجمه گیتی ستوده، انتشارات دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران، چاپ اول، تابستان ۸۱.
- ۱۲- موحدی، آریو؛ روستایی، رویا - جدول ترکیبات مواد غذایی - انتشارات انستیتو و تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور - چاپ دوم ۱۳۷۹.

- ۱۳- هژبر کیانی، کامبیز - ۱۳۸۶- بررسی سبد مطلوب غذایی از طریق برنامه‌ریزی MGA.
- ۱۴- هوشیار راد، آناهیتا - غفار پور، معصومه - ۱۳۸۵، سبد غذایی مطلوب پیشنهادی کشور مطالعات و یافته‌های اولیه.
- ۱۵- سایت انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور - برگرفته از سخنان دکتر ناصر کلانتری، رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور هم‌زمان با روز جهانی غذا.
- 16- Darmon, N.; Darmon, M.; Ferguson, E., (2006) Identification of nutritionally adequate mixtures of vegetable oils by linear programming, *Journal of Human Nutrition & Dietetics*. 19(1):59-69.
- 17- Wirsam, Brend, Application of fuzzy systems theory to setting nutrient requirements , 2006