

UDHIBITI WA UPUNGUFU WA MADINI JOTO MWILINI HALMASHAURI YA WILAYA YA LINDI

UTANGULIZI

Upungufu wa madini joto ni tatizo kubwa linaloathiri afya na maendeleo ya jamii ikiwa ni pamoja na uzalishaji mali na uchumi. Madhara yatokanayo na upungufu wa madini joto ni mengi na yana upeo mkubwa kuanzia uvimbe wa tezi la shingo hadi ulemavu wa akili na mwili. Tatizo la upungufu wa madini joto hapa Tanzania ni la tatu kwa ukubwa katika matatizo ya lishe likitanguliwa na tatizo la upungufu wa nishati na utomwili na upungufu wa wekundu wa damu.

Utafiti uliofanyika miaka ya 1980 ulionyesha kuwa karibu asilimia 40 ya watazania walikuwa wakiishi kwenye sehemu za miinuko na milima hivyo kuwa na uwezekano wa kuwa na upungufu wa madini joto. Pia ilionekana kuwa asilimia 25 walikuwa wamekwisha athirika na upungufu wa madini joto. Tafiti ambazo zimefuata baada ya kuanza kukabiliana na tatizo hilo zimeonyesha mafanikio makubwa katika kupunguza tatizo la upungufu wa madini joto.

Madhara yatokanayo na upungufu wa madini joto yanaweza kuzuilika kwa kupatiwa madini joto. Tanzania imekuwa ikikabliana na tatizo la upungufu wa madini joto tangu miaka ya 1980 kwa kutumia vidonge vyenye madini joto. Mkakati huo umesitishwa sasa baada ya nchi kuwa na uwezo wa kuzalisha chumvi yenye madini joto. Njia rahisi ya kufikisha madini joto kwa binadamu ni kuchanganya chumvi na madini hayo. Hapa Tanzania imeonekana kuwa chumvi huliwa na watu wengi kila siku kwa kiasi kisichotofautiana sana siku kwa siku. Pia bei ya chumvi ni nafuu sana ukilinganisha na

za vyakula vingine. Hivyo chumvi inatumiwa kama njia ya kufikishia madini joto kwenye mwili wa binadamu.

Mapema miaka ya 1990 serikali kwa kushirikiana na Shiriki la Kuhudumia Watoto Duniani, iliwawezesha wazalishaji chumvi wakubwa na wa kati kwa kuwapatia vifaa na mahitaji mengine ya kuweka madini joto kwenye chumvi.

Utafiti uliofanyika mwaka 2003 umeonyesha kuwa kuna wazalishaji wadogo wa chumvi wapatao 5,000 (wale wanaozalisha chini ya tani 1,000 kwa mwaka). Kutokana na wingi wao, imeonekana kuwa mchango wao ni mkubwa katika uzalishaji. Hata hivyo si wote wanaochanganya madini joto kwenye chumvi. Matokeo yake ni kuwa chumvi isiyo na madini joto imekuwa ikipatikana kwa wingi kwenye soko.

Katika tafiti mbili zilizopita (TDHS 2004 na 2010) ilionekana kuwa Mkoa wa Lindi, licha ya kuwa ni moja ya mkoa unaozalisha chumvi kwa wingi una kiwango cha 6% cha kaya zote zinazotumia Chumvi yenye madini joto. Hii inatokana na baadhi ya wazalishaji Chumvi kutokuwa na uelewa wa kutosha juu ya umuhimu wa kuzalisha Chumvi na kuiweka madini joto. Pia uelewa mdogo wa wananchi umepelekea kununua Chumvi isiyo na madini joto pasipo hata kuhoji.

Kwa uchache hizi ni baadhi tu ya sababu zilizotolewa na wazalishaji wadogo kutochanganya chumvi na madini joto ni pamoja na:-

- ❑ Kutofahamu umuhimu wa kuchanganya chumvi na madini joto.
- ❑ Kutofahamu kuwa wanalazimika kuchanganya chumvi na madini joto.
- ❑ Kutofahamu namna ya kuchanganya chumvi na madini joto.
- ❑ Uhaba au kutokuwa na vifaa na mahitaji mengine ya kuchanganya chumvi na madini joto.

Kutokana na hali hiyo tangu mwaka 2005 Halmashauri ya Wilaya ya Lindi imejiwekea mikakati kadhaa kwa kushirikiana na wadau wa maendeleo UNICEF pamoja na Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania (TFNC) katika kufanikisha utekelezaji wa kudhibiti uzalishaji, usambazaji, uuzaji na matumizi ya chumvi isiyu na madini joto ndani ya mipaka ya Halmashauri. Mpango thabiti umeandaliwa na kutekelezwa wa kuwasaidia wazalishaji wadogo waweze kuzalisha chumvi yenye madini joto. Mpango huo:

- Unazingatia kuwaelimisha viongozi na wazalishaji wadogo wa chumvi umuhimu wa chumvi yenye madini joto.
- Unazingatia kutoa elimu na mafunzo kwa wazalishaji wadogo jinsi ya kuchanganya chumvi na madini joto.
- Unawawezesha wazalishaji wadogo kupata vifaa na kuelimishwa jinsi ya kuvitumia katika kuchanganya chumvi na madini joto.
- Unatilia mkazo suala la ukaguzi wa uzalishaji chumvi yenye madini joto na utekelezaji wa sheria ya chumvi.



Viongozi na wataalam mbalimbali wa ndani ya Halmashauri wanatumika kuweza ili kufikisha ujumbe kwa urahisi katika Jamii.



Uhamasishaji wa Jamii hufanyika katika katika Jamii ili kusambaza Elimu ya umuhimu wa kutumia Chumvi yenye madini joto. Vikundi vya ngoma hutumika katika uhamasishaji huo ili kuvuta wananchi wengi.

MADINI JOTO NA UMUHIMU WAKE

Madini joto ni moja ya virutubisho muhimu kwa ukuaji mzuri wa akili na mwili na hupatikana ardhini. Binadamu anahitaji madini joto kiasi cha kijiko kimoja tu cha chai kwa maisha yake yote. Kwa wastani mtu mzima anahitaji kiasi cha mikrogramu 100-150 kila siku, japo mahitaji kwa wajawazito ni makubwa zaidi (mikrogramu 175).

Pamoja na kwamba kiasi hicho ni kidogo sana umuhimu wake kwa mwili ni mkubwa. Ili kukidhi mahitaji ya mwili, binadamu anatakiwa apate madini joto kila siku. Kwa maana hiyo madini joto lazima yawe sehemu ya chakula chake.

Madini joto hutumika katika kutengeneza vichocheo au homoni za tezi la shingo “*thyroid hormones*”. Homoni hizi husaidia katika ukuaji bora wa mwili na ubongo pamoja na mfumo mzima wa fahamu. Iwapo madini joto yatakosekana, kichocheo hiki kitashindwa kutengenezwa na hatimaye mtu atapata madhara.

Madini joto pia ni muhimu wakati wa ujauzito kwa ajili ya ukuaji wa mtoto aliye tumboni, kuzuia ulemavu wa akili na mwili na ukuaji mzuri wa mtoto baada ya kuzaliwa. Pia madini joto huhitajika kwa wingi wakati wa mabadiliko ya kimwili kama vile wakati wa kuvunja ungu au kubalehe. Madini hayo ni muhimu katika kuongeza uwezo wa kuelewa na kufundishika. Kwa watu wazima madini joto huongeza uchangamfu wa mwili hivyo kuongeza uwezo wa kufanya kazi na tija.

Ukubwa wa tatizo la upungufu wa madini joto nchini

Tanzania ni kati ya nchi ambazo zinaathirika kwa kiwango kikubwa na tatizo la upungufu wa madini joto. Tatizo hili linawaathiri watu wengi na hasa wanaoishi sehemu za miinuko za nyanda za juu kusini, yaani mikoa ya Mbeya, Iringa na Rukwa. Mikoa mingine inayoathirika ni Ruvuma, Kigoma, Kagera na baadhi ya sehemu za mikoa ya Arusha, Kilimanjaro, Dodoma na Morogoro.

Kutokana na tafiti za awali miaka ya 1980, ilikadiriwa kuwa asilimia 40 ya wataanzania walikuwa wanaishi kwenye maeneo yenye upungufu wa madini joto, hivyo kuwa katika hatari ya kupata upungufu wa madini joto mwilini. Pia ilikadiriwa kuwa asilimia 25 ya wataanzania walikuwa wameathiriwa na uvimbe wa tezi la shingo.

Kumekuwa na mikakati kadhaa ya kukabiliana na tatizo hili nchini. Mikakati hiyo imesaidia sana kupunguza tatizo la upungufu wa madini joto katika maeneo yanayoathiriwa sana na tatizo hili. Tathimini ya programu ya kadhibiti upungufu wa madini joto nchini iliyofanyika nchi nzima 2003 imeonyesha kuwa uvimbe wa tezi la shingo umeshuka toka asilimia 25 miaka ya 1980 hadi kufikia asilimia 8. Tathimini hiyo vilevile imeonesha kiwango cha madini joto cha mikrogramu 203 kwa lita za mkojo. Kiwango hiki kinaashiria kwamba watu wanatumia madini joto kwa kiasi cha kutosha.

Matumizi ya chumvi yenye madini joto katika kaya yamekuwa yakiongezeka hadi kufikia asilimia 83.0 na yanatarajiwa kupunguza kwa kiasi kikubwa au kutokemeza tatizo la upungufu wa madini joto mwilini.

Sababu za upungufu wa madini joto mwilini

Madini joto hupatikana ardhini. Binadamu huyapata madini hayo kwa kula vyakula vinavyopatikana kwenye ardhi hiyo. Kiasi cha madini joto katika chakula hutegemea wingi wa madini hayo ardhini. Maeneo ya miiniko na milima huwa na kiasi kidogo cha madini hayo. Hii ni kwa sababu madini joto kwenye maeneo hayo yanakuwa yamepotea kutokana na kuchukuliwa na maji (mvua, miti, chemchem, mafuriko) na kuelekezwa mabondeni na baharini.

Kwa sababu hii vyakula vya baharini au vinavyopatokana mabondeni huwa na madini joto kwa kiasi kikubwa. Wakati huohuo watu waishio maeneo yenye miinuko na milima hupata upungufu wa madini joto.

Madhara na athari zitokanazo na upungufu wa madini joto

Mtu anapokosa madini joto ya kutosha mwilini hushindwa kutengeneza homoni za tezi la shingo. Upungufu huu una athari kubwa za kiafya. Mifumo ya mwili iliyo mingi huathirika kwa viwango mbalimbali lakini ubongo wa mtoto aliye tumboni huathirika zaidi. Athari za upungufu wa madini haya ni hizi zifuatavyo:

Upungufu wa madini joto wakati wa ujauzito

Mama akiwa na upungufu wa madini joto wakati wa ujauzito huweza kusababisha madhara yafuatayo:

- Mimba kuharibika



Utokaji wa mimba mara kwa mara unapunguza uwezekano wa kushika mimba na hata huhatarisha afya ya mama.

- ❑ Mtoto kuzaliwa akiwa mfu
- ❑ Mtoto kuzaliwa kabla ya wakati wake (njiti)
- ❑ Mtoto kuzaliwa na uzito pungufu
- ❑ Mtoto kufa akiwa mchanga

Watoto wanaoishi sehemu zenye upungufu wa madini joto huwa na kinga ndogo dhidi ya magonjwa ya kuambukiza na hupata matatizo mengi ya kilishe ukilinganisha na watoto wanaopata madini joto ya kutosha. Hivyo upungufu wa madini joto huchangia katika kusababisha vifo vya watoto.

- ❑ Mtoto kuzaliwa na ulemavu wa viungo
- ❑ Mtoto kuzaliwa akiwa kiziwi na kuishia kuwa bubu
- ❑ Kudumaa kwa mwili na utaahira
- ❑ Cretinism



Ni hali inayojitokeza panapokuwa na upungufu wa madini joto uliokithiri ambao hutokea tangu mtoto akiwa tumboni. Mara nyingi mtoto huzaliwa na mtindio wa akili. Pamoja na hayo mtoto huweza kuwa kiziwi au bubu, kudumaa kwa akili na mwili.

Upungufu wa madini joto wakati wa utoto

Madhara yafuatayo huweza kujitokeza:

- ❑ Kuchelewa katika hatua za ukuaji na maendeleo
- ❑ Ugumu katika kuelewa na kufundishika
- ❑ Kuchelewa kubalehe au kuvunja ungo

Upungufu wa madini joto wakati wa utu uzima

Kwa mtu mzima madhara yafuatayo yanaweza kujitokeza:

- ❑ Kuvimba kwa tezi la shingo " Goitre "

Tezi la shingo ndilo hutengeneza homoni. Endapo patakuwa na upungufu au kukosekana kwa madini joto, tezi hilo litachochewa kufanya kazi ya ziada ya kutengeneza kichocheo hicho hatimaye kuongezeka ukubwa. Wakati mwingine uvimbe wa tezi la shingo unaweza kuwa mkubwa kiasi cha kubana njia ya chakula na kufanya mtu kupaliwa na kumeza chakula kwa shida. Kubanwa kwa njia ya hewa husababisha kupumua kwa shida.



- ❑ Kupungua kwa kasi ya kufikiri na kutenda kazi
- ❑ Kutostahimili hali ya baridi
- ❑ Kuwa na hali ya ulegevu, kukosa uchangamfu
- ❑ Hali ya kufunga choo

Athari za kijamii na kiuchumi

Upungufu wa madini joto husababisha pia madhara ya kijamii na kiuchumi. Kwanza jamii hutumia muda mwingi na rasilimali katika kuwatunza waathirika wa upungufu wa madini joto. Pili mifugo, kama walivyo binadamu, nayo huathirika na upungufu wa madini joto, kama vile kuharibu mimba, kudumaa na kuongezeka kwa vifo. Yote hayo husababisha hasara za kiuchumi.



Afisa Afya akitoa maelekezo namna nzuri ya uchanganyaji wa Chumvi na Madini Joto kwa wafanyakazi wa moja wapo ya shamba la Chumvi lililopo katika eneo la Namdima, kijiji cha Mchinga II.



Uchanganyaji wa Chumvi na Madini Joto hufanyika ghalani kabla ya Chumvi kusafirishwa au kusambazwa.



UTAFITI MDOGO

Halmashauri ya Wilaya kwa kushirikiana na Shirika la Save the Children tulifanya utafiti mdogo mwezi Julai 2016 kupitia shule za Msingi zote za Halmashauri ya Wilaya ya Lindi. Utafiti huu ulilenga kubaini Idadi ya kaya zinazotumia Chumvi yenye madini joto. Hapo tuliweza kukusanya jumla ya sampuli za Chumvi 18,380, zilizofanikiwa kupimwa ni sampuli 17,870 na sampuli 7,334 zilikuwa na madini joto na kufanya sawa na asilimia 41.0. kwa hali hii inaonyesha juhudi zinazofanyika katika utoaji Elimu kwa makundi mbalimbali ya Jamii, usimamizi wa mara kwa mara umesaidia kuongeza uelewa kwa wazalishaji, wasambazaji na walaji na hivyo kusaidia kupunguza madhara yanayoweza kujitokeza kwa Jamii.

Na	Kata	Na	Shule	Sampuli			
				Kusanywa	Chunguzwa	Zenye madini joto	%
1	CHIPONDA	1	Chiodya	284	284	45	15.8
		2	Chiponda	301	301	48	15.9
		3	Mihanga	111	111	33	29.7
		4	Mwangu	91	91	36	39.6
		5	Ntauna	137	137	47	34.3
			Jumla ndogo	924	924	209	22.6
2	MNARA	6	Chikombe	90	90	48	53.3
		7	Liganga	81	81	45	55.6
		8	Mitanga	157	157	115	73.2
		9	Mkanga II	191	191	77	40.3
		10	Mnara	215	215	89	41.4
		11	Ntene	90	90	40	44.4
		12	Ujirani Mwema	334	334	192	57.5
			Jumla ndogo	1158	1158	606	52.3
3	KIWAWA	13	Kiwawa	46	46	9	19.6
		14	Mputwa	57	57	27	47.4

Na	Kata	Na	Shule	Sampuli			
				Kusanywa	Chunguzwa	Zenye madini joto	%
			Jumla ndogo	103	103	36	35.0
4	MILOLA	15	Milola A	468	468	180	38.5
		16	Milola B	346	346	116	33.5
		17	Namtamba	104	104	62	59.6
		18	Ruchemi	85	85	16	18.8
		19	Ngwenya	51	51	16	31.4
			Jumla ndogo	1054	1054	390	37.0
5	RUTAMBA	20	Chilala	150	150	75	50.0
		21	Kinyope	188	188	69	36.7
		22	Makangara	94	94	39	41.5
		23	Ruhoma	69	69	24	34.8
		24	Rutamba	496	496	189	38.1
			Jumla ndogo	997	997	396	39.7
6	MCHINGA	25	Ruvu	57	57	6	10.5
		26	Mchinga I	231	231	136	58.9
		27	Mchinga II	98	98	10	10.2
		28	Umoja	97	97	9	9.3
			Jumla ndogo	483	483	161	33.3
7	KILANGALA	29	Kilangala	412	300	117	39.0
		30	Mnimbila	49	49	1	2.0
		31	Mtumbikile	120	120	10	8.3
			Jumla ndogo	581	469	128	27.3
8	KILOLAMBWANI	32	Dimba	97	81	25	30.9
		33	Kilolambwani	152	152	15	9.9
		34	Mnang'ole	97	97	12	12.4
			Jumla ndogo	346	330	52	15.8
9	MVULENI	35	Kijiweni	115	115	9	7.8
		36	Mvuleni	266	266	25	9.4
			Jumla ndogo	381	381	34	8.9
10	KITOMANGA	37	Kingurungundwa	141	140	31	22.1
		38	Kitomanga	179	179	6	3.4
		39	Mkwajuni	117	117	9	7.7
			Jumla ndogo	437	436	46	10.6
11	MIPINGO	40	Lihimilo	111	111	41	36.9
		41	Matapwa	142	142	6	4.2
		42	Mipingo	83	83	20	24.1
		43	Mnyangara	164	164	26	15.9
		44	Namkongo	168	168	11	6.5

Na	Kata	Na	Shule	Sampuli			
				Kusanywa	Chunguzwa	Zenye madini joto	%
			Jumla ndogo	668	668	104	15.6
12	NANGARU	45	Nangaru	282	282	158	56.0
		46	Makumba	110	110	27	24.5
			Jumla ndogo	392	392	185	47.2
13	MATIMBA	47	Likwaya	50	50	10	20.0
		48	Matimba	94	94	34	36.2
		49	Moka	119	119	60	50.4
		50	Kikomolela	227	227	217	95.6
			Jumla ndogo	490	490	321	65.5
14	NAVANGA	51	Navanga	44	44	31	70.5
		52	Shuka	138	138	35	25.4
		53	Nampungu	80	80	13	16.3
		54	Mongomongo	135	135	24	17.8
			Jumla ndogo	397	397	103	25.9
15	SUDI	55	Kipingo	89	89	40	44.9
		56	Mtegu	90	90	51	56.7
		57	Sudi	104	104	26	25.0
			Jumla ndogo	283	283	117	41.3
16	PANGATENA	58	Madangwa	466	443	355	80.1
		59	Njonjo	132	132	46	34.8
		60	Hingawali	185	185	40	21.6
			Jumla ndogo	783	760	441	58.0
17	MNOLELA	61	Mnolela	80	80	20	25.0
		62	Nikowela	196	196	42	21.4
		63	Namunda	105	99	44	44.4
		64	Ruhokwe	308	296	76	25.7
		65	Mbuta	73	73	61	83.6
		66	Simana	225	225	12	5.3
		67	Mnengulo	70	70	0	0.0
			Jumla ndogo	1057	1039	255	24.5
18	NACHUNYU	68	Mmumbu	278	278	96	34.5
		69	Msangi	39	39	17	43.6
		70	Nachunyuu	165	165	72	43.6
		71	Namtumbula	87	75	30	40.0
			Jumla ndogo	569	557	215	38.6
19	KIWALALA	72	Kiwalala	118	118	67	56.8
		73	Mahumbika	140	140	67	47.9
		74	Mmangawanga	169	160	35	21.9

Na	Kata	Na	Shule	Sampuli			
				Kusanywa	Chunguzwa	Zenye madini joto	%
		75	Mpembe	40	37	17	45.9
		76	Ruo	164	164	64	39.0
			Jumla ndogo	631	619	250	40.4
20	LONGA	77	Mtua	119	119	46	38.7
		78	Narwadi	56	22	8	36.4
			Jumla ndogo	175	141	54	38.3
21	NAMANGALE	79	Chiwerere	157	157	94	59.9
		80	Namangale	456	456	132	28.9
			Jumla ndogo	613	613	226	36.9
22	NAMUPA	81	Chiuwe	106	100	60	60.0
		82	Mihima	164	164	95	57.9
		83	Namupa	272	272	72	26.5
		84	Nndawa	111	111	34	30.6
			Jumla ndogo	653	647	261	40.3
23	MAJENGO	85	Mtama	464	243	131	53.9
		86	Majengo	53	53	16	30.2
		87	Nang'aka	60	60	30	50.0
		88	Lihimba	60	40	30	75.0
		89	Mbagala	115	115	29	25.2
			Jumla ndogo	752	511	236	46.2
24	MTAMA	90	Mbalala	67	67	45	67.2
		91	Mihogoni	50	25	21	84.0
		92	Likolombe	80	80	16	20.0
			Jumla ndogo	197	172	82	47.7
25	MTUA	93	Kiwanjani	396	396	235	59.3
		94	Kilimanihewa	45	45	24	53.3
			Jumla ndogo	441	441	259	58.7
26	MTUMBYA	95	Mtumbya	137	127	85	66.9
		96	Kilimanjaro	118	118	55	46.6
			Jumla ndogo	255	245	140	57.1
27	MANDWANGA	97	Chiuta	304	304	114	37.5
		98	Lindwandwali	101	101	78	77.2
		99	Malungo	340	340	290	85.3
		100	Mandwanga	175	175	61	34.9
		101	Milamba	25	25	13	52.0
		102	Nyundo I	402	402	319	79.4
			Jumla ndogo	1,347	1,347	875	65.0

Na	Kata	Na	Shule	Sampuli			
				Kusanywa	Chunguzwa	Zenye madini joto	%
28	NAHUKAHUKA	103	Linoha	102	102	42	41.2
		104	Lipome	117	117	30	25.6
		105	Mbawala	86	86	57	66.3
		106	Nahukahuka	161	161	129	80.1
			Jumla ndogo	466	466	258	55.4
29	NYANGAMARA	107	Litipu	110	110	62	56.4
		108	Madingo	153	153	52	34.0
		109	Nyangamara	206	206	79	38.3
		110	Utimbe	67	67	33	49.3
			Jumla ndogo	536	536	226	42.2
30	NYANGAO	111	Litingi	49	49	10	20.4
		112	Mahiwa	100	100	20	20.0
		113	Ng'awa	200	200	38	19.0
		114	Nyangao	285	285	130	45.6
			Jumla ndogo	634	634	198	31.2
31	NYENGEDI	115	Luwale	50	50	40	80.0
		116	Nyengedi	131	131	85	64.9
		117	Songambebe	396	396	345	87.1
			Jumla ndogo	577	577	470	81.5
			JUMLA	18,380	17,870	7,334	41.0