

الوجبات السريعة وأثرها على صحة الشباب في محافظة عدن

رضية يسلم صالح باصم*

قسم علم الاجتماع، كلية الآداب، جامعة عدن، عدن، اليمن.

* الباحث الممثل: رضية يسلم صالح باصم؛ البريد الإلكتروني: radia.y.basmed@gmail.com؛ هاتف: 773847914 / 733004370

استلم في: 07 ديسمبر 2024 / قبل في: 14 ديسمبر 2024 / نشر في: 31 ديسمبر 2024

المُلخَص

يشهد العالم عموماً ثورة سريعة للعادات الغذائية غير التقليدية، غيرت كثيراً في حياة الافراد والمجتمعات، ومن تلك العادات الغذائية إقبال الشباب في تلك المجتمعات على تناول الوجبات السريعة، ومجتمع محافظة عدن من بين تلك المجتمعات التي تزايد فيها إقبال الشباب على تناول الوجبات السريعة. والدراسة الراهنة تهدف إلى التعرف على أثر الوجبات السريعة على صحة الشباب في محافظة عدن، والعوامل التي تزيد من إقبال الشباب لتناول الوجبات السريعة، ومدى إدراكهم للعلاقة بين الغذاء والصحة. ويُعد هذا البحث من البحوث الوصفية، التي استخدم البحث فيها المنهج الوصفي، وتم تطبيق استمارة الاستبيان على عينة مكون من (300) فرد من المستهدفين في البحث من فئة الشباب في محافظة عدن. أظهرت النتائج أن من أهم الأسباب التي تعود إلى عزوف الشباب في محافظة عدن عن الوجبات التقليدية الصحية، وهو اتجاههم بشكل كبير نحو تناول الوجبات السريعة بمختلف أنواعها وأشكالها والتي اظهرت الدراسة ان الشباب الذين يتناول الوجبات السريعة يزداد عددهم يوماً بعد يوم لتصل نسبتهم (96.7%). كما أكدت الدراسة على أن هناك عوامل تزيد من سرعة انتشار ظاهرة تناول الوجبات السريعة بين الشباب أبرزها المذاق اللذيذ، ورخص ثمن البعض منها، وسهولة طهيها... الخ، وهذا ما تعكسه البيانات الاحصائية التي تؤكد ان استهلاك الوجبات السريعة تزداد بين فئة الشباب في محافظة عدن حيث بلغت نسبة المتعاطين لها نحو (89%). وأن هناك تأثير واضح للوجبات السريعة على الفرد والأسرة والمجتمع من النواحي الاجتماعية والاقتصادية والصحية والثقافية، واخيراً ولع الشباب في محافظة عدن بالانقضاء بالشباب في المجتمعات المتقدمة بعاداتهم الغذائية الصحية والنفسية الناتجة عن تناول الوجبات السريعة لفترات طويلة، وتفعيل دور وسائل الإعلام وخاصة المرئية منها بتخصيص برامج موجهة للشباب يومياً واسبوعياً لتقديم النصح والإرشاد على أهمية الالتزام بتناول الغذاء المتوازن (الصحي)، والتركيز على تاهيل العادات الغذائية الصحية المحلية في أوساط الشباب، وهذا ما تفعله الدول الأخرى.

الكلمات المفتاحية: الوجبات السريعة، الشباب، الصحة، محافظة عدن.

مقدمة:

يعد الغذاء من الأساسيات التي تضمن استمرار الحياة بعد الماء والهواء فالإنسان منذ القدم يولي عناية كبيرة للحصول على ما يأكله بمختلف الأشكال والطرق ابتداء من طريقة الاصطياد البدائية وجمع الثمار إلى الاعتماد على التكنولوجيا العالمية اليوم بغية الحصول على حاجته من الغذاء (رغبات الإنسان)، ولا تعتبر الوجبات المشار إليها جديدة فهي موجودة منذ أن كان الناس يجتمعون في الاماكن العامة لأسباب تجارية أو اجتماعية أو دينية .

إن توافر الأغذية الجاهزة بصورها المختلفة المعلبة والمجمدة والجافة وغيرها في أي وقت، ومتوافقة مع نمط الحياة العصرية وأهمية الوقت، (أبورويلة، سلامة، 2019، 234- 235) دون إدراك للقيمة الغذائية في أولويات الاختيار لتلك الأغذية قلقاً صحياً كبيراً. (93، 2010، وآخرون، Karimi) خاصة مع ازدياد استهلاك هذه الوجبات في جميع أنحاء العالم سواء في البلدان النامية أو المتقدمة. إذ تعد الولايات المتحدة الأمريكية من أكثر دول العالم قبولا لمفهوم الأطعمة السريعة وأكثرها استهلاكاً لها (الجميل، 2010، 5).

ويعد موضوع الوجبات السريعة من أهم الموضوعات التي تتناولها ادبيات علم الاجتماع. وكان ذلك استجابة للتغيرات السريعة للعادات الغذائية في المجتمعات في الأونة الأخيرة كونها تمثل تحدياً جديداً للصحة في ظل طوفان السلع والمنتجات التي أفرزتها عمليات التقدم التكنولوجي. وقد عرفت الجمعية السويسرية للتغذية الوجبات السريعة Fast Food: على أنها "وجبة متجانسة مهيبة للاستهلاك متوفرة باختيار محدود وفي وقت قصير عند نقطة بيع". (Berne، 2006، 24)

بالإضافة إلى التطور في شتى مناحي الحياة سواء كان التطور الاقتصادي أو الاجتماعي حيث ظهرت مطاعم الوجبات السريعة وعصر العولمة وحرية انتقال رأس المال والتكنولوجيا عبر الحدود الدولية، وخروج الشركات العالمية المتخصصة في صناعة الأطعمة السريعة من النطاق المحلي إلى البيئة العالمية، كل هذا صاحبه تغير في السلوك الغذائي متمثلاً في تحول الكثير من فئات المجتمع إلى تناول الوجبات السريعة بشكل يومي ومتكرر مما يؤثر على الوضع الصحي للمجتمع، إذ حددت الارتباطات الدقيقة بين استهلاك الأطعمة فائقة المعالجة ذات الخصائص الغذائية غير المتوازنة، والأمراض الخطيرة والوفيات المبكر. (Dario ، 2022 ، 10)

إن الاتجاه نحو تناول الوجبات السريعة أصبحت عادة يرغبها الكثير من المراهقين والشباب على اختلاف فئاتهم العمرية والثقافية والاقتصادية وتعتبر فئة المراهقين والشباب الأكثر اهتماماً وإقبالاً على هذه الموضة الغذائية. (بلعدي، 2008، 14) إذ يفضلون هذا النوع من الأطعمة الجاهزة للاحتفاظ بالوقت وسهولة الوصول إليها وتوافرها.

ويعد السبب الرئيسي لانتشار الوجبات السريعة وتنوعها في مختلف أنحاء العالم هو التغيير في نوع الأطعمة الاعتيادية، وهذا يؤدي إلى نشر ثقافة الدول المصدرة وما ينتج عن ذلك من تبعية ثقافية وفقدان للهوية، فضلاً عن افتقاد العديد من السلع لمعايير السلامة الصحية، وكذلك الحيلولة دون وجود قذرة استهلاكية من الإباء للأبناء. (الزهرى، وآخرون، 2021، 1141)

إن نمط حياة الفرد وطبيعة النشاط الجسماني الذي يقوم به بالإضافة إلى العادات الغذائية من العوامل الأساسية للوقاية أو الإصابة بأمراض العصر (*). فالغذاء المتوازن والمتنوع يحمي جسم الإنسان على عكس الوجبات السريعة التي يرتبط تناولها بزيادة الوزن السكري وزيادة خطر الوفاة، وبالتالي فإن ارتفاع استهلاك الوجبات السريعة يشكل خطراً كبيراً على الصحة العامة عالمياً. (53، 2015، وآخرون، Ali) فالشباب هم أكثر عرضة لذلك بسبب أسلوب حياتهم وخياراتهم وممارساتهم الغذائية كجزء من العادات الاجتماعية.

لقد حدث تغير مضطرب في نوعية الطعام الذي يعول عليه المجتمع اليمني من النمط العربي التقليدي إلى النمط الغربي وهذا التغير (مع عوامل أخرى) أدى إلى ارتفاع ملحوظ في عدد المراهقين والشباب الذين يعانون من الأمراض.

ونتيجة للتغيرات المتسارعة والظروف الخاصة (الاقتصادية والاجتماعية) التي تمر بها اليمن عموماً ومحافظة عدن خصوصاً، أحدثت تغير في السلوك الغذائي للأفراد متمثلاً في تحول بعض فئات المجتمع إلى تناول الوجبات السريعة بشكل متكرر مما يؤثر على الوضع الصحي للمجتمع، ونظراً لوجود العديد من مطاعم الوجبات السريعة وقلة الدراسات التغذوية الخاصة بنمط استهلاك الوجبات السريعة، فقد برزت الحاجة للبحث.

وعليه فإن دراسة تأثير الوجبات السريعة على الشباب في محافظة عدن ذات أهمية كبيرة وعلى وجه الخصوص لهذه الفئة. إذ أشارت بعض المنظمات والجمعيات العالمية والمعهد الأمريكي لأبحاث السرطان إلى ضرورة الحد من استهلاك الوجبات السريعة. (13، 2007، وآخرون، Kolodinsky)

أولاً: مشكلة البحث:

تكمن إشكالية البحث في السؤال الرئيس الآتي:

(ما اثر الوجبات السريعة على صحة الشباب في محافظة عدن؟) ويتفرع من السؤال الرئيس عدد من التساؤلات الثانوية الآتية وهي:

1. هل هناك عزوف عن الوجبات التقليدية والاتجاه بشكل كبير نحو الوجبات السريعة لذا شريحة كبيرة من فئة الشباب في محافظة عدن، وما العوامل التي تزيد من إقبالهم على تناول الوجبات السريعة؟
2. هل هناك ادراك ووعي كافٍ للتفريق بين الغذاء الصحي (التقليدي) وغير الصحي (الوجبات السريعة)، وهل الاختيار الغذائي يتأثر بإدراك العلاقة بين الغذاء والصحة بين فئة الشباب في المحافظة؟
3. وما أثر تناول الشباب وبشكل مستديم للوجبات السريعة على الجانب الاقتصادي والاجتماعي على افراد الاسرة في مجتمع محافظة عدن؟

ثانياً: أهمية البحث:

تتبع أهمية البحث من المشكلة التي يتناولها البحث، وهي: "تأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب" وهي من الموضوعات التي تستأثر باهتمام الباحثين في مجالات عدة التغذوية والطب والاقتصاد وغيرها من المجالات والتي تعاني كافة المجتمعات من آثارها السلبية.

وتتلخص أهمية البحث فيما يلي:

- 1- محاولة إثراء المعرفة العلمية في مجال علم الاجتماع الطبي لتعرف على أسباب تأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب وارتباطها بثقافة التغذية.
- 2- محاولة التوصل إلى مجموعة من النتائج العلمية التي تساهم في فهم وتفسير الظاهرة موضوع الدراسة.
- 3- استفادة أصحاب القرار في القطاع الصحي من نتائجها عند وضعهم للسياسات والخطط المستقبلية.
- 4- لفت انتباه المجتمع إلى الأضرار الناتجة عن تناول الوجبات السريعة.

(*)- <https://www.aafeaa.blogspot.com>

ثالثاً: أهداف البحث:

- من أهم أهداف هذا البحث أنه يسعى إلى إلقاء الضوء على الآتي:
- 1- مدى تأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب.
 - 2- التعرف على العوامل التي تزيد من إقبال الشباب على تناول الوجبات السريعة.
 - 3- التعرف على الاختيارات الغذائية لدى أفراد العينة ومدى إدراكهم للعلاقة بين الغذاء والصحة والمرض.

خامساً: مفاهيم البحث:

الوجبات السريعة: Food Fast هي الأطعمة التي يمكن تقديمها جاهزة للأكل بسرعة وهي غذاء كثيف الطاقة مع ارتفاع السكر والدهون والملح منخفض القيمة الغذائية من حيث البروتين والألياف (Jagadish، 2015، 47)

التعريف الاجرائي: وهي الأطعمة سريعة التحضير وقليلة القيمة الغذائية ويمكن الحصول عليها بشكل سريع في المطاعم والأماكن العامة والمحلات التجارية مثل البرجر واللحوم والدجاج المفرومة المصنعة والأطعمة المحفوظة والمشروبات الغازية.

الشباب: يرى Galland أن الشباب مرحلة حرة وفي نفس الوقت مرحلة هشاشة الشخصية فالشباب حساس للأزمات وتحولات المجتمع فهم يبدون على الدوام شركاء لميكانيزمات التغيير. (Galland، 1991، 25)

ويعرف قاموس علم الاجتماع الشباب بمرحلة مبهمة تتميز بوضعية القيم والمعايير الاجتماعية ومرحلة لا يكون فيها الفرد طفلاً ولا رجلاً. (Boudon، 1999، 129)

الصحة: عرفها العالم بركنز: بأنها حالة التوازن هذه تنتج من تكيف الجسم مع العوامل الضارة التي يتعرض لها، وان تكيف الجسم عملية إيجابية تقوم بها قوى الجسم للمحافظة على توازنه. (23، 1991، وآخرون، Wiker)

أما هيئة الصحة العالمية فقد عرفت الصحة: بحالة التحسن الجسمي والعقلي والاجتماعي الكامل وليست مجرد غياب المرض. (المكوي، 1995، 24)

محافظة عدن: هي العاصمة التجارية للجمهورية اليمنية تقع جنوب البلاد وتطل على خليج عدن والبحر الأحمر وتتكون من ثمان مديريات.

سادساً: الدراسات السابقة

هناك مجموعة من الدراسات العربية والاجنبية بحثت موضوع "الوجبات السريعة وأثرها على صحة الشباب " وفيما يأتي أهم ما توصلت إليه تلك الدراسات:

1- الدراسات العربية

قام بشير وآخرون (2011م) بدراسة بعنوان: " نمط الاستهلاك الغذائي وبعض مؤشرات الدهون لبعض الاغذية السريعة في بعض المطاعم الوطنية والعالمية بمدينة الرياض " ، التي هدفت إلى التعرف على النمط الغذائي وبعض مؤشرات الدهون كوجبات اللحم والدجاج في بعض مطاعم الوجبات السريعة الوطنية والعالمية في مدينة الرياض، وقد اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي التحليلي،، واستخدموا الاستبانة في جمع المعلومات، التي طبقت على عينة عشوائية بواقع (161) طالباً ممن يرتادون هذه المطاعم.

أظهرت النتائج أن غالبية مرتادي مطاعم الوجبات السريعة من فئة الطلاب (60.5%) وشكل الجامعيون منهم حوالي (62%)، كما اتضح أن مطاعم الوجبات السريعة الوطنية كانت أكثر ارتياداً (56.2%) من قبل المبحوثين مقارنة بمطاعم الوجبات السريعة العالمية. كما تبين وجود علاقة ارتباطية عكسية عند مستوى ثقة (0.01) بين العمر وتناول همبرغر اللحم والدجاج ووجبات الدجاج (بروستد الدجاج)، في حين كانت الحالة الاجتماعية والوظيفية للعينة ذات علاقة طردية عند نفس المعنوية بالم تناول نفسه. أما العلاقة بين العمر عند نفس مستوى الثقة فكانت عكسية مع المتناول من همبرغر اللحم والدجاج .

وقام بلعبيدي (2008م) بإجراء دراسة بعنوان: تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسنطينة"، بهدف التعرف على التأثيرات التي تحدثها الوجبات السريعة على العادة الغذائية عند الشباب في مدينة قسنطينة من خلال إجابة أفراد العينة العرضية المكونة من (17) مبحوث تم اعتماد المنهج الكيفي. وتم جمع البيانات عن طريق دراسة الحالة والملاحظة والمقابلة.

أشارت نتائج الدراسة إلى أن الوجبة السريعة بدأت تؤثر في عادات الشباب الغذائية وفي مختلف مدلولاتها الاجتماعية والاقتصادية والصحية والثقافية. كترغبة المرأة في التحرر من كثرة أعمال المنزل أو كسب الوقت من خلال اعتمادها على الوجبات السريعة كحل، كذلك إصرار الشباب على تناول الوجبات رغم التسمم الغذائي التي يتعرضون له، كذا نفقات الأسرة على الوجبات السريعة (دخل الأسرة) بالإضافة إلى مؤشر السمنة والنزعة الفردية وقلة اجتماع الأسرة بأفرادها حول المائدة .

وأجرت الزهري وآخرون (2021م) دراسة بعنوان: "الاتجاه نحو الوجبات السريعة وعلاقتها بنمط السلوك الاستهلاكي لدى المراهقين بمدينة أسبوت"، بهدف التعرف على اتجاهات المراهقين من طلاب الثانوية للوجبات السريعة وكذا مدى الوعي بأنماط السلوك الاستهلاكي. طبق المنهج الوصفي التحليلي، ولتحقيق الهدف تكونت العينة من (300) طالب وطالبة من المرحلة الثانوية في محافظة أسبوت باستخدام العينة الطبقة العشوائية، وقد تم اعتماد الاستبانة، ومقياس أنماط السلوك الاستهلاكي كأداة لجمع المعلومات.

توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) وفقاً للمستوى التعليمي للوالدين لصالح المستوى التعليمي المرتفع للأمهات، وفقاً لمستوى الأب لصالح العاملين في القطاع الحر، وكذا وفقاً للدخل الشهري لصالح الدخل المرتفع، والأمهات العاملات، كما أوضحت أن أكثر المتغيرات تأثراً على أنماط السلوك الاستهلاكي كانت (المستوى التعليمي للأم، الدخل الشهري، معدل المصروف الشهري، المستوى التعليمي للأب) على الترتيب حيث بلغت قيمة نسبة المشاركين 2R (81%، 68%، 62%، 58%، 57%) عند مستوى دلالة (0.01). وأكدت جود علاقة ارتباط بين محاور أنماط الاستهلاك وتناول الوجبات السريعة إذ كان أفراد العينة ذوي نمط السلوك الاستهلاكي التقاضي هم أكثر استهلاكاً للوجبات السريعة ويلبهم ذوي النمط السلوكي الاتلافي وأخيراً ذوي نمط السلوك الرشيد.

2- الدراسات الأجنبية

دراسة (2013م) Rafael Mong and Rojas

أوضحت الدراسة أن الاستهلاك اليومي للوجبات السريعة كان أكثر عند المراهقين في المناطق الريفية بمقدار 1.8 مقارنة بمراهقين المناطق الحضرية. وكذا مواقع الشراء حدد المراهقون الريفيون المتاجر المجاورة بوصفها مطاعم وجبات سريعة وأن توفر الأغذية السريعة في مناطق الريف من أكثر المؤثرات لاستهلاك أعلى للوجبات السريعة فيحين مستوى الوعي الصحي أقل. وهذا يؤكد وجود عوامل نفسية واجتماعية تؤثر على تناول الوجبات السريعة.

دراسة إجراها Magabadi at el (2016م)

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك عدد من العوامل تعد من الأسباب الرئيسية في استهلاك الوجبات السريعة منها لذة الوجبات السريعة، سهولة الوصول إليها، توفر خيارات متنوعة في الوجبات السريعة أكثر من الخيارات الغذائية المنزلية.

دراسة Banik at el (2020م)

أشارت الدراسة أن التذوق، المتعة، والراحة هما الدوافع الرئيسية التي دفعت الطلاب إلى تناول الوجبات السريعة وإن (68.1%) من الطلاب يستهلكون الوجبات السريعة مرة واحدة على الأقل، وحوالي (64%) يستهلكون الوجبات السريعة أكثر من ثلاث أيام في الأسبوع، وكان هناك فرق كبير بين الطلاب فيما يتعلق بنوع الجنس، التعليم، المستوى الاجتماعي والاقتصادي، كما أكدت الدراسة على وجود ارتباط كبير بين استهلاك الوجبات السريعة مع ارتفاع معدل انتشار السمنة.

سابعاً: هيكلية البحث:

لقد قسم البحث وفق المنهجية إلى ثلاثة محاور رئيسة لكي يتم التوصل إلى تحقيق أهداف البحث من خلال الإجابة عن أسئلة مشكلة الدراسة والتحقق من فرضياتها وذلك من خلال المحاور الآتية:

المحور الأول: الإطار النظري للبحث:

أولاً: مميزات الوجبات السريعة:

تعد الوجبات السريعة نموذج غذائي يتميز بمميزات ربما تكون سبباً في انتشارها وكثرة الإقبال عليها وقد يرجع السبب إلى طريقة إنتاج هذه الوجبات أو قد يرجع للغاية أو الأهداف التي تحقق وهي:

1- الأكل باليدين:

مهما كانت الأصول الجغرافية للوجبات السريعة فإنه منتج وضع لناكله بواسطة أيدينا، انطلاقاً من الإيدي إلى الفم دون أن نحتاج إلى واسطة، هذا السلوك الغذائي الذي ترجع أصوله لعالم المسافرين أو عالم الزراعة، إن هذا السلوك يدفع إلى توليد الألفة بين الطعام والإنسان، كما أن الأطعمة التقليدية مثل الحساء لو استعملت فيها اليدين ستسخرن أو يتعذر أكلها تماماً دون ملعقة أو شوكة على عكس الوجبات السريعة التي تكون عادة جافة.

2- كثرة الدسم والزيوت (مذاقها اللذيذ):

من دون شك أن النجاح العالمي الذي حققته الوجبات السريعة يرجع إلى ولع الإنسان وانجذابه للدسم والزيوت والتي تمثل المكونات الأساسية للوجبات السريعة فلقد عدت الدسم والزيوت ومنذ القديم في مخيلة المجتمعات دليلاً على غنى الغذاء بالطاقة والوجبات السريعة التي تلبى هذه

الرغبة، إن العنصر الغذائي الذي يشتهي جسم الإنسان وهي السكريات وقد يصل بالجسم إلى الإدمان عليها وهو ما يتوفر في الوجبات السريعة إذ أنها غنية بالدهن والزيوت والسكريات.

3- بساطة الثمن:

إن أكالات مثل البيترز والشوارما والقهيتا وكل ما يدور في فلكها كرمز للوجبات السريعة تتميز بصفة تجعلها على الدوام الأفضل وهي بساطة الثمن أو قلته وفي معظم محلات الوجبات السريعة تكون أسعارها رخيصة، إذن فالفرد يستطيع إشباع رغبة الجوع عنده بأقل تكلفة ممكن مما يزيد من الإقبال عليها.

4- السرعة واختصار الزمن:

إننا نعيش اليوم زمنا يتسم بالسرعة في جميع مجالات الحياة، وهذه السرعة أصبحت تطبع وتيرة حياة الكثير من أفراد المجتمع، الذين يجتهدون يوماً بعد يوم في تنظيم أوقاتهم بصورة أمثل وكسب أكثر لفسحة هذا الوقت، وبما أن الغذاء من الأمور اليومية للأفراد كان لا بد من مواكبة هذه السرعة، وهذا ما أوجدته الوجبات السريعة ككسب الوقت حيث تتكفل وبنجاح تلبية هذه الرغبة فالوجبة السريعة لا يتعدى زمن تحضيرها الربع ساعة وقد يصل زمن استهلاكها أحياناً أقل من زمن تحضيرها .

ومن هنا فإن هذه المميزات للوجبات السريعة تجعلها تحتل هذه المكانة المميزة من الإقبال والانتشار الواسعين بدون منافس. (بلعيد، 2008، 129-127)

ثانياً: تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية لدى الشباب:

إن للعلامة أثر كبير وواضح على ثقافات الشعوب وفق المعايير الاجتماعية المرتبطة بالتغذية والعادات المتبعة، إذ أثرت الوجبات السريعة على العادة الغذائية للشباب، وبشكل مثير يقوم الشباب بشراء الأغذية السريعة غير الصحية (54، 2003، وآخرون، Colic) بدلاً من تفضيل الأطعمة الصحية وبالتالي يصبح من الصعب الحفاظ على نظام غذائي صحي، مما يتسبب في التأثير طويل الأمد على صحتهم (70، 2009، وآخرون، Dave) حيث أخذت ابعاداً عدة سوى على المستوى الصحي والاجتماعي والاقتصادي والثقافي .

1- من الناحية الاجتماعية:

عند تناول مثل هذه الوجبات السريعة لا تقتصر أضرارها على صحة الإنسان وعلى عمل أجهزة جسمه فقط، بل لها الكثير من الأضرار من الناحية الاجتماعية في المجتمع وعلى تناول مثل هذه الأطعمة، ومن الأضرار الاجتماعية التي تلحق بمتناول هذه الوجبات السريعة ما يلي:

- يقلل من اجتماع أفراد الأسرة على مائدة طعام واحدة.
- عدم وجود التنوع الغذائي في الوجبات السريعة مما يجعل الجسم لا يستفيد من كل العناصر الغذائية المطلوبة.
- تزيد من التكاليف المادية للأسرة.
- تقلل من فرص تعليم الأسرة لأطفالها آداب الطعام.

كما أظهرت الدراسات التي أجريت أن هناك أضرار نفسية من وراء تناول الوجبات السريعة على الإنسان، بسبب نقص المعادن والفيتامينات التي يحتاج لها جسم الإنسان، فالأبحاث أكدت أن كثرة تناول مثل هذه الوجبات السريعة يعمل على زيادة معدل الاكتئاب والأمراض النفسية التي تلحق بالإنسان، فالنقص الكبير في العناصر الغذائية في مثل هذه الوجبات يؤثر على صحة العقل وبالتالي على الصحة النفسية الخاصة بمن يتناول مثل هذه الوجبات السريعة. (<https://fieda.net>)

2- من الناحية الاقتصادية:

إن تواجد الغذاء بكميات كبيرة وبشكل ملفت كسلعة للاستهلاك يشرف عليه مسؤولون عن الإنتاج وخبراء في التسويق، دون هوية وغير معروف الجذور يظهر مدى القلق الذي يولده تصنيع الغذاء، وهذا أمر مقلق لأن الغذاء ليس مجرد منتج للاستهلاك فقط كونه يؤثر على صحة المستهلك، كما أن انخفاض ثمن الوجبات السريعة عامل اقتصادي مهم في زيادة الإقبال عليها أكثر فأكثر وهذا يؤثر على ميزانية الأسرة.

3- من الناحية الثقافية:

أضحى التدخل التكنولوجي في مجال الغذاء ومواصفاته ذو أهمية بالغة وفق المذاق، في ظل وجود تنافس الشركات للوجبات السريعة ومؤثره بشكل واضح اليوم على ثقافات الشعوب عبر العالم من خلال تزايد عدد مستهلكيه، لكن هذا لا يعني أن هذه الثقافات قد سلمت بالأمر فهناك من يقف في مواجهة زحف العولمة الغذائية باعتبار المنتجات والعادات التي يحتوي عليها الإرث الثقافي الغذائي والتي يعتمد في استعمالها على قيمة اجتماعية وثقافية وطبيعية لأي مجتمع دليل على هويته.

4- من الناحية الصحية:

إن تأثير الغذاء الذي يمكن إعداده وتقديمه بسرعة (الوجبات السريعة) والتي حظي بشعبية كبيرة بسبب قلة كلفته ومذاقه اللذيذ، بالرغم من أن تحضيره يتم غالباً باستخدام مكونات رخيصة مثل؛ اللحوم عالية الدسم، والحبوب المكررة، ويتم إضافة السكريات، والدهون وبالتالي أسعار حرارية عالية (15، 1991، وآخرون، Bahadoran)، بالإضافة إلى استخدام كميات عالية من الصوديوم الموجود في ملح الطعام. (23، 2009، وآخرون، Feeley)، والذي يعمل كمادة حافظة ويمنح الوجبات السريعة طعماً لذيذاً يعد سبباً في الأمراض والوفيات المبكرة، بدلاً من استخدامهم المكونات المغذية مثل؛ اللحوم الخالية من الدهون، والحبوب الكاملة، والفواكه الطازجة والخضروات (www.youngwomenshealth, Fast) (Food Facts)

وهذا يعد تأثيراً على العادة الغذائية من مدلول صحي ويمكن أن نحدد أضرار الوجبات السريعة في الآتي:

- 1- تحتوي الوجبات السريعة على نسبة عالية من الدهون والبروتينات وسعرات حرارية التي تسبب السمنة المفرطة. (العمودي، 2015، 9)
- 2- كثرة تناول الوجبات والمشروبات الغازية يؤدي إلى مرض السكر.
- 3- يسبب أمراض الأوعية الدموية وأمراض القلب وتصلب الشرايين.
- 4- يتعرض من يتناول الوجبات السريعة للإصابة بالأورام السرطانية.
- 5- قد يسبب تناول الوجبات السريعة في تشوهات الأجنة لأنها خالية من حمض الفوليك الذي يحافظ على الجنين ومهم جداً في تكوينه.
- 6- من الممكن أن تكون الوجبات السريعة سبب في الإصابة بأمراض الربو وأمراض الجهاز التنفسي.
- 7- تناول الوجبات السريعة يؤدي إلى الإصابة بالأنيميا وفقر الدم وضعف البنية لأنها لا تحتوي على العناصر المهمة لبناء الجسم.
- 8- تناول الوجبات السريعة يحدث مشاكل عديدة في المعدة والالتهابات المعوية والقرح وعسر الهضم بسبب أكلها بسرعة دون مضغ.
- 9- قد تسبب في بعض الأحيان تسمم غذائي لعدم وجود نظافة في بعض المطاعم فيؤدي لتلوث الغذاء.
- 10- يتعرض أحياناً متناولوا الوجبات السريعة للعدوى والفيروسات.
- 11- قد تسبب في بعض الأحيان الإصابة بأمراض العمود الفقري.
- 12- يسبب تناول الوجبات السريعة ضعف في الجهاز المناعي (<https://mawdoo3.com>)

وعليه فإن الوجبات السريعة ليس كما نراها، أداة للتسهيل علينا تلبية احتياجاتنا، بل هي أكبر خطر يهدد حياة الإنسان والأطفال من الناحية النفسية والاقتصادية والصحية وحتى الاجتماعية، فلنحاول الابتعاد عن مثل هذه الوجبات السريعة

المحور الثاني: إجراءات البحث: وتمثلت إجراءات البحث فيما يلي:

أولاً: نوع البحث ومنهجه

يُعد هذا البحث من البحوث الوصفية التحليلية، التي تهدف إلى الكشف عن الأسباب والدوافع التي تقف وراء إقبال الشباب على الوجبات السريعة وأثرها على صحتهم، إذ يركز المنهج الوصفي التحليلي على وصف دقيق للبيانات ويُعرف المنهج الوصفي بأنه: محاولة الوصول للمعرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر المشكلة أو ظاهرة قائمة، للوصول إلى فهم أفضل وأدق أو وضع السياسات والإجراءات المستقبلية الخاصة بها. (المحمودي، 2019، 46). كما تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية.

ثانياً: مجالات البحث

- 1- المجال المكاني: محافظة عدن، بمديرياتها الست: كريتر، خورمكسر، التواهي، المنصورة، الشيخ عثمان والبريقة.
- 2- المجال الزمني: يمثل الفترة التي استغرقتها الباحثة في إجراء البحث الميداني، وهي فترة خمسة أشهر ابتداءً من ديسمبر (2023م) إلى إبريل (2024م)، حيث بدأت الباحثة بجمع البيانات والمعلومات من المبحوثين، مرتادي محلات ومطاعم الوجبات السريعة المختلفة في محافظة عدن.
- 3- المجال البشري: العينة التي تم اختيار العينة من الشباب الذين يرتادون مطاعم ومحلات الوجبات السريعة، ووصل عددهم إلى (300) فرداً.

ثالثاً: أداة البحث

استفادت الباحثة من إطلاعها على عدد من الاستبانات والأدوات البحثية في تصميمها لاستبانة هذا البحث، بهدف التعرف على الوجبات السريعة وأثرها على صحة الشباب وانتشارها بين أوساط الشباب، وقد تكونت الأداة في صورتها النهائية من ثلاثة أجزاء: الأول يتضمن بيانات أولية عن المبحوثين، تمثلت في الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، المؤهل التعليمي، المهنة وسنوات الخبرة. أما الجزء الثاني فقد تضمن الفقرات التي تقيس تأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب، وثالثاً العوامل التي تزيد من إقبال الشباب على تناول الوجبات وأخيراً شمل الاختيارات التي لدى أفراد العينة ومدى إدراكهم للعلاقة بين الغذاء والصحة والمرض في محافظة عدن، حيث بلغ عدد فقرات الاستبانة (38) فقرة، وزعت على أربعة مجالات رئيسية، على النحو الآتي:

جدول (1): يوضح أبعاد البحث وعدد فقراته

م	المحاور	عدد الفقرات
1	أثر الوجبات السريعة على صحة الشباب	10
2	أسباب الإقبال على تناول الوجبات السريعة	10
3	مدى إدراك العلاقة بين الغذاء والصحة	10
4	أثر الوجبات السريعة على الجانب الاقتصادي والاجتماعي	8

كما تم تصميم الاستبانة على أساس مقياس (ليكرت الثلاثي) للإجابة عن الفقرات (موافق - إلى حد ما - غير موافق).

رابعاً: صدق الأداة

تم التأكد من الصدق الظاهري للاستبانة في صورتها المبدئية بعرضها على عدد من المحكمين من ذوي الإختصاص، وأجريت التعديلات التي أتفق عليها، وقد حصلت الاستبانة على نسبة (80%) من المحكمين وجاءت هذه التعديلات لإعادة صياغة بعض العبارات لتزداد وضوحاً.

خامساً: ثبات الأداة

للتأكد من درجة ثبات الأداة تم استخدام معامل ألفا كرونباخ ومعامل سبيرمان - براون للتجزئة النصفية اللذان يقيسان نسبة تباين الإجابات ومدى الثبات والترابط الداخلي لأسئلة الاستبانة، بحيث تكون مع بعضها بعضاً مجموعة واحدة، مما يساعد على مقدرتها في إعطاء نتائج متوافقة لردود المستجيبين تجاه الاستبانة، وعادة تتراوح قيمة معامل ألفا كرونباخ ما بين (صفر - 1)، وكلما اقتربت من الواحد عكس قوة التماسك الداخلي للمقياس، وقد تم إيجاد الثبات لمحاور البحث، كما هو موضح في الجدول (2):

جدول (2): معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وسبيرمان- براون للتجزئة النصفية

المحور	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ Cronbach	معامل سبيرمان - براون للتجزئة النصفية
إجمالي الأداة	26	0.873	0.810

المصدر: إعداد الباحثة بالاعتماد على التحليل الإحصائي لبيانات البحث الميداني

يتضح من الجدول رقم (2) أن معامل الثبات ألفا كرونباخ كان مرتفعاً إذ بلغت (0.873) وهو معامل قوي جداً يجعل الأداة مناسبة لجمع البيانات المتعلقة بالبحث، يشير معامل الصدق معامل سبيرمان - براون (Spearman - Brown) للتجزئة النصفية بأنه لو تم إعادة توزيع الاستبيان بعد فترة من الزمن لحصلنا على نفس النتائج بمعامل صدق كلي للداة بلغت قيمته (0.810) وهو معامل قوي جداً يجعل الأداة تتمتع بالصدق لما أعدت له، وبذلك يتضح أن الاستبانة أداة مناسبة لجمع البيانات المتعلقة بالبحث.

سادساً: المعالجة الإحصائية

من أجل معالجة البيانات استخدمت الباحثة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package For Social Science (SPSS 28) للحصول على نتائج أكثر دقة حيث تم إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي وحسب الأوزان الآتية:

الرأي	موافق	إلى حد ما	غير موافق
الوزن	3	2	1

وقد تمثلت أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة وفقاً لمقتضيات الدراسة بالآتي: معامل ألفا كرونباخ ومعامل (سبيرمان - براون) للتجزئة النصفية لاختبار ثبات أداة البحث. مقياس الإحصاء الوصفي (Descriptive Statistic Measures) لوصف خصائص عينة البحث، اعتماداً على النسب المئوية والتكرارات وكذلك الإجابة عن أسئلة البحث، من خلال المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية، وكذا اختبار T لعينة واحدة One Simple T Test لاختبار اتجاه آراء أفراد عينة البحث في فقرات البحث (اختبار اتساق الإجابات في الفقرة الواحدة) وهو اختبار لمتوسط الإجابات عند الوسط الفرضي للدراسة ويساوي (2).

المحور الثالث: عرض النتائج ومناقشتها:

لغرض التأكد من مدى تحقيق أهداف البحث، لا بد من عرض النتائج التي تم التعامل معها بالوسائل الإحصائية، وحسب أسئلة البحث، حيث تم التعامل مع نتائج مجالات الاستبانة " الوجبات السريعة وأثرها على صحة الشباب" بشكل عام، وكانت النتائج من حيث الأثر والعلاقة على النحو الآتي:

أولاً: خصائص مجتمع الدراسة

جدول (3): خصائص عينة البحث

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	48.3
	انثى	51.7
العمر	18 - 30 سنة	41.7
	31 - 40 سنة	48.3
	41 - 50 سنة	10.0
الحالة الاجتماعية	متزوج	30.0
	مطلق	5.0
	أرمل	0.0
	أعزب	65.0
المستوى التعليمي	دبلوم بعد الثانوية	6.7
	بكالوريوس	66.7
	ماجستير	16.7
	دكتوراه	10.0
الوظيفة	موظف	30.0
	خاص	30.0
	طالب	40.0
الإجمالي	300	100%

المصدر: إعداد الباحثة بالاعتماد على التحليل الإحصائي لبيانات البحث الميداني

يتبين من جدول (3) أن هناك تقارب أو تطابق بين الذكور والإناث حيث بلغت عينة الذكور نسبة (48.3%) في حين بلغت نسبة الإناث (54.7%).

ويمكن تقسيم الفئات العمرية إلى ثلاث فئات الفئة الأولى من (18 - 30) والفئة الثانية من (31 - 40) والفئة الثالثة من (41 - 50)، وتحتل الفئة الثانية المرتبة الأولى من حيث النسبة المئوية (48.3%) وهي تتمتع بميزة الاستقلال الاقتصادي وحرية الحركة، تليها الفئة الأولى والتي تصل نسبتها إلى (41.7%) وتتميز هذه الفئة الأولى والأصغر سناً بتقليد الفئة الثانية وعدم الاستقلال الاقتصادي، أما الفئة الثالثة فتصل نسبتها إلى (10.0%)، ومن الملاحظ أن هاتين الفئتين تعانين من العزوف أو الإعراض عن الوجبات التقليدية العربية والتوجه نحو الوجبات الغربية أي الوجبات السريعة.

وفيما يتعلق الحالة الاجتماعية فإن العزاب يشكلون ما نسبته (65%) من المبحوثين أي الأكثرية الساحقة، ومن الواضح أن هذه الفئة تميل إلى التوجه نحو الوجبات السريعة الغربية على العكس من المتزوجين الذين يشكلون ما نسبته (30%) من أفراد العينة المبحوثة الذين يلتزمون إلى حد ما بالوجبات العربية التقليدية نزولاً عند الحفاظ على ميزانية الأسرة.

أما من حيث المستوى التعليمي فيلاحظ أن الحاصلين على درجة البكالوريوس يشكلون ما نسبته (66.7%) من المبحوثين ومن المسلم به أنهم يشكلون القاعدة الأساسية العلمية للمجتمع. ومن الملاحظ أن وعيهم بالثقافة الغذائية وأهمية التماسك الأسري محدود جداً مما يجعلهم عرضة للانجرار وراء الوجبات السريعة.

وفيما يخص الوظيفة فإن نسبة الحاصلين على الوظائف العامة والخاصة يشكلون ما نسبته (60%) كما يشكل الطلاب (40%) فالإقبال على الوجبات السريعة يلقى ترحيباً واسعاً من قبل الموظفين والطلاب. وهذا يعني أنه يعزز الاتجاهات الانعزالية في الأسرة التي تعاني من التمزقات الذاتية ومن تأثير عوامل أخرى.

ثانياً: التحليل الوصفي والاستدلالي للإجابة على تساؤلات البحث:

جدول (4): يوضح مدى تأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب مرتبة تنازلياً

الرقم التسلسلي	الترتيب	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن المنوي	قيمة اختبار T	مستوى الدلالة (P.value)	الاتجاه
1	1	تعد الوجبات السريعة من أكثر المشكلات الصحية التي تؤثر على صحة الإنسان.	2.93	0.25	97.7	64.7	0.00	عالي
10	2	يتم تناول المشروبات الغازية بأنواعها المختلفة التي تؤثر على صحة الجسم	2.91	0.37	97.0	42.2	0.00	عالي
4	3	توكل الوجبات السريعة بانتظام في المطاعم	2.73	0.72	90.0	16.9	0.00	عالي
7	4	تتناول الوجبات السريعة بين الوجبات الثلاثة (فطور - غداء - عشاء).	2.70	0.53	91.0	23.8	0.00	عالي
3	5	تتناول الوجبات السريعة أكثر من ثلاث مرات اسبوعياً	2.54	0.7	84.0	12.9	0.00	عالي
5	6	تتناول الوجبات السريعة بانتظام وبكميات كبيرة.	2.52	0.67	84.7	13.9	0.00	عالي
2	7	تؤثر الوجبات السريعة بشكل عام على جهازك الهضمي	2.43	0.72	81.0	10.5	0.00	عالي
6	8	تستبدل وجبة الفطور بوجبة سريعة يومياً	2.30	0.76	76.7	6.8	0.00	متوسط
9	9	تتناول الوجبات السريعة مرة أو مرتين في الأسبوع	2.11	0.77	70.3	2.4	0.02	متوسط
8	10	تتعرض للتسمم الغذائي	1.98	0.81	66.0	-0.4	0.67	متوسط
		المتوسط العام لمدى تأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب	2.50	0.29	83.7	31.2	0.00	عالي

المصدر: إعداد الباحثة بالاعتماد على نتائج التحليل الإحصائي لبيانات البحث الميداني

جاءت الفقرة رقم (1) في الجدول رقم (4) والتي نصها (تعد الوجبات السريعة من أكثر المشكلات الصحية تأثيراً على صحة الإنسان) في المرتبة الأولى وكانت الاستجابة عالية حيث حصل المؤيدون على ما نسبته 97.7% من أفراد العينة وهذه النسبة تمثل إجماعاً للمؤيدين للفكرة، وتؤكد ذلك البيانات الإحصائية المتمثلة بالمتوسط الحسابي (2.93) والانحراف المعياري (0.25).

ومن الواضح أن إقبال الشباب على الوجبات السريعة في مجتمعنا ظاهرة تستوجب الوقوف عليها على الرغم من معرفة تأثيراتها الضارة أو بالأصح ما تلحق به من أضرار على صحة الشباب .

والجدير بالاعتبار أن العادات الغذائية السائدة في مجتمعنا ما تلقى استحساناً ويحافظ عليها بقدر الاستطاعة ولا تخضع للتغيير والتبدل بسهولة بل أنها تتحكم في الأجيال الصاعدة بحكم الألفة والنشأة غير أن ما يحدث في المجتمعات النامية لا يعكس هذه القاعدة بل تنصاع الجماعات إلى كل ما تقدمه المجتمعات المتقدمة وما تمارسه من تأثير على سلوكيات البشر وأفكارهم .

وهذا ما تفسره نظرية ابن خلدون من أن المغلوب مولع أبداً بالافتداء بالغالب في شعاره وزيه ونحلته وسائر احواله وعوائده. (ابن خلدون، 1979، 147)

ويمكن الاكتفاء بتعاطي الوجبات السريعة لوحدها ، بل لا بد من تناول المشروبات الغازية بأنواعها المختلفة التي تؤثر تأثيراً سلبياً على صحة جسم الإنسان.

وفي محاولة لتعريف متعاطي الوجبات السريعة، يمكن تصنيف الوجبات السريعة حسب كمية التعاطي إلى ثلاثة أنواع:

1- يتعاطى الوجبات السريعة بانتظام في المطاعم .

2- الاكتفاء بالوجبات بين الثلاث الوجبات.

3- تناول الوجبات السريعة لأكثر من ثلاث مرات أسبوعياً - مرتين في الأسبوع .

أما فيما يتعلق بتأثير الوجبات السريعة بشكل عام على الجهاز الهضمي فإنها تؤثر تأثيراً سلبياً على صحة الجسم بحكم مكوناتها فكلما كانت المكونات منسجمة أدت إلى نتيجة إيجابية على العكس من تناورها فإن ذلك قد يؤدي إلى حالة من التسمم الغذائي والإصابة بالأمراض غير المعدية.

جدول (5): يوضح العوامل التي تزيد من إقبال الشباب على تناول الوجبات السريعة مرتبة تنازلياً

الترتيب	الرقم التسلسلي	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن المنوي	قيمة اختبار T	مستوى الدلالة (P.value)	الاتجاه
1	7	تتناول الوجبات السريعة بمفردك أو مع أصدقائك باستمرار.	3.00	0.00	100.0	300.0	0.00	عالي
2	8	تتوفر خيارات متنوعة في الوجبات السريعة.	3.00	0.00	100.0	300.0	0.00	عالي
3	1	تتناول الوجبات السريعة لهذه مذاقها.	2.95	0.21	98.3	78.2	0.00	عالي
4	3	تتناول الوجبات السريعة لسهولة وسرعة طهيها.	2.83	0.46	94.3	31.0	0.00	عالي
5	6	تستطيع الحصول عليها بأي وقت	2.80	0.40	93.3	34.6	0.00	عالي
6	5	تستطيع تناولها أثناء العمل	2.69	0.57	89.7	20.7	0.00	عالي
7	9	أشعر بالراحة والمتعة عند تناول الوجبات السريعة.	2.67	0.47	89.0	24.5	0.00	عالي
8	10	تعد الوجبات السريعة أداة لتسهيل تلبية الاحتياجات الغذائية للجسم.	2.57	0.72	85.7	13.7	0.00	عالي
9	4	أدمنت على تناول الوجبات السريعة بسبب انتشارها	2.50	0.65	83.3	13.4	0.00	عالي
10	2	تشتري الوجبات السريعة لرخص ثمنها	2.45	0.64	81.7	12.3	0.00	عالي
		المتوسط العام للعوامل التي تزيد من إقبال الشباب على تناول الوجبات السريعة	2.75	0.18	91.7	73.2	0.00	عالي

المصدر: إعداد الباحثة بالاعتماد على نتائج التحليل الإحصائي لبيانات البحث الميداني

بالاعتماد على معطيات جدول (5) يمكن تصنيف أسباب الإقبال على الوجبات السريعة إلى نوعين أو فئتين ذاتي وموضوعي فالانطباعات أساسها ذاتي أما الموصفات فأساسها موضوعي يتعلق بالوجبة ذاتها.

ويمكن القول أن للوجبات السريعة صفات تميزها عن الوجبات المنزلية تظهر في إمكانية تناولها بفراد أو مع الأصدقاء باستمرار وهي تعزز العزلة بين أفراد العائلة حيث تتوفر فيها خيارات متنوعة مقارنة بالوجبات المنزلية ومن صفات الوجبات السريعة سهولة وسرعة طهيها لأن معظم موادها محضرة من قبل كما أنه يمكن الحصول عليها بأي وقت ويمكن تناولها أثناء العمل.

وبصرف النظر عن ما تحدثه من أضرار صحية، فإنها أصبحت ملاذاً لكثير من الشباب لرخص ثمنها ولذو طعمها الأمر الذي جعل إقبال الشباب عليها يتزايد. علماً أن احتوائها على مجموعة الصفات جعلها تلقى استحساناً كبيراً من قبل الشباب وبالتالي خلق نوعاً من الانطباع المرغوب فيه يتمثل ذلك في الإحساس بالراحة والمتعة عند تناولها كما أنها أداة لتسهيل تلبية الاحتياجات الغذائية للجسم، الأمر الذي عزز حالة الإدمان على الوجبات السريعة، والملاحظ أن نتائج البحث تتفق مع ما توصلت إليه دراسة بلعيد(2008م).

من الواضح أن هناك علاقة إيجابية بين الغذاء والصحة وهذا يفرض ضرورة إدراك هذه العلاقة في إختياراتنا للغذاء الصحي المتوازن والمتنوع المحتوي على الفيتامينات والمعادن والمركبات المعززة للمناعة .. للحفاظ على صحة الجسم. ومن الملاحظ أن استهلاك الوجبات السريعة المؤثرة على الصحة يزداد بين فئة الشباب حيث تصل نسبة المتعاطين (89%) ، وهذا يدل على ضعف إدراك المبحوثين للعلاقة بين الغذاء والصحة.

جدول (6): يوضح مدى إدراك العلاقة بين الغذاء والصحة مرتبة تنازلياً

الترتيب	الرقم التسلسلي	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن المنوي	قيمة اختبار T	مستوى الدلالة (P.value)	الاتجاه
1	6	يزداد استهلاك الوجبات السريعة المؤثرة على الصحة بين فئة الشباب	2.67	0.70	89.0	16.5	0.00	عالي
2	3	تتناول الوجبات السريعة على الرغم من معرفة اضرارها	2.33	0.87	77.7	6.6	0.00	متوسط
3	1	لا اهتم بمعرفة القيمة الغذائية للوجبات السريعة قبل تناولها	1.92	0.82	64.0	-1.8	0.08	متوسط
4	4	تحافظ على نظامك الغذائي وفق التغذية الصحية السليمة	1.87	0.92	62.3	-2.5	0.01	متوسط
5	2	اهتم بتناول الوجبات السريعة في المطاعم الأكثر شهرة بغض النظر عن القيمة الغذائية	1.78	0.86	59.3	-4.4	0.00	متوسط
6	9	تتناول كميات بسيطة من الوجبات السريعة حفاظاً على صحتك	1.63	0.88	54.3	-7.2	0.00	منخفض
7	7	تحاول تحضير بعض الوجبات التي تفضل تناولها في المنزل بدلاً من شرائها من المطاعم	1.57	0.85	52.3	-8.9	0.00	منخفض
8	8	تؤثر الوجبات السريعة على نشاطك اليومي	1.40	0.76	46.7	-13.7	0.00	منخفض
9	5	تمارس الرياضة خلال يومك للحفاظ على لياقتك الصحية	1.37	0.71	45.7	-15.5	0.00	منخفض
10	10	تحدد اختياراتك للوجبات السريعة المسببة للسمنة	1.23	0.62	41.0	-21.5	0.00	منخفض
		المتوسط العام لمدى إدراك العلاقة بين الغذاء والصحة	1.78	0.45	59.3		0.00	متوسط

المصدر: إعداد الباحثة بالاعتماد على نتائج التحليل الإحصائي لبيانات البحث الميداني

وتظهر البيانات الإحصائية كما في جدول (6) مدى الارتباك والاضطراب في إجابات المبحوثين بين متوسط ومنخفض ، الأمر الذي جعلهم يتجاهلون الأضرار المصاحبة لتناول الوجبات السريعة. وقد إحتلت الوجبات السريعة مكاناً هاماً في أذهان وتفكير الناس ، إن نقص الوعي والإدراك لأهمية وقيمة الغذاء وأثره على الصحة جعل الشباب يتجاهلون مضار الوجبات السريعة على صحتهم ويندفعون نحو الوجبات السريعة ويزداد جنونهم بها. ومن الملاحظ أن إجابات المبحوثين تتقارب بل تتطابق في الفقرتين (6-7) حيث تصل نسبة المؤيدين بين (54.3%) ، (52.3%) ، على العكس من الفقرات (8-9-10) والتي يتفقون فيها المعارضون للفكرة على المؤيدين وهذه النتائج للمحور المتعلق بمدى إدراك العلاقة بين الغذاء والصحة يُعدُّ مؤشراً خطيراً لتأثير الوجبات السريعة على صحة الشباب . وهذا يتفق مع ما جاءت به دراسة أبورويلة (2019م). ويمكن أن نستخلص أن التغذية غير الصحية أحد عوامل الخطر لحدوث العديد من الأمراض و ضرورة توفير برامج توعوية وتنقيف أسري للحفاظ على صحة الشباب والأسرة والمجتمع ككل.

جدول (7): يوضح مدى تأثير الوجبات السريعة على الجانب الاقتصادي والاجتماعي مرتبة تنازلياً

الرقم التسلسلي	الترتيب	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن المنوي	قيمة اختبار T	مستوى الدلالة (P.value)	الاتجاه
1	1	اتفاق الشباب على الوجبات السريعة يزداد يوماً بعد يوم .	2.90	0.30	96.7	51.9	0.00	عالي
2	2	الاتفاق على الوجبات السريعة اصبح يحتل جزء مهم من نفقات الأسرة.	2.87	0.34	95.7	44.1	0.00	عالي
5	3	اصبحت محلات الوجبات السريعة من أهم أماكن النقاء الشباب.	2.67	0.60	89.0	19.3	0.00	عالي
6	4	اصبح الشباب يفضلون اكل الوجبات السريعة على أكل وجبات المنزلية.	2.43	0.72	81.0	10.5	0.00	عالي
3	5	تقل الوجبات السريعة من الالتقاء حول مائدة الطعام مع الأسرة.	2.24	0.80	74.7	5.1	0.00	متوسط
4	6	يشجع اكل الوجبات السريعة على الفردية والانعزالية	2.00	0.78	66.7	0.0	1.00	متوسط
8	7	لا تفضل مطاعم الوجبات السريعة التي تهتم بتقديم الوجبات الغربية والاجنبية المتنوعة	1.50	0.81	50.0	-10.7	0.00	منخفض
7	8	اقوم بمشاركة تجارب الخاصة مع مطاعم الوجبات السريعة على شبكات التواصل الاجتماعي	1.35	0.70	45.0	-16.0	0.00	منخفض
		المتوسط العام لمدى تأثير الوجبات السريعة على الجانب الاقتصادي والاجتماعي	2.24	0.17	74.7	25.5	0.00	متوسط

المصدر: إعداد الباحثة بالاعتماد على نتائج التحليل الإحصائي لبيانات البحث الميداني

للوجبات السريعة أثراً سلبياً على الجانب الاقتصادي والاجتماعي للأسرة إذ تؤدي إلى زيادة نفقات الأسرة وقلة اجتماعها أو تفكك الأسرة إضافة إلى تراجع العادات الغذائية.

وتظهر البيانات الإحصائية كما في جدول (7) مدى اتفاق الشباب على الوجبات السريعة التي تزداد يوماً بعد يوم حيث تصل نسبتهم إلى (96.7%) ومن المصاعب الاقتصادية التي تواجهها الأسرة وجود نوعين من النفقات، الاتفاق على الوجبات المنزلية والاتفاق على الوجبات السريعة التي أصبحت تشكل جزءاً مهماً من نفقات الأسرة إذ شكلت عبأ مادياً مضافاً عليها.

وفيما يتعلق بالبعد الاجتماعي فإن الشباب أصبحوا يفضلون أكل الوجبات السريعة على الوجبات المنزلية وهذا يزيد من أعباء نفقات الأسرة. كما أصبحت محل الوجبات السريعة من أهم أماكن النقاء الشباب إذ أصبحت الوجبات السريعة تقلل من الالتقاء حول مائدة الطعام مع الأسرة مما يشجع على الفردية والانعزالية. وفيما يتعلق بتفضيلهم لمطاعم الوجبات السريعة التي تهتم بتقديم الوجبات الغربية والأجنبية المتنوعة يؤكد الشباب على أنهم يفضلون تلك الوجبات في مطاعم الوجبات السريعة لمذاقها المميز. كما يؤكد المبحوثون مشاركتهم الخاصة مع مطاعم الوجبات السريعة على شبكات التواصل الاجتماعي تتميز بالمحدودية ويعزى ذلك إلى طبيعة ثقافة المجتمع اليمني.

النتائج:

ونستنتج من ذلك أن هناك تحولات سريعة فرضتها تجارب التطورات في المجتمعات الغربية.

وقد تمثلت أهم نتائج البحث بالآتي:

1- أظهر البحث بان هناك اثر كبير على صحة الشباب في محافظة عدن ناتج عن عزوفهم عن الوجبات التقليدية الصحية واهتمامهم بشكل واضح بتناول الوجبات السريعة بمختلف أنواعها واشكالها.

2- كشف البحث بان هناك عوامل تزيد من سرعة انتشار ظاهرة تناول الوجبات السريعة بين فئة الشباب في محافظة عدن منها:

أ. مذاق ولذة الوجبات السريعة، ورخص ثمن بعض الوجبات السريعة، وسهولة طهيها، وهذا ما تعكسه البيانات الإحصائية التي تؤكد ان استهلاك الوجبات السريعة تزداد بين فئة الشباب في محافظة عدن. حيث بلغت نسبة المتعاطين لها نحو (89%).

ب. غياب الوعي الصحي لدى الشباب في محافظة عدن وأسرهم وعدم إدراك العلاقة بين الغذاء الصحي والصحة، وهذا كان عاملاً أساسياً في انتشار استهلاك الوجبات السريعة والإصابة بالأمراض.

ج. رغبة وولع الشباب في محافظة عدن بالاعتناء بالشباب في المجتمعات المتقدمة بعاداتهم الغذائية وكل ما يتعلق بالجوانب الاجتماعية استجابة لأثر وسائل الاعلام المرئية.

3- أكد البحث على تأثير الوجبات السريعة الذي يتناولها الشباب على أفراد أسرهم، من النواحي الاقتصادية المتمثلة في المصاعب التي تواجهها الأسرة إذ خلق نوعين من النفقات المادية، كالاتفاق على الوجبات المنزلية والاتفاق على الوجبات السريعة التي أصبحت تشكل جزءاً مهماً من نفقات الأسرة، مما شكلت عبءاً مادياً إضافياً، وكذا الثقافة الجديدة، ومن الناحية الاجتماعية تغيب الشباب من الاجتماع الاسري عند تناول الوجبات التقليدية الصحية مع افراد أسرهم مما خلق عزلة وتفكك أسري بين أفراد الأسرة والمجتمع وجعل تلك الفئة تلتقي في المطاعم وبوفيهات واكتساب اخلاق دخيلة على فئة الشباب في محافظة عدن.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل لها البحث، يمكن وضع التوصيات الآتية:

- 1- نشر الوعي بين الشباب بالمخاطر الصحية والنفسية الناتجة عن تناول الوجبات السريعة لفترات طويلة.
- 2- تفعيل دور وسائل الإعلام وخاصة المرئية منها بتخصيص برامج موجهة للشباب يومياً واسبوعياً لتقديم النصح والإرشاد على أهمية الالتزام بتناول الغذاء المتوازن (الصحي).
- 3- التركيز على تأهيل العادات الغذائية المحلية (الصحية) في أوساط الشباب.

المراجع:

المراجع العربية:

- [1] ابن خلدون ، عبد الرحمن بن محمد.(1989):مقدمة ابن خلدون، ط7، دار القلم ،بيروت- لبنان.
- [2] أبورولة، عفاف يونس غيث، وسلامة وفاء الطيب عبد السلام (2019):تأثير الوجبات السريعة على معدل التحصيل الدراسي لطلاب كلية التربية – جامعة مصراتة، مجلة كليات التربية، العدد 13.
- [3] الجميلي، قصي (2010):إدارة الموارد البشرية في المنشآت السياحية والفندقية، دار صفاء للنشر والتوزيع عمان – الاردن.
- [4] الزهري،فاطمة مصطفى أحمد وآخرون (2021):الإتجاه نحو تناول الوجبات السريعة وعلاقتها بنمط السلوك الاستهلاكي لدى المراهقين، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية، المجلد السابع، العدد 37، جامعة المنيا، جمهورية مصر العربية.
- [5] العمودي، نادية صالح (2015):الوجبات السريعة بين الرفض والقبول، جامعة الملك عبد العزيز، عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر وحدة المسؤولية الاجتماعية، سلسلة المطبوعات التوعوية (1).
- [6] المحمودي، محمد سرحان علي (2019):مناهج البحث العلمي، ط3، دار الكتب، الجمهورية اليمنية- صنعاء.
- [7] المكاوي، علي محمد(1995):البيئة والصحة، دراسة ميدانية في علم الاجتماع الطبي، دار المعارف الجامعية، الإسكندرية.
- [8] بلعدي،مراد (2008):تأثير الوجبات السريعة على العادات الغذائية عند الشباب بمدينة قسطنطينية،مقاربة سوسيوأنثروبولوجية،رسالة ماجستير،كلية العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة منتوري، الجزائر.

المراجع الأنجليزية:

- [9] Ali Esmaili Vardanjani, Mahnoush Reisi, Homamodin Javadzade, Zabihollah Gharli Pour, and Elahe Tavassoli. (2015):The Effect of nutrition education on knowledge, attitude, and performance about junk food consumption among g students of female primary schools J Educ Health Promot.
- [10] Bahadoran Z, Mirmiran P, Golzarand M, Hosseini-Esfahani F, Azizi F. (1991):Fast food consumption in Iranian adults; dietary intake and cardiovascular risk factors:Tehran Lipid and Glucose Study. Arch Iran Med.Wiker.Daniel and Narma J.Wikler, Turkey Baster Babies the Medecaln Zation Of Aritificial in Se mination:Milbanks Quartercy Vol. 69.

- [11] Berne,(2006):Societe Suisse de Nutrition, les plats rapides s,integrant a une alimentation saine, www.sge-ssn.ch
- [12] Bierl, C., Forgione, M. and Lascalzo, J. ;In(2006):The antioxidant hypothesis Antioxidants cardiovascular disease. ed. Bourassa. M.G and Tardif.J.C. Springer Science+ Business Media, Inc.
- [13] Boudon R, Besnard P, Cherkaoui M, Lécuyer B-P. (1999):Dictionnaire de sociologie, Larousse-Bordas/HER, .
- [14] Colic Baric I, Satalic Z, Lukesic Z.(2003):Nutritive value of meals, dietary habits and nutritive status in Croatian university students according to gender. Int J Food Sci Nutr.
- [15] Dario Dongo,. (2022). USA, FDA working on a healthy logo to be applied on the front of the labels.Gift independent information on food and nutrition.
- [16] Dave JM, An LC, Jeffery RW, Ahluwalia JS.(2009):Relationship of attitudes toward fast food and toward fast food and frequency of fast- food intake in adults. Obesity (Silver Spring).
- [17] Feeley A, Pettifor JM, Norris SA. (2009):Fast-food consumption among 17-yearolds in the Birth to Twenty cohort. South African J Clin Nutr.
- [18] Galland O,. (1991):sociologie de la jeunesse, Paris, Armand Colin.
- [19] Jagadish S . Das. (2015):fast food consumption in children . Medical . Clinical Reviews .i Med Pub Journals.
- [20] Karimi-Shahanjarini A, Omidvar N, Bazargan M, Rashidian A, Ma-jdzadeh R, Shojaeizadeh D. (2010):Iranian Female Adolescent's Views on Unhealthy Snacks Consumption:A Qualitative Study. Iran J Public Health.
- [21] Kolodinsky J, Harvey-Berino JR, Berlin L, Johnson RK, Reynolds TW. (2007):Knowledge of current dietary guidelines and food choice by college students:better eaters have higher knowledge of dietary guidance. J Am Diet Assoc.
- [22] Wiker.Damiel and Narma J,(1991) Turkey Baster Babies the Medecaln Zation Of Aritificial in Se mination:Milbanks Quartercy Vol. 69,
- [23] <http://www.aafeaa.blogspot.com/?m=1>.
- [24] <https://fieda.net>.
- [25] <https://mawdoo3.com>
- [26] <http://www.youngwomenshealth>, Fast Food Facts"

RESEARCH ARTICLE

THE IMPACT OF THE FAST FOOD ON THE HEALTH OF YOUNG PEOPLE IN ADEN GOVERNORATE

Radia Yaslam Saleh Basmed*

*Dept. of Sociology, Faculty of Art, University of Aden, Aden, Yemen.**Corresponding author: Radia Yaslam Saleh Basmed; E-mail: radia.y.basmed@gmail.com; Tel: 733004370 / 773847914

Received: 07 December 2024 / Accepted: 14 December 2024 / Published online: 31 December 2024

Abstract

The world in general is witnessing a rapid revolution in non-traditional eating habits, which has greatly changed the lives of individuals and societies. Among these eating habits is the tendency of young people in these societies to eat fast food, and the Aden Governorate community is among those societies in which young people's interest in eating fast food has increased. The current study aims to identify the impact of fast food on the health of young people in Aden Governorate, the factors that increase young people's interest in eating fast food, and the extent of their awareness of the relationship between food and health. This research is considered a descriptive research, in which the research used the descriptive approach, and the questionnaire form was applied to a sample of (300) individuals targeted in the research from the youth category in Aden Governorate. The results showed that one of the most important reasons for young people in Aden Governorate's reluctance to eat traditional healthy meals is their great tendency towards eating fast food in its various types and forms, which the study showed that the number of young people who eat fast food is increasing day after day to reach (96.7%). The study also confirmed that there are factors that increase the speed of the spread of the phenomenon of eating fast food among young people, most notably the delicious taste, the cheapness of some of them, and the ease of cooking them, etc. This is reflected in the statistical data that confirm that the consumption of fast food is increasing among young people in Aden Governorate, where the percentage of those who consume it reached about (89%). And that there is a clear impact of fast food on the individual, family and society in terms of social, economic, health and cultural aspects, and finally the passion of young people in Aden Governorate to follow the example of young people in advanced societies in their healthy eating habits and everything related to social aspects. The study recommended the need to work on spreading awareness among young people about the health and psychological risks resulting from eating fast food for long periods, and activating the role of the media, especially visual media, by allocating programs directed to young people daily and weekly to provide advice and guidance on the importance of adhering to eating a balanced (healthy) diet, and focusing on qualifying local healthy eating habits among young people, which is what other countries do.

Keywords: Fast food, Youth, Health, Aden Governorate.

كيفية الاقتباس من هذا البحث:

باصمد، ر. ي. ص. (2024). الوجبات السريعة وأثرها على صحة الشباب في محافظة عدن. مجلة جامعة عدن الإلكترونية للعلوم الانسانية والاجتماعية، 5(4)، ص449-462. <https://doi.org/10.47372/ejua-hs.2024.4.397>

حقوق النشر © 2024 من قبل المؤلفين. المرخص لها EJUA، عدن، اليمن. هذه المقالة عبارة عن مقال مفتوح الوصول يتم توزيعه بموجب شروط وأحكام ترخيص Creative Commons Attribution (CC BY-NC 4.0).

