



تغذیه فست فودها شما را کم طاقت و عجل می کنند

پژوهشگران تاکید کردند: فست فودها نه تنها برای سلامت جسمی مضر هستند بلکه می توانند موجب کم طاقتی و رفتارهای عجولانه و بی صبرانه در افراد شوند.

پژوهشگران تاکید کردند: فست فودها نه تنها برای سلامت جسمی مضر هستند بلکه می توانند موجب کم طاقتی و رفتارهای عجولانه و بی صبرانه در افراد شوند.

ایده ای که در ابتدا موجب شد، فست فودها رواج پیدا کنند، افزایش کارایی بود؛ به طوری که به افراد امکان می دهد به سرعت وعده غذایی خود را به پایان رسانده و بتوانند به کارهای دیگر بپردازند.

اما در پژوهشی که به تازگی از سوی محققان دانشگاه تورنتو انجام گرفته، معلوم شد استفاده زیاد از این نوع غذاها می تواند اشخاص را کم تحمل و کم طاقت کند. در نتیجه آنها ترجیح می دهند؛ محصولات را تهیه کنند که در وقتشان صرفه جویی کند اما در عوض میزان صرفه جویی در هزینه را در نظر نمی گیرند.

دکتر چن - بو زونگ دستیار نویسنده این پژوهش خاطرنشان کرد: فست فودها باعث می شوند که فرهنگ صرفه جویی در وقت حتی در مواقعی هم که فاکتور زمان چندان اهمیت ندارد در اولویت قرار بگیرد و عجله کردن جزو فرهنگ زندگی مردم شود.

مجله سایکولوژیکال ساینس در این باره می افزاید که حتی نگاه کردن به اسم شرکت های تولید کننده فست فودها این حالت عجولانه و کم طاقتی را در افراد تداعی می کند.