



نقش موثر والدین مقتدر در انتخاب رژیم غذایی سالم فرزندان

نتایج تحقیقات جدید نشان می‌دهد که والدین مقتدر، نوجوانان و فرزندان خود را به انتخاب رژیم غذایی سالمتر هدایت می‌کنند...

نتایج تحقیقات جدید نشان می‌دهد که والدین مقتدر، نوجوانان و فرزندان خود را به انتخاب رژیم غذایی سالمتر هدایت می‌کنند. به گزارش سلامت نیوز به نقل از هلث دی نیوز، نتایج تحقیقات جدید محققان دانشگاه مینسوتای آمریکا نشان می‌دهد که والدین مقتدر با قوانین و چارچوب‌های مشخص و انتظارات معین، فرزندان خود را به انتخاب رژیم غذایی سالم‌تر هدایت می‌کنند. این گروه از محققان با انجام تحقیق از دو گروه از نوجوانان شامل 1608 دانش‌آموز مدرسه راهنمایی و 3074 دانش‌آموز دبیرستانی موسوم به خوردن بین نوجوانان (ETA)، به عادت‌های غذایی آنها، شیوه تربیتی والدینشان و دیگر فاکتورهای اجتماعی و اقتصادی پرداخته و به این نتیجه رسیدند که فرزندان که تحت تربیت والدین مقتدر هستند به مراتب بیشتر از والدین مستبد، آسان‌گیر و مسامحه‌کار، رژیم غذایی سالم انتخاب می‌کنند و غذاهای سالم‌تری نیز مصرف می‌کنند. این در حالی است که نتایج این تحقیق تنها در مورد روابط مادران با پسران و پدران با دختران صدق می‌کند. نتایج این تحقیق در نسخه ماه جولای مجله انجمن رژیم غذایی آمریکا به چاپ رسیده است.