



کشف رابطه انواع غذاها با رفتارهای خشونت آمیز در کودکان

یک محقق ایرانی در تحقیقات خود نشان داد که غذاهای ناسالم به استثنای شیرینی جات، تاثیر بسزایی در رفتار خشونت آمیز کودکان دارد.

یک محقق ایرانی در تحقیقات خود نشان داد که غذاهای ناسالم به استثنای شیرینی جات، تاثیر بسزایی در رفتار خشونت آمیز کودکان دارد.

مصطفی قربانی - محقق این طرح با بیان اینکه مصرف غذاهای ناسالم در افراد افزایش یافته است به خبرنگار مهر گفت: با توجه به اینکه اخیرا پرخاشگری های ذهنی و رفتارهای پرخاشگرانه در کودکان و نوجوانان مشاهده می شود از این رو در صد آمدم تا نقش غذاهای ناسالم را بر رفتارهای کودکان و نوجوانان تعیین کنیم. در واقع هدف از این مطالعه، ارزیابی ارتباط بین مصرف غذاهای ناسالم و مشکلات ذهنی و رفتارهای خشونت آمیز در نمونه ملی از کودکان و نوجوانان ایرانی بود.

وی با بیان اینکه مواد غذایی ناسالم بر روی اضطراب و افسردگی کودکان و رفتار پرخاشگرانه در مدارس تاثیر معنا داری دارد، اظهار داشت: هرچه کودکان و نوجوانان بیشتر از غذاهای ناسالم استفاده کنند، بیشتر دچار افسردگی و اضطراب می شوند و در آینده مشکلات یادگیری خواهند داشت.

به گفته وی، این کودکان همچنین سریعتر به بیماریهای قلبی و عروقی، سندروم متابولیک و عوارض ناشی از اینها مبتلا می شوند.

وی با تاکید بر اینکه هرچه سن استفاده از غذاهای ناسالم کمتر باشد، در آینده مشکلات بیشتری برای مصرف کنندگان آن به وجود خواهد آمد، عنوان کرد: در این ارزیابی از داده های مرحله چهارم طرح ملی نظام مراقبت و پیشگیری از بیماری های غیر واگیر از دوران کودکی تا بزرگسالی « طرح کاسپین » استفاده شده است. این طرح در دانش آموزان ۶ تا ۱۸ سال کل کشور اجرا شده است.

وی با اشاره به اینکه پرسشنامه معتبر جهانی تهیه و توسط دانش آموز و یکی از والدین آنها تکمیل شد، گفت: این پرسشنامه شامل سوالاتی در خصوص مشکلات ذهنی «نگرانی، افسردگی، گيجی، بدخوابی، اضطراب، تند خویی و احساس بی ارزشی» و رفتارهای خشونت آمیز «نزاع، زورگویی و مورد زورگویی قرار گرفتن» بود.

قربانی افزود: در سیزده هزار و ۴۸۶ دانش آموز مورد بررسی، شیوع مصرف غذاهای ناسالم به طور معنی داری با مشکلات ذهنی مشخص شد. شیوع مصرف کلیه غذاهای ناسالم «نوشیدنی های شیرین، غذاهای آماده، مواد خوراکی شور از قبیل پفک، چیپس و چوب شود» به استثناء مصرف شیرینی جات « کیک کلوچه و شکلات » نیز ارتباط معناداری داشت.

به گفته این محقق در این تحقیقات مشخص شد که بین مصرف نوشیدنی های شیرین و مورد زورگویی قرار گرفتن، ارتباط آماري معنی داری وجود ندارد.

قربانی یادآور شد: نتایج مدل رگرسیون چند متغیره نشان داد که مصرف روزانه نوشیدنی های شیرین و خوراکی های شور شانس ابتلا به اختلالات ذهنی را افزایش می دهد.

وی گفت: همچنین مصرف خوراکی های شور به طور معنی داری مرتبط با رفتارهای خشونت آمیز از قبیل نزاع «نسبت شانس : ۱/۳۵ با فاصله اطمینان: ۱/۲۱-۱/۶۰»، مورد زورگویی قرار گرفتن «نسبت شانس: ۱/۱۹ با فاصله اطمینان : ۱/۰۴-۱/۳۷» و زورگویی «نسبت شانس: ۱/۵۵ با فاصله اطمینان ۱/۸۲-۱/۳۲» در دانش آموزان بود.

وی افزود: در این مطالعه مشخص شد که مصرف غذاهای ناسالم ممکن است خطر ابتلا به مشکلات ذهنی و رفتارهای خشونت آمیز را در دانش آموزان افزایش دهد.

این محقق بیان کرد: بهبود رفتارها و عادات غذایی در جهت مصرف غذاهای سالم تر شاید به عنوان یک راهکار موثر در جهت ارتقای سلامت ذهنی باشد.

