

عادات استهلاك الوجبات السريعة لدى طالبات جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء شرق المملكة العربية السعودية

نجاة علي العباد

قسم علوم الغذاء والتغذية - كلية العلوم الزراعية والأغذية بجامعة الملك فيصل - الأحساء

(Received: Mar. 19 , 2012)

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على عادات استهلاك الوجبات السريعة لدى طالبات جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء ، كذلك التعرف على عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة وتأثير بعض العوامل فيها ، وقد استخدم المنهج الوصفي وتم اختيار عينة عشوائية عددها ٤١٠ طالبة تراوحت أعمارهن من ١٨ - ٢٣ سنة من ٥ كليات بالجامعة ، وقد روعي في الاختيار المجتمع الكلي ، وجمعت البيانات بتوزيع استمارة تتضمن أسئلة عن البيانات الديموغرافية للطالبة وأسئلة عن عادات استهلاك الوجبات السريعة وعدد مرات تناولها في الأسبوع ، وتم تحليل البيانات عن طريق برنامج (SPSS , ver. 15) الإحصائي . وأشارت النتائج إلى أن طالبات الجامعة يتناولن الوجبات السريعة (٩٩.٥ %) ، لعدة أسباب منها أن شكل وطعم الوجبات السريعة لذيذ (٣٢.٣ %) ولمجرد التغير (٣١.٥ %) ، كما أنهم يتناولن الوجبات السريعة في الغالب في وجبة العشاء (٥٣.٤ %) مع العائلة سواء داخل المنزل أو خارجة (٤٨.٨ %) ، وقد تضمنت أغذية الوجبات السريعة الأكثر استهلاكاً التالي : البطاطس المقلية (٢.٦ مرة/أسبوعياً) والمعجنات بأنواعها (٢.٤ مرة/أسبوعياً) وشطائر الجبن (٢.٢ مرة/أسبوعياً) ، ومن المشروبات الأكثر استهلاكاً : المشروبات الغازية (٢.٦ مرة/أسبوعياً) وعصائر الفاكهة الطازجة (١.٩٧ مرة/أسبوعياً) . وقد اختلف عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة لدى طالبات الجامعة حسب بعض العوامل ، حيث كان الاستهلاك الأعلى للبطاطس المقلية وشطائر الفلافل والناجتس والحلويات الشرقية والدونات لدى طالبات كلية العلوم ، وكان الاستهلاك الأعلى لدجاج البروستد والكباب بأنواعه لدى الطالبات الأرامل والمطلقات ، وكان الاستهلاك الأعلى لشطائر البرجر والكباب بأنواعها لدى الطالبات اللاتي يسكنن في السكن الجامعي ، كما كان الاستهلاك الأعلى لشطائر البرجر والبيتزا والناجتس والباستا لدى الطالبات اللاتي دخلن أسرهن مرتفع ، وبناء على النتائج توصي الدراسة الطالبات بالاهتمام بالتغذية الصحيحة لتلافي إصابتهن بالمشاكل الغذائية ، كما يُقترح على إدارة الجامعة وضع برامج تثقيف غذائي بهدف زيادة وعي الطالبات بأهمية التغذية الجيدة وتحسين عاداتهن الغذائية وتقليل إصابتهن بالأمراض المرتبطة بالتغذية ، وتوفير وجبات وأغذية مفيدة ومناسبة للطالبات (ضمن التغذية الطلابية) .

الكلمات المفتاحية : الوجبات السريعة ، عادات استهلاك الوجبات السريعة ، طالبات الجامعة ، السعودية .

المقدمة

عديدة منها الدراسة التي أجراها (2003) Kerkadi في الإمارات والتي بيّنت أن ٣٤.٩٪ من طالبات الجامعة يتناولن الوجبات السريعة مرة واحدة على الأقل يومياً ، أما دراسة مصيقر وآخرون (٢٠٠٥ أ) والتي أُجريت في البحرين فقد بيّنت أن ٢٣٪ و ١٧.٦٪ و ٢٧.٣٪ من البالغين يتناولون أطعمة الوجبات السريعة مرة ومرتين وثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع على التوالي ، دراسة أخرى أجراها مصيقر وآخرون (٢٠٠٥ ب) في جدة ، وُجد أن ٤٧.١٪ من طالبات المدارس المراهقات يتناولن الوجبات السريعة ١-٣ مرات في الأسبوع ، وأن ٥.٩٪ و ١٦.٢٪ من الطالبات يتناولن الوجبات السريعة يومياً و ٤-٦ مرات في الأسبوع ، وفي جدة أيضاً أجرت شعث (٢٠٠٨) دراسة بيّنت أن ٦٤.٣٪ و ١٥.٦٪ و ١١.٧٪ من طالبات المدارس المراهقات يتناولن الوجبات السريعة ١-٣ مرات و ٤-٦ مرات و ٧ مرات أو أكثر في الأسبوع على التوالي . كما أجرت العباد وحسين (٢٠٠٨) دراسة بيّنت أن ١٤.٢٠٪ من طالبات الجامعة في محافظة الإحساء يتناولن وجبة واحدة أو أكثر من أغذية الوجبات السريعة أو أغذية المطاعم يومياً ، وأن ١٢.٩٩ و ٦.٩٥٪ يتناولن ٣ و ٥ وجبات أسبوعياً على التوالي وأن ٤.٧٤٪ يتناولون ١-٢ وجبة أسبوعياً من هذه الأغذية ، أما دراسة (2009) Al-jobair التي أُجريت في الرياض فقد بيّنت أن ١٨.١٪ و ٢٥.٩٪ من المراهقات يتناولن الوجبات السريعة ٢-٣ مرات وأكثر من ٣ مرات في الأسبوع على التوالي، وأن ٢٥.٥٪ و ٢٨.٣٪ يشربن المشروبات الغازية مرة واحدة يومياً وأكثر من مرة يومياً على التوالي ، دراسة أخرى أجراها (2010) Collison et al في مدارس

يحتاج الإنسان إلى الغذاء من أجل نموه وتجدد أنسجته والمحافظة على صحته والتزود بالطاقة اللازمة لنشاطه ، وتختلف الاحتياجات الغذائية اليومية تبعاً لعدة عوامل منها العمر والجنس ومستوى النشاط والتغيرات الفسيولوجية التي يمر بها الإنسان (حيدر ، ٢٠٠٠) ، فمثلاً تحتاج الفتيات اليافعات إلى الاهتمام بتغذيتهم والحفاظ على الوزن المثالي حتى تُكُن مستعدات لتحمل أعباء الحمل والإنجاب (المدني ، ٢٠٠٥) .

شهد المجتمع الخليجي العديد من التغيرات في الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والصحية ، أدت إلى إحداث تحول في العادات الغذائية ونمط الحياة (مصيقر ، ١٩٩٧) ، فزيادة دخل الأسرة أدى إلى ارتفاع القدرة الشرائية والذي بدوره أدى إلى تغيير السلوك والعادات الغذائية ونقل عادات غذائية جديدة مثل الوجبات السريعة (شعث، ٢٠٠٨) ، وفي السعودية أدت التحولات في العادات والممارسات الغذائية إلى بروز بعض المشاكل الغذائية والصحية بين أفراد المجتمع (الحربي ، ٢٠٠٤) ، وبالرغم من انخفاض نسبة الإصابة بالأمراض الوبائية إلا أن نسبة الإصابة بأمراض الوفرة الغذائية قد زاد في العقود الأخيرة في المملكة العربية السعودية (شوشان، ١٩٩٨) فإننتاج الغذاء لم يعد مشكلة في الكمية لكنها أصبحت في النوعية (المدني ، ١٩٩٨).

ومن التغيرات التي حدثت في العادات الغذائية في المجتمع السعودي والخليجي في العقود الأخيرة انتشار محلات الوجبات السريعة وزيادة الإقبال على الأغذية التي تقدمها هذه المحلات ، وهذا ما بيّنته دراسات

السريعة عالية في محتواها من الطاقة وهي تزود بثلاث المتحصل عليه من الدهون الكلية والدهون المشبعة ، وهذا يرافقه شرب المشروبات الغازية وإهمال تناول الفاكهة وشرب الحليب ، كما أن استهلاك الوجبات السريعة يرافقه انخفاض المتحصل عليه من المغذيات الصغرى .

أجريت أبحاث عديدة درست علاقة استهلاك الوجبات السريعة ببعض الأمراض المزمنة مثل السمنة وضغط الدم المرتفع وارتفاع كولسترول الدم وداء البول السكري ، منها الدراسة التي أجرتها سليمان (٢٠٠٨) في جدة حيث بيّنت أن المصابات بالسمنة يتناولن الأطعمة السريعة أكثر مقارنة بغير المصابات بالسمنة ، وهذا ما استنتجته الدراسات التي أجريت في أمريكا (Duffey et al, 2007; Pereira et al, 2005) ، أما دراسة (Eny (2005 التي أجريت في كندا فقد وجدت أن عدد دخول من لديهم مرض القلب التاجي الحاد ومعدل وفيات هذا المرض أعلى في المناطق التي لديها عدد أكبر من محلات الوجبات السريعة مقارنة بالمناطق التي لديها عدد أقل من تلك المحلات .

دراسات عديدة أجريت في دول عربية وأوروبية وفي أمريكا وجدت أيضاً أن هناك ارتباط قوي بين استهلاك أغذية الوجبات السريعة وزيادة مؤشر كتلة الجسم والسمنة (Piernas and Popkin, 2011 ; BinZall et al .2009 ; Rosenhech, 2008 ; Moreno et al ,2005 ; Bowman and Vinyard , 2004 ; Al-Shammari ,2004 ; Jeffery and French ,1998) ، كما أن الدراسة التي أجراها Alam (2004) وEbbeling et al (2008) بيّنت أيضاً أن المراهقات وطالبات المدارس المصابات بالسمنة يتناولن حصص أكثر من الوجبات السريعة ، لذا فقد دعا (Young and Nestle (2007

الرياض بيّنت أن الطالبات يتناولن البيّترا ١.٤ - ١.٣٤ مرة أسبوعياً ، ويتناولن الآيس كريم ٢.٦٢ - ٣.١ مرة أسبوعياً ، ويشربن العصائر الطازجة ٣.٧٧ - ٤.١ مرة أسبوعياً ويشربن المشروبات الغازية ٦.٠٢ - ٧.١٣ مرة أسبوعياً ، أما الأنواع الدايت فاستهلاكها أقل (٠.٩٢ - ١.١٣ مرة في الأسبوع) ، كما وجد الباحثين أن استهلاك المشروبات الغازية قد ارتبط باختيار الأغذية الفقيرة غذائياً لدى طالبات المدارس .

ويقصد بالأطعمة السريعة " الأطعمة الغربية المنشأ " والتي تتوفر عادة في مطاعم الوجبات السريعة (مصيقر وآخرون ، ٢٠٠٥ أ) ، وقد أصبحت الوجبات السريعة جزءاً مهماً من العادات الغذائية خاصة في وجبة العشاء وكذلك أثناء العطل والإجازات (مصيقر ، ٢٠٠٥ ؛ العباد ، ٢٠٠٧) ، ولا زالت الدراسات متضاربة حول مدى علاقة الأطعمة السريعة بالصحة ، فالأبحاث التي حلّلت القيمة الغذائية لبعض أغذية الوجبات السريعة بيّنت أن محتواها من الصوديوم والكولسترول والدهن والسكر عالي (Musaiger et al., 2008; Mahsson and Helmersson , 2007) ، كما ذكرت بعض الدراسات أن الذين يتناولون الأطعمة السريعة يستهلكون كميات أكبر من الطاقة والدهون والكربوهيدرات والسكر وكميات أقل من الحليب والفواكه والخضراوات (مصيقر وآخرون ، ٢٠٠٥، العباد وحسين ، ٢٠٠٨). كما ذكرت شعث (٢٠٠٨) أن المراهقين يستهلكون نصف احتياجهم من الطاقة اللازمة لهم من الأطعمة السريعة ، وأنهم يفضلون الوجبات عالية الدهون والسعرات وقليلة الألياف . أيضاً بيّنت دراسة (Bowman and Vinyard (2004 أن رُبّع الأمريكيين البالغين يتناولون أغذية الوجبات

طالبات جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء ، كذلك التعرف على عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة وتأثير بعض العوامل فيها .

أدوات الدراسة وطرق العمل

اعتمدت الدراسة في اختيار عينة الطالبات على الطريقة العشوائية للحصول على عينة ممثلة للمجتمع ، واستخدم الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات حيث شمل أسئلة عن اسم الكلية التي تنتمي لها الطالبة ووضعها الاجتماعي ومستوى دخل أسرته ومكان إقامتها ، كما شمل الاستبيان على أسئلة عن عادات استهلاك الوجبات السريعة وعدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة في الأسبوع ، وقد تم توزيع الاستبيان على ٣٠ طالبة لاختبار مدى وضوح الأسئلة ، ثم تم تعديل الاستبيان حسب ملاحظتهن ، وتم توزيع الاستبيان في صورته النهائية على ٥٢٥ طالبة تراوحت أعمارهن ١٨ - ٢٣ سنة من عدد ٥ كليات من جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء ، استجابت منهن ٤١٠ (بنسبة ٧٨.١ %) ، وجرى المسح الميداني في الفترة من مايو - يوليو / ٢٠١٠ م .

التحليل الإحصائية

تم تحليل بيانات الدراسة بواسطة برنامج (SPSS ver. 15) (أبو سريع ، ٢٠٠٤) ، وعرضت النتائج بصورة تكرارات ونسب مئوية ، وتم استخدام تحليل التباين الأحادي واختبار ت لدراسة الفروق بين متوسطات عدد مرات تناول أنواع أغذية الوجبات السريعة حسب بعض العوامل مثل اسم الكلية والوضع الاجتماعي للطالبة ومستوى دخل أسرته ومكان إقامتها ، واعتُبرت العلاقة ذات دلالة إحصائية عندما تكون قيمة الاحتمال تساوي أو أقل من ٠.٠٥ ($P \leq 0.05$) .

محلات الوجبات السريعة لتصغير حجم أصناف الوجبات السريعة . أما دراسة Gerend (2009) فقد بينت أهمية توفير معلومات عن القيمة السريعة لأغذية الوجبات السريعة ، حيث وجدت الدراسة أن توفير هذه المعلومات أدى إلى اختيار طالبات الجامعة لأنواع الوجبات السريعة قليلة السعرات .

أبحاث أخرى درست الأضرار الصحية التي تسببها بعض المكونات الموجودة في الوجبات السريعة مثل مادة الاكريلاميد ، فهذه المادة تتكون عند تعرض أغذية الوجبات السريعة للحرارة العالية أثناء القلي أو الشهي مثل البطاطس المقلي ، وتعتبر مادة الاكريلاميد سم عصبي ومولدة للسرطان في القوارض (سمينه ، ٢٠٠٧) ، وقد درس يوسف وآخرون (٢٠٠٨) تأثير جرعات مختلفة من الاكريلاميد على المقاييس الكيموحيوية والهيماطولوجية وأكسدة الدهون في فئران التجارب ، فُوجِد أن زيادة جرعات الاكريلاميد أدت إلى انخفاض الوزن وزيادة الوزن النسبي للكبد وحدثت زيادة في مستوى اليوريا والكرياتين والبيروبين وانخفاض مستوى الهيموجلوبين ، وخُصت الدراسة إلى أن لزيادة جرعات الاكريلاميد تأثير سلبي على المقاييس الكيموحيوية والهيماطولوجية ونشاط الإنزيمات وأكسدة الدهون ، بالإضافة لما بينت الدراسات السابقة من أضرار فقد يتعرض مستهلكين الأطعمة السريعة لحالات التسمم الغذائي خاصة في موسم الصيف بسبب عدم إتباع متداولي الأغذية في محلات الأطعمة السريعة والمطاعم الاشتراطات الصحية عند تحضيرهم لهذه الأغذية (الشرع ، ٢٠٠٧ ؛ الدقل ، ٢٠١٠) .

ومن هنا تأتي أهمية هذه الدراسة والتي تهدف إلى التعرف على عادات استهلاك الوجبات السريعة لدى

Fast food consumption habits of female students of King Faisal.....

النتائج والمناقشة

بعد إجراء التحاليل الإحصائية، أسفرت النتائج التالية:

أ- بعض الخصائص الاجتماعية والمعيشية للمبحوثات

يوضح جدول (١) بعض الخصائص الاجتماعية والمعيشية لطالبات جامعة الملك فيصل مثل الكلية التي تنتمي لها المبحوثات ووضعهن

الاجتماعي ونوع سكنهن ومستوى دخل أسرهن ومكان إقامتهن.

وبالرجوع للجدول (١) نجد أن ٧٢.٧% من الطالبات غير متزوجات و ٧٨.٨% يسكن مع العائلة (سواء العائلة الصغيرة للمتزوجة أو عائلة غير المتزوجة) ، و ٧٥.٦% يسكن المدينة ، كما تراوح مستوى دخل أسر أغلب الطالبات من ٦٠٠٠ إلى ١٠٠٠٠ ريال شهرياً (٦٠%).

جدول (١) : بعض الخصائص الاجتماعية والمعيشية للطالبات

المتغير	العدد	النسبة المئوية
اسم الكلية	كلية العلوم الزراعية والأغذية	١١٤
	كلية التربية	١٢٩
	كلية العلوم	٩٤
	كلية الدراسات التطبيقية وخدمة المجتمع	٤٠
	كلية الطب	٣٣
المجموع	٤١٠	١٠٠
الحالة الاجتماعية	غير متزوجة	٢٩٨
	متزوجة	٩٤
	أرملة - مطلقة	١٨
المجموع	٤١٠	١٠٠
نوع السكن	السكن مع العائلة	٣٢٣
	السكن الجامعي أو سكن طالبات خاص	٧١
	لم يُحدد	١٦
	المجموع	٤١٠
مكان الإقامة	المدينة	٣٠٧
	القرية	٩١
	الهجرة	٨
	المجموع	٤٠٦*
مستوى دخل الأسرة (ريال / شهر)	أقل من ٣٠٠٠ ريال	٥٢
	من ٣٠٠٠ - أقل من ٦٠٠٠ ريال	٨٣
	من ٦٠٠٠ - أقل من ١٠٠٠٠ ريال	١١١
	أعلى من ١٠٠٠٠ ريال	١٣٥
	المبحوثة لا تعرف مستوى دخل أسرتها	٢٩
المجموع	٤١٠	١٠٠

* عدد ٤ مبحوثات لم يذكرن مكان إقامتهن

ب- عادات استهلاك الوجبات السريعة لدى

طالبات جامعة الملك فيصل

يُشير جدول (٢) إلى أن أغلب طالبات الجامعة يتناولن أغذية الوجبات السريعة (٩٩.٥ %) ، بينما ذكرت ٠.٥ % بأنهن لا يتناولن أغذية الوجبات السريعة ، مع أنهن في الواقع يتناولن هذه الأغذية لكن نادراً ، لذا لم يتم استبعادهن من عينة الدراسة .

أُجريت دراسات عديدة بهدف التعرف على مدى تناول الوجبات السريعة ، منها الدراسة التي أجراها Kerkadi (2003) في الإمارات والتي وجدت أن ٣٤.٩ % من طالبات الجامعة يتناولن الوجبات السريعة مرة واحدة على الأقل يومياً . أما دراسة مصبقر وآخرون (٢٠٠٥ ب) والتي أُجريت في جدة فقد بيّنت أن ٤٧.١ % من طالبات المدارس المراهقات يتناولن الأطعمة السريعة ١-٣ مرات في الأسبوع ، وأن ٥.٩ % و ١٦.٢ % من الطالبات يتناولن الوجبات السريعة يومياً و ٤-٦ مرات في الأسبوع . دراسة أجرتها شعث (٢٠٠٨) في جدة بيّنت أن ٦٤.٣ % و ١٥.٦ % و ١١.٧ % من طالبات

المدارس المراهقات يتناولن الوجبات السريعة ١-٣ مرات و ٤-٦ مرات و ٧ مرات أو أكثر في الأسبوع على التوالي . أما دراسة Racette at al (2005) التي أُجريت في أمريكا فقد بيّنت أن ٥٦ % من طالبات الجامعة يتناولن أغذية الوجبات السريعة الدسمة ٣ مرات أو أكثر في الأسبوع . كما أُجرت العباد وحسين (٢٠٠٨) دراسة بيّنت أن ١٤.٢٠ % من طالبات الجامعة في محافظة الإحساء يتناولن وجبة واحدة أو أكثر من الوجبات السريعة أو أغذية المطاعم يومياً ، وأن ١٢.٩٩ و ٦.٩٥ % يتناولن ٣ و ٥ وجبات أسبوعياً على التوالي وأن ٣٤.٧٤ % يتناولون ١-٢ وجبة أسبوعياً من هذه الأغذية . أما الدراسة التي أجراها Abo-Zeid et al (2009) في الطائف فقد بيّنت أن طالبات المدارس المراهقات يتناولن الوجبات السريعة ٢.٤ ± ٢.١ مرة في الأسبوع . أما الدراسة التي أجراها Collison et al (2010) في مدارس الرياض فقد بيّنت أن استهلاك الوجبات السريعة لدى الطالبات تراوح من ٤.٦٧ - ٥.١٥ مرة أسبوعياً .

جدول (٢) : مدى تناول أغذية الوجبات السريعة ومدى تناول المشروبات معها

المتغير	العدد	النسبة المئوية
مدى تناول أغذية الوجبات السريعة	نعم	٢٠٥
	أحياناً	٢٠٣
	لا	٢
المجموع	٤١٠	١٠٠
مدى تناول مشروبات مع الوجبات السريعة	نعم	٢٩٢
	أحياناً	٨١
	لا	٣٥
	المجموع	٤٠٨

*طالبات لا تتناولن الوجبات السريعة (٠.٥ %)

(٣٤ %) ومناسبة أسعارها (١٥.٣ %) والهدايا الدعائية التي تقدمها المطاعم (٧.٨ %) . وفي السويد بيّنت الدراسة التي أجرتها Mahsson and Helmersson (2007) أن طالبات الجامعة يتناولن الوجبات السريعة لأنها مناسبة وسريعة (في توفرها وتناولها) . أما في الهند فقد بيّنت الدراسة التي أجراها Goyal and Singh (2007) أن الشباب يستهلكون أغذية الوجبات السريعة لبعض الأسباب منها التغير والاستمتاع .

ويشير جدول (٤) إلى بعض الممارسات الغذائية التي تتبعها الطالبات عند تناول الوجبات السريعة ، وهو يُبين أن الوجبات السريعة يتم تناولها في الغالب في وجبة العشاء (٥٣.٤ %) أو في أي وقت (٣٧.٩ %) . وبيّنت النتائج أيضاً أن ٤٨.٨ % من الطالبات يتناولن الوجبات السريعة مع العائلة (داخل أو خارج المنزل) ، وأن ٢٧.١ % يتناولن هذه الأغذية برفقة العائلة أو الصديقات أو أفراد آخرين ، بينما لا تفضل الطالبة تناول الأغذية بمفردها (٥.١ %) ، حيث يتم الأكل في مجتمعنا الخليجي والعربي كمجموعات وليس كأفراد .

النتائج في جدول (٢) بيّنت أيضاً أن ٩١ % من الطالبات يشربن أنواع من المشروبات أثناء تناول الوجبات السريعة (مشروبات غازية وعصائر طازجة ومشروبات الفاكهة) ، وهذه النتيجة توافقت لحد ما مع نتيجة دراسة شعث (٢٠٠٨) التي بيّنت أن ٨٩.٤ % من الطالبات يشربن المشروبات الغازية أثناء تناول الوجبات السريعة .

ويستعرض جدول (٣) أسباب تناول طالبات الجامعة لأغذية الوجبات السريعة ، وهو يُبين أن ٣٢.٣ % من الطالبات يتناولن هذه الأغذية لأن طعمها أو شكلها أو رائحتها تعجبهن ، بينما تتناول ٣١.٥ % هذه الأغذية لمجرد التغير ، كما بيّنت النتائج أن ٢٣ % يتناولن هذه الأغذية لأسباب أخرى مثل ظهور الوجبات السريعة في الإعلانات أو لأن يرافقها هدايا وعروض خاصة ، كما أن بعض الطالبات يتناولن الأغذية لتقليد صديقاتهن .

أجرت شعث (٢٠٠٨) دراسة بجدة بيّنت أن طالبات المدارس المراهقات يفضلن تناول الوجبات السريعة في المطاعم لعدة أسباب ، منها لتغير الروتين اليومي (٤٢.٩ %) وسرعة إعداد الوجبات

جدول (٣) : أسباب تناول طالبات الجامعة لأغذية الوجبات السريعة

النسبة المئوية	العدد	أسباب تناول طالبات الجامعة لأغذية الوجبات السريعة
٣٢.٣	١٣٢	شكلها أو طعمها لذيذ
٣١.٥	١٢٩	لمجرد التغير
٤.٩	٢٠	التعود على تناولها
٢.٩	١٢	تتضمن أصناف متنوعة
٢.٧	١١	لتوفرها ضمن وجبات العائلة
٢.٧	١١	لديها خدمة التوصيل
٢٣.٠	٩٥	أكثر من سبب أو أسباب أخرى
١٠٠	٤١٠	المجموع

جدول (٤) : بعض الممارسات الغذائية المرافقة لتناول الوجبات السريعة لدى طالبات الجامعة

النسبة المئوية	العدد	المتغير
١.٢	٥	في فترة وجبة الفطور
٦.٣	٢٦	في فترة وجبة الغذاء
٥٣.٤	٢١٩	في فترة وجبة العشاء
١.٢	٥	بين الوجبات
٣٧.٩	١٥٥	في أي وقت
١٠٠	٤١٠	المجموع
٥.١	٢١	بمفردها
٢٩.٨	١٢٢	مع العائلة في المنزل
١٩.٠	٧٨	مع العائلة خارج المنزل
١٠.٠	٤١	مع الصديقات في الجامعة
٩.٠	٣٧	مع الصديقات خارج الجامعة
٢٧.١	١١١	أخرى أو أكثر من اختيار
١٠٠	٤١٠	المجموع

• عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة لدى طالبات الجامعة يوضح جدول (٥) عدد مرات تناول طالبات الجامعة لأغذية الوجبات السريعة في الأسبوع ، وهو يُبين أن الأغذية الأكثر استهلاكاً من محلات الوجبات السريعة هي البطاطس المقلية (2.63 ± 2.73 مرة) ، يليها المعجنات بأنواعها وشطائر الجبن ، ثم الباستا وشطائر البرجر بأنواعه والفلافل والبنتزا بأنواعها ، أما الكباب بأنواعه والناجتس فهي أقل استهلاكاً ، ومن الحلويات تُكثر الطالبات من تناول الآيس كريم (1.99 ± 2.10 مرة) ، وأما المشروبات فالطالبات يُكثرن من شرب المشروبات الغازية (2.60 ± 3.08 مرة) ، تليها عصائر الفاكهة الطازجة ومشروبات الفاكهة ، أما مشروبات الدايت ومشروبات الطاقة فهي قليلة الاستهلاك .

بعض نتائج الدراسة توافقت مع دراسة العباد (٢٠٠٧) ، حيث وُجد أن ٤٦.١٨ ٪ يتناولن الوجبات السريعة في وجبة العشاء . أما دراسة شعث (٢٠٠٨) التي أُجريت في جدة فقد بيّنت أن ٨.٢٪ و ١٦.١٪ و ٦٠.٥ ٪ و ١٥.١ ٪ من طالبات المدارس المراهقات يتناولن الوجبات السريعة في وجبة الفطور والغداء والعشاء وبين الوجبات على التوالي ، كما تفضل المراهقات تناول الأطعمة السريعة في المنزل (٣٥.٤ ٪) أو في المطعم (٤٤.٧ ٪) أو خلال التنزه (١٧.١ ٪) . أما الدراسة التي أجراها Mohr *et al* (2007) في استراليا فقد بيّنت أن المراهقين والشباب يتناولون الوجبات السريعة داخل المنزل (٣٩.١ ٪) أو خارجه (١٦.٣ ٪) .

ج- عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة لدى الطالبات وتأثير بعض العوامل المستقلة فيها

Fast food consumption habits of female students of King Faisal.....

جدول (٥) : عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة في الأسبوع لدى طالبات الجامعة

الغذاء أو المشروب	المتوسط \pm الانحراف المعياري
البطاطس المقلية	2.73 \pm 2.73
المعجنات بأنواعها	2.53 \pm 2.40
شطائر الجبن	2.27 \pm 2.22
الباستا	2.08 \pm 1.32
شطائر البرجر بأنواعها	1.54 \pm 1.23
شطائر الفلافل	1.50 \pm 1.13
البيتزا بأنواعها	1.58 \pm 1.10
البروستد	1.25 \pm 0.84
الشورما بأنواعها	1.58 \pm 0.82
السمبوسة	1.42 \pm 0.69
الكباب بأنواعه	1.12 \pm 0.66
الناجتس	1.35 \pm 0.35
الآيس كريم بأنواعه	2.10 \pm 1.99
الحلويات الشرقية	1.62 \pm 0.93
الدونات بأنواعه	1.40 \pm 0.84
المشروبات الغازية	3.08 \pm 2.60
عصائر الفاكهة الطازجة	3.25 \pm 1.97
مشروبات الفاكهة	2.54 \pm 1.73
مخفوق الحليب (ميلك شيك)	1.37 \pm 0.58
مشروبات الدايت	0.99 \pm 0.29
مشروبات الطاقة	0.96 \pm 0.26

١- ٣ مرة لدى ٥٧.٦ % طالبة ، وبلغ عدد مرات تناول المكرونة في الأسبوع ١ - ٣ مرة لدى ٥٣.٤ % ، وبلغ عدد مرات تناول شورما الدجاج في الأسبوع ١ - ٣ مرات لدى ٥٤.٧ % ، أما المشروبات الأكثر استهلاكاً فهي المشروبات الغازية والعصائر الطازجة حيث بلغ عدد مرات شربها مرة يومياً لدى ٤١.١ % و ٢٤.٣ % طالبة على التوالي . أما في الرياض فقد

درست شعث (٢٠٠٨) عدد مرات تناول الأطعمة السريعة لدى طالبات المدارس المراهقات بجدة ، فوجدت أن البطاطس المقلية أكثر الأصناف استهلاكاً ، حيث تتناوله ٢٢.١ % من الطالبات يومياً وتتناوله ٢٣.٤ % و ٤٢ % ٤ - ٦ مرة و ١ - ٣ مرات أسبوعياً على التوالي ، وبلغ عدد مرات تناول الدجاج المقلية في الأسبوع ٤ - ٦ مرة لدى ١٣.٦ % طالبة و

Helmersson , 2007) ومحتواها من المغذيات محدود ، فعدد من الدراسات بيّنت أضرار هذه الممارسات ، حيث ربطت بين كثرة استهلاك هذه الأغذية وزيادة احتمالية الإصابة ببعض الأمراض مثل السمنة (Piernas and Popkin, 2011 ; BinZall et al. 2009 ; Rosenhech ,2008) والتي تعتبر موطن لكثير من الأمراض مثل داء البول السكري والحصوات المرارية (مصيقر وآخرون ، ٢٠٠٧) وأمراض القلب (Eny ,2005 ؛ مصيقر وآخرون ، ٢٠٠٧) والحصوات البولية (العباد والأمير ، ٢٠١٠) .

• تأثير بعض العوامل في عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة

١-تأثير الكلية

لدراسة الفروق بين متوسطات عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة حسب المتغيرات المستقلة ، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي . وتوضح النتائج في جدول (٦) وجود فروق معنوية ($P \leq 0.05$) لعدد مرات تناول البطاطس المقلي والمعجنات وشطائر الفلافل والناجتس والدونات والحلويات الشرقية والمشروبات الغازية حسب متغير الكلية ، وكان أعلى استهلاك لهذه الأغذية لدى طالبات كلية العلوم (البطاطس المقلي وشطائر الفلافل والناجتس والحلويات الشرقية والدونات) ، أما المعجنات فأعلى استهلاك لها كان لدى طالبات كلية الدراسات التطبيقية وخدمة المجتمع ، وبالنسبة للمشروبات الغازية فأعلى استهلاك لها كان لدى طالبات كلية التربية .

بيّنت الدراسة التي أجراها (Collison et al 2010) أن طالبات المدارس يتناولن البيّنزا ١.٤ - ١.٣٤ مرة أسبوعياً ، ويتناولن الأيس كريم ٢.٦٢ - ٣.١ مرة أسبوعياً ، ويشربن العصائر الطازجة ٣.٧٧ - ٤.١ مرة أسبوعياً ويشربن المشروبات الغازية ٦.٠٢ - ٧.١٣ مرة أسبوعياً ، أما الأنواع الدايت فاستهلاكها أقل (٠.٩٢ - ١.١٣ مرة في الأسبوع) ، كما وجد الباحثين أن استهلاك المشروبات الغازية قد ارتبط باختيار الأغذية الفقيرة غذائياً . وفي الرياض أيضاً بيّنت دراسة أحمد وآخرون (٢٠١١) أن ٥٧.٣ % من مرتادين المطاعم في الرياض يتناولون برجر الدجاج ١ - ٣ مرات في الأسبوع ، وأن ٣١.٧ % يتناولون برجر اللحم ١ - ٣ مرات في الأسبوع ، وأن ٥١ % يتناولون بروسند الدجاج ١ - ٣ مرات في الأسبوع . كما أن الدراسة التي أجرتها (Al-Jobair 2009) في الرياض قد بيّنت أن ثلث المراهقين الذكور يشربون المشروبات الغازية يومياً مرة واحدة أو أكثر ، ويزيد تفضلهم لشرب هذه المشروبات عند تناولهم للوجبات السريعة التي يبلغ عدد مرات تناولها في الأسبوع ٢ - ٣ مرات و أكثر من ٣ مرات لدى ٢٩ % و ١٨.٧ % من المراهقين .

نتائج الدراسة الحالية بيّنت أن بعض طالبات الجامعة يتبعن عادات غذائية جيدة مثل شرب العصائر الطازجة ، وعدم الإكثار من استهلاك بعض أغذية الوجبات السريعة الدسمة مثل السمبوسة والناجتس وعدم الإكثار من شرب مشروبات الطاقة، لكنهن يتبعن عادات غذائية غير جيدة مثل تناول البطاطس المقلي والمعجنات الدسمة والحلويات الدسمة وشرب المشروبات الغازية وهي أصناف غنية بالطاقة والسكر والكوليسترول وملح الصوديوم (Musaiger et al ,2008 ; Mahsson and

جدول (٦) : عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة* في الأسبوع لدى طالبات الجامعة حسب الكلية

قيمة الاحتمالية	قيمة ف	الكلية					الغذاء أو المشروب
		كلية الطب	كلية الدراسات التطبيقية	كلية العلوم	كلية التربية	كلية العلوم الزراعية والأغذية	
٠.٠١١	٣.٣٢٧	١.٩ ± ١.٧	٤.٢ ± ٢.٢	٣.٢ ± ٣.٣	٢.٤ ± ٢.٨	٢.٠ ± ٢.٣	البطاطس المقلي
٠.٠٠٣	٤.٠٨٨	٢.٤ ± ٢.٦	٤.٣ ± ٣.٨	٢.٤ ± ٢.٥	٢.٢ ± ٢.١	٢.٠ ± ٢.١	المعجنات
٠.٠٣١	٢.٦٨٦	١.١ ± ٠.٩	١.٣ ± ٠.٩	١.٨ ± ١.٥	١.٦ ± ١.٢	١.٢ ± ٠.٩	شطائر الفلافل
٠.٠٥٠	٢.٣٩٠	٠.٤ ± ٠.١	٠.٨ ± ٠.٣	٢.٥ ± ٠.٧	٠.٧ ± ٠.٣	٠.٦ ± ٠.٢	الناجنس
٠.٠٣٠	٢.٧٠٦	٠.٦ ± ٠.٢	٢.٣ ± ١.١	١.٩ ± ١.٢	١.٧ ± ١.١	١.١ ± ٠.٨	الحلويات الشرقية
٠.٠٠٠	٥.١٥٦	١.٩ ± ٠.٨	١.٢ ± ٠.٩	٢.٠ ± ١.٤	٠.٩ ± ٠.٧	٠.٩ ± ٠.٦	الدونات
٠.٠٤٧	٢.٤٢٨	٣.٨ ± ١.٩	٣.١ ± ٢.٤	٣.٥ ± ٢.٩	٢.٩ ± ٣.١	٢.٦ ± ٢.١	المشروبات الغازية

*المتوسط ± الانحراف المعياري

استهلاكه الأعلى لدى الأرامل والمطلقات ($P \leq 0.05$) (جدول ٧) .

٣-تأثير نوع السكن

وتشير النتائج إلى أن استهلاك معظم أغذية الوجبات السريعة لم يختلف بين الطالبات حسب متغير نوع السكن ($P > 0.05$) ، لكن استهلاك شطائر البرجر بأنواعه والكباب بأنواعه اختلف معنوياً حسب نوع سكن طالبات الجامعة ، فقد كان استهلاكه الأعلى لدى اللاتي يسكن في سكن الطالبات الجامعي ($P \leq 0.05$) (جدول ٨) ، وقد يكون سبب استهلاك طالبات السكن الجامعي لهذه الأصناف إلى تفضيلهن لها أو لتوفرها وسرعة توصيلها لهن (خدمة التوصيل المجاني) .

أما بالنسبة لبقية أغذية الوجبات السريعة فلم يختلف استهلاكها بين طالبات الجامعة حسب الكلية ($P > 0.05$) ، نتائج الدراسة بينت أيضاً أن عدد مرات تناول الوجبات السريعة الأقل كان لدى طالبات كلية الطب وكلية العلوم الزراعية والأغذية (تخصص علوم التغذية) ، وقد يرجع السبب لارتفاع المعرفة الصحية والغذائية لدى طالبات تلك الكليتين والتي اكتسبها أثناء الدراسة .

٢-تأثير الحالة الاجتماعية

وتشير النتائج إلى أن استهلاك معظم أغذية الوجبات السريعة لم يختلف بين الطالبات حسب متغير الحالة الاجتماعية ($P > 0.05$) ، لكن استهلاك البروستد والكباب بأنواعه اختلف معنوياً حسب الحالة الاجتماعية لطالبات الجامعة ، فقد كان

جدول (٧) : عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة* في الأسبوع لدى طالبات الجامعة حسب الحالة الاجتماعية

قيمة الاحتمالية	قيمة ف	الحالة الاجتماعية			الغذاء أو المشروب
		أرملة-مطلقة	متزوجة	عزباء	
٠.٠١٦	٤.١٨١	١.٩ ± ١.٦	٠.٩ ± ٠.٧	١.٣ ± ٠.٨	البروستد
٠.٠١١	٤.٥٩٢	١.٦ ± ١.٣	١.٣ ± ٠.٨	١.٠ ± ٠.٦	الكباب بأنواعه

*المتوسط ± الانحراف المعياري

جدول (٨) : عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة* في الأسبوع لدى طالبات الجامعة حسب نوع السكن

قيمة الاحتمالية	قيمة ت	نوع السكن		الغذاء أو المشروب
		السكن الجامعي	مع العائلة	
٠.٠٠٦	٢.٧٥٩	١.٧ ± ١.٦	١.٣ ± ١.١	شطائر البرجر بأنواعها
٠.٠٣٧	٢.٠٩١	١.٢ ± ٠.٨	٠.٩ ± ٠.٦	الكباب بأنواعه

*المتوسط ± الانحراف المعياري

مقارنة مع المستويات الاقتصادية والاجتماعية الأدنى (Utter et al , 2010) ، كذلك الدراسة التي أجراها Steyn et al (2011) في جنوب أفريقيا قد بينت أن الاستهلاك الأعلى للوجبات السريعة كان لدى ذوي المستوى الاقتصادي العالي .

٥-تأثير مكان الإقامة

وتشير النتائج إلى أن استهلاك معظم أغذية الوجبات السريعة لم يختلف بين الطالبات حسب متغير مكان الإقامة ($P > 0.05$) ، لكن استهلاك شطائر الجبن وشطائر الفلافل اختلف معنوياً حسب مكان الإقامة لطالبات الجامعة ، فقد كان استهلاك شطائر الجبن الأعلى لدى الطالبات اللاتي يسكن المدينة ، أما شطائر الفلافل فقد كان استهلاكه الأعلى لدى اللاتي يسكن الهجر ($P \leq 0.05$) (جدول ١٠) .

٤-تأثير مستوى دخل الأسرة

وتوضح النتائج في جدول (٩) وجود فروق معنوية ($P \leq 0.05$) لعدد مرات تناول الباستا وشطائر البرجر والبتزا والكياب والناجتس حسب متغير دخل الأسرة ، وكان أعلى استهلاك لهذه الأغذية لدى الطالبات اللاتي دخل أسرهن أعلى من ١٠٠٠٠ ريال في الشهر (الباستا وشطائر البرجر والبتزا والناجتس) ، أما الكباب فأعلى استهلاك له كان لدى الطالبات اللاتي دخل أسرهن تراوح من أقل من ٣٠٠٠ - أعلى من ٦٠٠٠ ريال في الشهر، أما بالنسبة لبقية أغذية الوجبات السريعة فلم يختلف استهلاكها بين طالبات الجامعة حسب دخل أسرهن ($P > 0.05$) .

بين المسح الغذائي الذي أجري في نيوزلندا أن الطلاب الذين من مستوى اقتصادي واجتماعي عالي أكثر استهلاكاً للوجبات السريعة والمشروبات الغازية

جدول (٩) : عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة* في الأسبوع لدى طالبات الجامعة حسب مستوى دخل الأسر (ريال / شهر)

قيمة الاحتمالية	قيمة ف	مستوى دخل الأسر (ريال / شهر)				الغذاء أو المشروب
		$10000 <$	$6000 >$	$3000 <$ $6000 >$	$3000 \geq$	
٠.٠١١	٣.٧٦٠	1.8 ± 1.7	2.6 ± 1.3	1.4 ± 1.0	1.2 ± 0.7	الباستا
٠.٠٠٠	٧.٩٠٦	1.5 ± 1.6	1.4 ± 1.0	1.2 ± 0.9	1.2 ± 0.8	شطائر البرجر
٠.٠١٠	٣.٨٤٠	1.4 ± 1.1	1.1 ± 0.9	2.5 ± 1.6	1.1 ± 0.8	الببتزا بأنواعها
٠.٠١٦	٣.٤٧٢	0.8 ± 0.5	1.0 ± 0.6	1.6 ± 1.0	0.9 ± 0.6	الكباب بأنواعه
٠.٠٣٥	٢.٩٠٣	1.0 ± 0.5	0.7 ± 0.1	0.8 ± 0.3	1.1 ± 0.2	الناجتس

*المتوسط \pm الانحراف المعياري

جدول (١٠) : عدد مرات تناول أغذية الوجبات السريعة* في الأسبوع لدى طالبات الجامعة حسب مكان الإقامة

قيمة الاحتمالية	قيمة ف	مكان الإقامة			الغذاء أو المشروب
		الهجرة	القرية	المدينة	
٠.٠٤٦	٣.١٠٥	2.9 ± 1.9	1.9 ± 1.7	2.3 ± 2.4	شطائر الجبن
٠.٠١١	٤.٥٧٠	0.9 ± 2.8	0.2 ± 1.5	0.1 ± 1.4	شطائر الفلافل

*المتوسط \pm الانحراف المعياري

سعادة الدكتورة لمياء عبد الحميد وسعادة الدكتورة حورية ولد يحي وسعادة المحاضرة غادة هادي شيطنة وسعادة المحاضرة فريال أبويشيت .

المراجع

أبو سريع ، رضا عبد الله . (٢٠٠٤) . تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS . دار الفكر ، عمان .

أحمد ، سيف الدين ، أبو طربوش ، حمزة والشيبب ، ناصر (٢٠١١) . نمط الاستهلاك الغذائي وبعض مؤشرات الدهون لبعض الأغذية السريعة المقدمة في بعض المطاعم الوطنية والعالمية

وبناء على النتائج توصي الدراسة الطالبات بالاهتمام بالتغذية الصحيحة لتلافي إصابتهن بالمشاكل الغذائية ، كما يُقترح على إدارة الجامعة وضع برامج تثقيف غذائي بهدف زيادة وعي الطالبات بأهمية التغذية الجيدة وتحسين عاداتهن الغذائية وذلك لتقليل فرص إصابتهن بالأمراض المرتبطة بالتغذية ، وتوفير وجبات وأغذية متوازنة ومناسبة للطالبات (ضمن قائمة التغذية الطلابية) .

شكر وتقدير

تشكر الباحثة كل من ساعدها في تجميع بيانات البحث من خلال توزيع الاستمارة البحثية ، وهن

شعث ، سلمى . (٢٠٠٨) . تناول الوجبات السريعة عند المراهقات في مدينة جدة . المركز العربي للتغذية ، مملكة البحرين .

شوشان ، أ. (١٩٩٨) . الوضع التغذوي في المملكة العربية السعودية . الوضع التغذوي والرقابة الغذائية في مجلس التعاون لدول الخليج العربية، تحرير عبد الرحمن مصيقر وسمير الميلادي . مركز البحرين للدراسات والبحوث . البحرين ، ٢١-١٣ .

المدني ، خالد (١٩٩٨) . الدهون ، الكوليسترول ، أثرها على الصحة والمرض ، الوقاية والعلاج ، مطبعة المدني ، القاهرة .

المدني ، خالد (٢٠٠٥) . التغذية خلال مراحل الحياة . دار المدني ، جدة .

مصيقر ، عبد الرحمن (١٩٩٧) . التغذية في المجتمع وتقييم ومكافحة مشاكل التغذية في المجتمعات العربية ، دار القلم للنشر والتوزيع ، دبي .

مصيقر ، عبد الرحمن ، عجلان ، دانة ، العوضي ، زينب ، خليل ، سارة ، العباسي ، فاتن ، نجم ، فاطمة ، أحمد ، منال ، السعد ، نورة ، وبوشقر ، نيلة (٢٠٠٥ أ) . العادات الغذائية ونمط المعيشة والأمراض المزمنة عند المواطنين البالغين في مملكة البحرين (دراسة ميدانية) . مركز البحرين للدراسات والبحوث . مملكة البحرين .

مصيقر ، عبد الرحمن ، زقزوق ، نسرين والمناعي، مريم (٢٠٠٥ ب) . العادات الغذائية، نمط المعيشة والإصابة بالسمنة عند المراهقات في مدينة جدة ، المملكة العربية السعودية (مقارنة بين المدارس الحكومية والخاصة) . المجلة العربية للغذاء والتغذية ، ٦ (١٣) : ٢٠٥ - ٢١٢)

بمدينة الرياض . مجلة الجمعية السعودية للغذاء والتغذية ، ٦ (٢) : ١٠ - ١٥ .

الحري ، م. (٢٠٠٤) . العوامل الغذائية والمعيشية المرتبطة بالأمراض المزمنة في المملكة العربية السعودية . المجلة العربية للغذاء والتغذية ، (١٠) : ٤٦-٣٨ .

حيدر ، محمد (٢٠٠٠) . الواقع الغذائي لطلبة المدينة الجامعية بجامعة تشرين . المجلة العربية للغذاء والتغذية ، ١ (١) : ٢٠ - ٣٥ .

الدقل ، مسفر (٢٠١٠) . انتشار المكورات العنقودية (Staphylococci) المنتجة للسموم المعوية بين متداولي الأغذية في بعض مطاعم مدينة الرياض. مجلة الجمعية السعودية للغذاء والتغذية، ٥ (١) : ٦٢ - ٧٣ .

سليمان ، نوف (٢٠٠٨) . العوامل الغذائية والصحية المرتبطة بالإصابة بالأمراض المزمنة لدى السيدات السعوديات بمدينة جدة . المركز العربي للتغذية ، مملكة البحرين .

سمينة ، غياث (٢٠٠٧) . الاكريلاميد في أغذية الوضع الراهن . وقائع المؤتمر العربي الثالث للتغذية : الغذاء والتغذية في الوطن العربي ، في ٤ - ٦ / ١٢ / ٢٠٠٧ ، أبو ظبي بالإمارات العربية المتحدة (تحرير عبد الرحمن مصيقر) ، ٦٥ - ٨٥ .

الشرع ، آمال (٢٠٠٧) . دراسة ميكروبية لبعض أغذية الوجبات السريعة المقدمة في بعض مطاعم محافظة البصرة . المجلة العربية للغذاء والتغذية / ملخصات رسائل الماجستير والدكتوراة في مجال الغذاء والتغذية في الجمهورية العراقية ، ١٠ ملحق رقم (١) ٢٠٠٩م : ٩٩ - ١٠١ .

مختلفة من الاكريلاميد على المقاييس
الهيماتولوجية والكيموحيوية وأكسدة الدهون في
فئران التجارب . المؤتمر العربي الأول حول
سلامة صحة وسلامة الغذاء (ملخصات الأوراق
العلمية) ، ٥٦ .

Abo-Zeid, A. , J. Hifnawy and M. Abdelfattah
(2009). Health habits and behaviors of
adolescent school children Taif , Saudi
Arabia . Eastern Med-iterranean Health
Journal . 15 (6) : 1525 – 1534 .

Alam , A. (2008) . Obesity among female
school children in north west Riyadh in
relation to affluent lifestyle .Saudi Medical
Journal . 29 (8) : 1139 – 1144 .

Al-jobair , A. (2009) . Factors associated
with the consumption of carbonated soft
drinks among Saudi adolescents aged 13
– 15 years in Riyadh city . Journal of the
Saudi Society for Food and Nutrition . 4
(2) : 25 – 36 .

Al-Shammari, A. (2004) . The relationship
between food habits , attitudes towards
food and obesity among female student
of Public Authority for Applied Education
and Training in Kuwait . Master Thesis .
Eastern Illinois University , UAS .

BinZall, A., A. Musaiger and R. D`Souza
(2009) . Dietary habits associated with
obesity among adolescents in Dubai ,
UAE . Nutricion Hospitalaria . 24 (4) : 437
– 444 .

Bowman, S. and B. Vinyard (2004) . Fast
Food Consumption of U.S. Adults :
Impact on Energy and Nutrient Intakes
and Overweight Status . J Am Coll Nutr .
23 (2) : 163-168 .

Collison, K., M. Zaidi , S. Sabhani, K. Al-
Rubeaan and M. Shoukri (2010) .
Sugar-sweetened carbonated beverage
consumption correlates with BMI , waist
circumference and poor dietary choices
in school children . BMC Public Health .
10 : 234 . (www.biomedcentral.com)

Duffey , K. , P. Gordon-Larsen , D. Jacobs,
Jr. Williams and B. Popkin (2007) .

Differential associations of fast food and
restaurant food consumption with 3-y
change in body mass index: the

وقائع المؤتمر العربي الثاني للسمنة والنشاط
البدني ، ١٣ - ١٥ / ١٢ / ٢٠٠٥ م) .
مصيقر ، عبد الرحمن (٢٠٠٥) . عاداتنا الغذائية
بين الصواب والخطأ . دورة تدريبية في ٢٢ -
٢٣ شعبان ١٤٢٦ هـ ، الدمام ، المملكة العربية
السعودية .

مصيقر ، ع. ، تكرروري ، ح. ، خاشقجي ، ر. ،
حسن ، ع. ، المدني ، خ. ، المخلاتي ، ج. ،
لبنية ، م. وأبا الخيل ، ب. (٢٠٠٧) ط٢ . أسس
التغذية العلاجية . دار القلم . دبي .

العباد ، نجاه (٢٠٠٧) . الحالة الغذائية لطالبات
جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء . وقائع
المؤتمر العربي الثالث للتغذية : الغذاء والتغذية
في الوطن العربي ، في ٤ - ٦ / ١٢ / ٢٠٠٧ ،
أبو ظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة (تحرير
عبد الرحمن مصيقر) ، ١٤٢ - ١٦٦ .

العباد ، نجاه وحسين ، شادية (٢٠٠٨) . المتناول
الغذائي وعلاقته بالتحصيل الدراسي والذكاء
الوجداني لطالبات جامعة الملك فيصل بمحافظة
الأحساء ، نشرة بحثية رقم (١٦٤) مركز بحوث
كلية علوم الأغذية والزراعة ، جامعة الملك سعود
، ٤٣ - ٥٠ .

العباد ، نجاه والأمير ، منى (٢٠١٠) . العوامل
الغذائية والحياتية المرتبطة بالإصابة بحصوات
المسالك البولية لعينة من المرضى في الأحساء .
مجلة المنوفية للبحوث الزراعية ، ٣٥ (٢) :
٥٩١ - ٦١٧ .

يوسف ، مختار ، الهندي ، حسن ، أبو طالب ، مها
وإبراهيم ، رحاب (٢٠٠٨) . تأثير جرعات
Coronary Artery Risk Development in
Young Adults Study . American Journal of
Clinical Nutrition . 85(1) : 201-208 .

- Ebbeling, C. B. , K. Sinclair , M. Pereira , E. Garcia-Lago, H. Feldman and D. Ludwig (2004) . Compensation for energy intake from fast food among overweight and lean adolescents . *JAMA* . 291 (23) : 2828 – 2833 .
- Eny, K. (2005). The relationship between the supply of fast-food chains and cardiovascular outcomes . *Canadian Journal of Public Health* . 96 (3) 173 – 177 .
- Gerend, M. (2009) . Does Calorie Information Promote Lower Calorie Fast Food Choices Among College Students ? . *Journal of Adolescent Health* . 44 (1) : 84 – 86 .
- Goyal, A. and N. Singh (2007) . Consumer perception about fast food in India: an exploratory study . *British Food Journal* . 109 (2) : 182 – 195 .
- Jeffery, R. and S. French (1998) . Epidemic obesity in the United States : Are fast food and television viewing contributing ? . *American Journal of Public Health* . 88: 277 –280 .
- Kerkadi . A. (2003) . Evaluation of nutritional status of United Arab Emirates University female students . *J Agric Sci*. 15 (2) : 42 – 50 .
- Mahsson, J. and H. Helmersson (2007) . Eating fast food: attitudes of high-school students . *International Journal of Consumer Studies* . 31 (1) : 117 – 121 .
- Mohr, P. , C. Wilson, K. Dunn, E. Brindal and G. Witter (2007) . Personal and lifestyle characteristics predictive of the consumption of fast food in Australia. *Public Health Nutrition*. 10 (12) : 1456 – 1463 .
- Moreno, L. , M. Kersting, S. DeHenauw, M. Gonzalez-Gross, W. Sichert-Hellert , C. Matthys , M. Mesana and N. Rossa (2005). How to measure dietary intake and food habits in adolescence . *The European Prospective International Journal of Obesity* . 29 : 566- 577 .
- Musaiger, A., J. Al-Jedah and R. D'souza (2008) . Proximate, mineral and fatty acid composition of fast foods consumed in Bahrain . *British Food Journal* . 110 (10) : 1006 – 1018 .
- Pereira, M., A. Kartashov , C. Ebbeling , L . Van Horn, M. Slattery, D. Jacobs and D. Ludwig (2005) . Food habits, weight gain, and insulin resistance (the CARDIA study) : 15-year prospective analysis . *The Lancet* . 365 (9453) : 36 – 42 .
- Piernas, C. and B . Popkin (2011) . Food Portion Patterns and Trends among U.S. Children and the Relationship to Total Eating Occasion Size . *The Journal of Nutrition* . 141 (6) : 1159 – 1164 .
- Racette, S., S. Deusinger, M. Strube, G. Hightstein and R. Deusinger (2005) . Wight changes , exercise and dietary patterns during Freshman and Sophomore years of college . *Journal of American College Health* . 53 (6) : 245 – 251 .
- Rosenhech, R. (2008) . Fast food consumption and increased caloric intake: a systematic review of a trajectory towards weight gain and obesity risk . *Obesity Reviews* . 9 (6) : 535 – 547 .
- Steyn, N., D. Labadarios and J. Nel (2011) . Factors which influence the consumption of street foods and fast foods in South Africa-A National survey . 10 : 104 – 115 .
- Utter, J., S. Denny, S. Crengle, S. Ameratuga and T. Clark (2010) . Socio-economic differences in eating related attitudes , behaviors and environments of adolescents . *Public Health Nutrition* . 14 (4) : 629 – 634 .
- Young, L. and M. Nestle (2007) . Portion Sizes and Obesity: Responses of Fast-Food Companies . *Journal of Public Health Policy* . 28 : 238–248 .

FAST FOOD CONSUMPTION HABITS OF FEMALE STUDENTS OF KING FAISAL UNIVERSITY, AL-HSSA PROVINCE, EAST OF THE KINGDOM OF SAUDI ARABIA

Fast food consumption habits of female students of King Faisal.....

Najat A. Alabbad

College of Agricultural And Food Sciences, KFU. Kingdom of Saudi Arabia

ABSTRACT: *This study aims to identify the habits of consumption of fast food by the students of King Faisal University at the province of AL-Hassa, as well as identify the number of times fast food being consumed by those students and the impact of some factors on those habits . The descriptive method was used in this study and a sample consisting of 410 female students aged 18-23 years from 5 different colleges in the university was randomly chosen . The choice of students has taken into account to represent the overall society . The data were collected via distributing forms that includes questions about demographic data for the student and questions about the habits of fast food consumption and the number of fast food meals consumed in a week. Data were analyzed using the statistical program (SPSS, ver. 15) . The results indicated that female university students eat fast food (99.5%), for several reasons, including the shape and taste of fast food being delicious (32.3%) and simply for change (31.5%), and that fast food is often consumed in the evening meal time (53.4%) with the family , both within and outside home (48.8%) , The most consumed fast foods include the following : fried potatoes (2.63 times / week) , pastries (2.4 times / week) and cheese sandwich (2.22 times / week) . The most consumed beverages were soft drinks (2.6 times / week) then fresh fruit juices (1.97 times / week). The number of fast food consumption by students of the university has varied according to some factors ($P < 0.05$) . The consumption was higher for fried potatoes , falafel sandwich , nugets , oriental sweets and donuts by the students of the Faculty of Science , and the consumption of broasted chicken and kabab of all types by the widows and divorcees students . The consumption of burgers and kabab of all types by the students who live in university housing . The highest consumption of burgers , pizzas , nugets and pastas were by the students with higher family income . Based on these results , the study recommends to pay more attention to good nutrition for the university students to avoid various health hazards arising from excessive fast food consumption . The study also suggests to the university administration to adopt special educational programs about nutrition in order to increase the student's awareness of the importance of good nutrition and improve their eating habits and also suggests to the students with healthy and suitable meals .*

Key words: *Fast food , fast food consumption , university female students , Saudi Arabia .*

السيدة أ.د/ نجاة علي العباد

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

Alabbad

أشرف بأن أرسل لسيادتكم نسخة من البحث إلكترونية وذلك بعد تصويبها على رأى المحكمين العلميين ومعدلة بنظام النشر بالمجلة.

برجاء مراجعتها مع تصويب ما ترونه سيادتكم في حالة الحاجة إلى التصويب ثم إرسالها مرة أخرى إلكترونيا حتى يمكن إدراجها ضمن الأبحاث المقبول للنشر بالمجلة .

مع إرسال شيك بالبريد بمبلغ ٢٠٠ دولار أمريكي باسم السيد أ.د/ محمد سمير عراقي عميرة قيمة النشر والتنسيق بنظام المجلة .

وتفضلوا سيادتكم بقبول وافر التحية ،،،

مدير التحرير