



التغير في الغذاء والعادات الغذائية وأثره على صحة الأسرة السعودية

دراسة اجتماعية وصفية تحليلية في مدينة الرياض ١٤٢٦هـ

د. لطيفة عبدالعزيز العبد اللطيف

أستاذ علم الاجتماع المساعد

جامعة الملك سعود

ح جامعة الملك سعود، ١٤٢٨هـ - (٢٠٠٧م).

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

العبد اللطيف، لطيفة.

التغير في الغذاء والعادات الغذائية وأثره على صحة الأسرة

السعودية. / لطيفة العبد اللطيف - الرياض، ١٤٢٨هـ.

٣٥٥ ص؛ ١٧ سم × ٢٤ سم

ردمك: ٨ - ١٥٩ - ٥٥ - ٩٩٦٠

١- التغذية - السعودية ٢- الأغذية والصحة

أ- العنوان

١٤٢٨/٤٣٠٢

ديوي ٦٤١.١

رقم الإيداع: ١٤٢٨/٤٣٠٢

ردمك: ٨ - ١٥٩ - ٥٥ - ٩٩٦٠

حكمت هذا الكتاب لجنة متخصصة، شكلها المجلس العلمي بالجامعة وقد وافق على نشره بعد اطلاعه على تقارير المحكمين في اجتماعه الثامن عشر للعام الدراسي ١٤٢٧/١٤٢٨هـ المعقود بتاريخ ١٤٢٨/٦/٢هـ الموافق ١٧/٦/٢٠٠٧م.

النشر العلمي والمطابع ١٤٢٨هـ



توهيد

نظراً لما نعيشه من طفرات هائلة في كافة مجالاتنا الحياتية وعلى كافة الأصعدة وما يصاحب ذلك من تغيرات سريعة، والغذاء والعادات الغذائية في المجتمع السعودي لا تشذ عن هذه القاعدة؛ وليس هذا فحسب، بل إننا نشهد وضعاً صحياً وغذائياً غير متوازن حسبما تشير إليه الدراسات والمسوحات المعنية بالغذاء والصحة والوعي الصحي. كما أن الجانب والبعد الاجتماعي لهذه المشكلة من المواضيع التي لم تحظى بالاهتمام المطلوب ناهيك عن أن الدراسات والاهتمامات بهذا الجانب شبه معدومة. مما دفع الباحثة إلى ترجمة رسالة الدكتوراه التي حصلت عليها من جامعة هلّ بريطانيا "The Dietary Habits and Health of Contemporary Saudi Families :a Sociological Study in The City of Riyadh 2003" بعنوان: (University of Hull-England) ونشرها في هذا الكتاب. حتى يمكن الاستفادة منها بشكل أكبر لأن مجالها يهم كثيراً من أفراد المجتمع الذين يجدون صعوبة الإطلاع بغير اللغة العربية. كما رأت الباحثة ترجمة الرسالة بتصرف وبأسلوب سهل لم يؤثر على الموضوع ويمكن عامة الناس فهمه والاستفادة منه في حياتهم اليومية حيث كان أسلوب الرسالة موجه إلى فئة متعلمة ومثقفة كلجنة المناقشة وغيرهم.

ولعل دراستنا هذه قسباً ضعيفاً في ظلام دامس لتلمس مسارنا الغذائي وجهداً متواضعاً وإسهاماً في عملية البحث العلمي والتقصي البناء، ومن المعلوم أن العقل

السليم ينشط ويبرز من الغذاء السليم ، وإذا كان انتشار سوء التغذية أمراً متوقِعاً في الدول الفقيرة فإنه غير مقبول حيث يرتفع متوسط الدخل الفردي في المجتمع. وهنا تتجلى أهمية الاهتمام بالغذاء والعادات الغذائية السليمة والوعي الصحي السليم. ولعل هذا يشمل الضمان لتكوين جيل صحي بدنياً. أرجو أن يكون صدور هذا الكتاب حافزاً للقيام بدراسات ميدانية للوضع الغذائي في المجتمع السعودي ومن اللبنة والأسس لعمل خطة غذائية شاملة حديثة تلائم واقعنا الصحي والغذائي مع التأكيد على البعد الاجتماعي على وجه الخصوص.

الباحثة

المقدمة

الغذاء والعادات الغذائية من الممارسات العامة للحياة اليومية في أي مجتمع ولا ترتبط فقط بالحاجات الجسمية بل ترتبط أيضاً بالبيئة الجغرافية والاجتماعية والدينية والثقافية والطبقة الاجتماعية والعادات والتقاليد. لذلك سوف يتناول هذا البحث الجوانب الاجتماعية والثقافية للغذاء والعادات الغذائية، والتغير الذي حدث لها وعلاقة ذلك بالصحة والمرض من منظور اجتماعي، على أساس أن الغذاء والعادات الغذائية تتشكل وترتكز على خلفيات اجتماعية وثقافية متفاوتة من مجتمع إلى آخر وفقاً للمعتقدات الدينية والتقاليد السائدة والظروف البيئية لكل مجتمع، وبالتأكيد فان هناك عوامل عديدة تلعب دوراً كبيراً في تشكيل العادات الغذائية، والكميات المتناولة وطرق تناولها ونظرة الأفراد إلى الطعام مثل: الدخل، الجنس، التعليم، البيئة والخلفية الاجتماعية للأسرة وغير ذلك من العوامل الأخرى.

تشتمل هذه الدراسة على ستة فصول. الفصل الأول يعرض تعريفاً لمشكلة البحث وأهميتها والهدف من دراسة هذا الموضوع وأسباب اختياره والإجراءات المنهجية المستخدمة. أما الفصل الثاني فيتناول نبذة مختصرة عن التغير الاجتماعي والاقتصادي الذي شهده المجتمع السعودي خلال الأربعين سنة الماضية وعلاقة ذلك بالغذاء والصحة. ويتطرق الفصل الثالث باختصار للعوامل المختلفة التي تؤثر على

اختيار الأفراد لطعامهم وعاداتهم الغذائية. في حين أن الفصل الرابع يسلط الضوء على التغييرات التي طرأت على اختيار الأطعمة التي يتناولها الأفراد والعادات الغذائية التي يتبعونها. كما يتطرق الفصل الخامس بإيجاز إلى دور المدارس والجامعات والجهات المسؤولة عن الشؤون الصحية والغذائية في رفع الوعي الغذائي والصحي في المجتمع. ويشتمل الفصل السادس والأخير على عرض خلاصة الدراسة وأهم النتائج التي توصلت إليها والمقترحات والتوصيات في هذا المجال.

ناقشت الدراسة ست عشرة قضية أساسية حيث ساهمت تلك القضايا في صياغة أسئلة الاستبانة والموضوعات الرئيسة للدراسة الميدانية. استخدمت الدراسة منهج المسح الاجتماعي عن طريق العينة التي تم اختيارها عشوائياً من أربعة أحياء في مدينة الرياض هي : العود، الربوة، الورود وسكن أعضاء هيئة التدريس جامعة الملك سعود. بلغ حجم العينة (٣١٠) مبحوثاً من السعوديين المقيمين في هذه الأحياء. والذين يمثلون مختلف الشرائح الاجتماعية من حيث مستوى الدخل والخلفية الاجتماعية والثقافية والتعليمية. الدراسة ذات اتجاه كمي (Quantitative) وقد جمعت البيانات عن طريق الاستبانة التي تم تحليلها باستخدام الجداول البسيطة والمزدوجة واختبار (كا^٢) (Chi - Square) ومقياس ليكرت (Likert - scale) بالإضافة إلى ذلك الاستعانة بمصادر أخرى متنوعة لجمع البيانات كالملاحظة والمقابلة والمراجع المرتبطة بهذا الموضوع.

شكر و عرفان

أشكر الله وأحمده على توفيقه لإنجاز هذا العمل ، كما أشكر جامعة الملك سعود لإبتعائي لدراسة الدكتوراه ، ولطباعة ونشر هذا الكتاب بعد تعريبه من اللغة الإنجليزية ممثلة في عمادة البحث العلمي ومطابع الجامعة. وقبل ذلك لا يسعني إلا أن أشكر البروفيسورة ألسن جميز Allison James المشرفة على الرسالة والتي بسعة صدرها وتوجيهاتها السديدة أوصلت عملي إلى بر الأمان والإتقان ، ومهما شكرتها فلن أوفيها حقها ؛ كما أشكر جامعة هل في بريطانيا لإتاحة فرصة دراسة الدكتوراه والقيام بهذه الدراسة. كما أن الفضل لله ثم لقسمي الذي ساعد على إبتعائي وفي كافة مراحل هذه الدراسة من تشجيع وتوجيهات وإبداء الملاحظات من قسم الرجال والنساء مما جعلني مدينة للقسم وكافة أعضائه بالشكر والعرفان وعلى وجه الخصوص لجنة المعيدين والملتعثين . ثم أن قسم الجغرافيا بكلية الآداب ساهم بإعادة رسم بعض الخرائط لهذه الدراسة ولهم مني الشكر والتقدير خصوصا د. علي عيضة الغامدي. أما مركز البحوث بكلية التربية فلهم مني الشكر لملاحظاتهم القيمة ومساعدتهم بإخراج الإستبانة بشكلها النهائي ومعالجتها بمركز الحاسب الآلي بالجامعة وأخص بالشكر أ. إبراهيم الدريبي.

على حين أن وزارة التخطيط ممثلة بمصلحة الإحصاءات العامة ساعدت على سحب عينة هذه الدراسة من أحياء الدراسة الأربعة فلهم مني الشكر والعرفان وعلى وجه الخصوص الأستاذ مهنا عبد الكريم المهنا لأرشيته وتفانيه في خدمة الباحثين . كذلك الشكر موصولاً لمدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية لمساعدتها اللامحدودة بجمع البيانات ومصادر المعلومات القيمة. كما أنني لا يسعني إلا أن أشكر من كل قلبي مجتهداتي العينة الأفاضل في

حي العود ومسكن جامعة الملك سعود وحي الربوة وحي الورود لحسن إستقبالهم وتشجيعهم وإهتمامهم ومساعدتهم ، فهم بحق لب الدراسة . كما أود أن أشكر البروفسور رشود الشقراوي لتوجيهاته وملاحظاته القيمة ، وكذلك الشكر موصولاً للبروفسور إبراهيم المهيزع كلية الزراعة قسم التغذية . ثم أن وزارة الصحة قدمت لي المساعدة والتوجيه البناء ممثلة بمدير عام التغذية فيها د. محمد الجاسر فله مني الشكر والامتنان . ويجب أن لا أنسى توجيهات واقتراحات البروفسور علي كرار من كلية العلوم الطبية التطبيقية بالجامعة فله شكري وإمتاني . كذلك د. عبد العزيز العثيمين إستشاري التغذية بمستشفى الملك فيصل التخصصي فله شكري وتقديري لمساعدته وتوجيهاته اللا محدودة. وفي أواخر مراحل هذه الدراسة استفدت كثيراً من الأستاذ عبد الرحمن المنصور المسؤول الأساسي لصحة البيئة في بلدية الشمال والمعذر سابقاً والوكيل المساعد لشؤون البيئة بوزارة الشؤون القروية والبلدية حالياً لتوفير أحدث الإحصاءات فأشكر له حُسن صنعه ، أما الهيئة العليا لتطوير مدينة الرياض فإسهاماتها جليلة ومقدرة ولهم مني عظيم الشكر والامتنان. وأخيراً أشكر كل من ساعدني بأي طريقة كانت.

أما على الصعيد الشخصي فإن شكري وتقديري وامتناني اللا محدود لزوجي لبذله كل ما أحجاجة لعملتي هذا من تشجيع وسهر ومساعدة في جمع البيانات وصبره وتتبع كل صغيرة وكبيرة وقبول كافة الصعوبات التي واجهتني بكل رحابة صدر مما يجعلني أجزم أنه لولا مساعدته ووقوفه فإنني لن أستطيع إنجاز هذا العمل ، وفي نفس الوقت أشكر أخي د. صالح العبد اللطيف لمؤازرتي وتشجيعي للبحث والمعرفة وقراءة النص العربي ووقوفه بجانبني منذ بداية هذا العمل حتى انتهائه بدون تحفظ وبلا حدود. وفي الختام إنني مدينة وممتة لأفراد أسرتي على صبرهم وتحملهم وتشجيعهم مما ألهمني وشجعني على إنجاز هذه الدراسة : ريم وريهام ورناء وصالح ومازن كل بطريقته الخاصة.

المحتويات

الصفحة

هـ	تمهيد
ز	المقدمة
ط	شكر و عرفان
١	الفصل الأول
٢	أهمية الدراسة
٢	الهدف من الدراسة
٣	مفاهيم الدراسة
١١	الإطار النظري للدراسة
١٤	الدراسات السابقة حول الغذاء والصحة
٣١	الفصل الثاني : لمحة عن التغير الاقتصادي والاجتماعي في المجتمع السعودي
٥٩	الفصل الثالث : العوامل المؤثرة على الغذاء والعادات الغذائية
١٤٧	الفصل الرابع : التغير في الغذاء والعادات الغذائية
١٩٣	الفصل الخامس : التثقيف الصحي والغذائي
٢٣٩	الفصل السادس : الخاتمة وملخص نتائج الدراسة والمقترحات
٢٥٧	الملحق رقم (١)
٢٦٧	الملحق رقم (٢)
٣٠٧	الملحق رقم (٣)

٣٢١المراجع
٣٤٥ثبت المصطلحات
٣٥٣كشاف الموضوعات

قائمة الجداول

الصفحة

- ٣٤ (٢,١) إنتاج البترول الخام ١٩٦٤ - ١٩٩٩ م
- ٣٥ (٢,٢) ميزانية الدولة في الفترة ما بين ١٩٨٦ - ٢٠٠٠ م
- ٣٧ (٢,٣) النمو السنوي لميزانية التعليم في الفترة ما بين عام ١٩٧٠ - ٢٠٠٠ م
- ٤٠ (٢,٤) نمو القطاع الصحي في الفترة ما بين ١٩٧٠ - ٢٠٠٠ م
- ٤٠ (٢,٥) النمو في المستشفيات والمراكز الصحية في الفترة ما بين ١٩٨٦ - ٢٠٠٠ م
- ٤١ (٢,٦) تطور ميزانية وزارة الصحة في الفترة ما بين ١٤٠٠ - ١٤٢١ هـ
- (٢,٧) تزايد مراجعي المراكز الصحية والمستشفيات للمصابين ببعض الأمراض
- ٤٥ (٢,٨) الشائعة غير المعدية خلال الفترة من عام ١٤١٥ - ١٤٢١ هـ
- (٢,٨) مكونات بعض الأطباق الشعبية في المناطق الوسطى والغربية والشرقية
- ٥١ في كل ١٠٠ جرام
- (٢,٩) توزيع المبحثين حسب اتجاهاتهم وآرائهم في التغير الذي حدث
- ٥٥ للأسرة السعودية
- ٦٧ (٣,١) إجابات المبحثين حسب أنواع الرضاعة المستخدمة
- ٦٩ (٣,٢) إجابات المبحثين حسب نوع الوجبة الغذائية المقدمة للطفل
- ٧٧ (٣,٣) توزيع المبحثين حسب إتباع المرأة الحامل والمرضع نظاماً غذائياً معيناً
- ٨٢ (٣,٤) العلاقة بين العمر ومدى الرغبة في تغيير الغذاء والعادات الغذائية

- ٨٣ العلاقة بين العمر والذهاب إلى المطاعم (٣,٥)
- ٨٤ إجابات المبحوثين حسب ذهاب الآباء والأمهات والأبناء إلى المطاعم (٣,٦)
- ٨٤ المطاعم المفضلة لدى المبحوثين (٣,٧)
- ٨٦ تناول الأطعمة بين الوجبات الرئيسية (٣,٨)
- ٨٨ العلاقة بين النوع والتغير في الغذاء والعادات الغذائية (٣,٩)
- ٩١ العلاقة بين مستوى دخل المبحوثين والتغير في الغذاء والعادات الغذائية (٣,١٠)
- ٩٣ العلاقة بين الدخل والذهاب إلى المطاعم (٣,١١)
- ٩٤ توزيع المبحوثين حسب ذهابهم إلى المطاعم (٣,١٢)
- عدد المطاعم المختلفة والمطابخ الشعبية في مدينة الرياض في الفترة ما
بين ١٩٨٦ - ٢٠٠١ م (٣,١٣)
- ٩٥ أنواع الأطعمة غير التقليدية التي يتناولها المبحوثين (٣,١٤)
- ٩٧ العلاقة بين عدد الأطفال ودخل الأسرة (٣,١٥)
- ٩٩ العلاقة بين دخل الأسرة وشراء الكتب الصحية والغذائية البسيطة
للأطفال (٣,١٦)
- ١٠٠ العلاقة بين السفر للخارج وتغير نظام الغذاء والعادات الغذائية
للمبحوثين (٣,١٧)
- ١٠٢ جوانب التغير في الغذاء والعادات الغذائية نتيجة للسفر إلى الخارج (٣,١٨)
- ١٠٣ وجود العمالة المتزلية لدى المبحوثين (٣,١٩)
- ١٠٦ إجابات المبحوثين حسب إعداد وطهي الطعام للأسرة (٣,٢٠)
- ١٠٨ المستوى التعليمي للمبحوثين (٣,٢١)
- ١١١ العلاقة بين التعليم والتغير في الغذاء والعادات الغذائية للمبحوثين (٣,٢٢)

- ١١٣ (٣, ٢٣) العلاقة بين المستوى التعليمي وقراءة تاريخ صلاحية المواد الغذائية
المعلبة والمحفوظة.
- ١١٤ (٣, ٢٤) العلاقة بين المستوى التعليمي للمبحوثين وقراءتهم للكتب والمجلات
الصحية والغذائية.
- ١١٥ (٣, ٢٥) العلاقة بين المستوى التعليمي للمبحوثين وشراءهم للكتب الصحية
والغذائية البسيطة لأبنائهم.
- ١١٦ (٣, ٢٦) العلاقة بين المستوى التعليمي للمبحوثين والشرب من إناء واحد أثناء
الطعام.
- ١١٧ (٣, ٢٧) العلاقة بين التعليم وإتباع المرأة الحامل والمرضع نظام غذائي معين.
- ١١٩ (٣, ٢٨) العلاقة بين المستوى التعليمي للمبحوثين وتنظيف الأسنان عند الأبناء.
- ١٢٠ (٣, ٢٩) العلاقة بين التعليم وتعقيم الرضاعة الصناعية.
- ١٢٢ (٣, ٣٠) العلاقة بين المستوى التعليمي للمبحوثين وعدد الأطفال.
- ١٢٤ (٣, ٣١) العلاقة بين المستوى التعليمي للمبحوثين ومستوى دخلهم.
- ١٢٦ (٣, ٣٢) مصادر المعلومات الغذائية لدى المرأة السعودية.
- ١٢٨ (٣, ٣٣) أجهزة الطهي التي تستخدمها الأسرة مرتبة حسب أهميتها.
- ١٢٩ (٣, ٣٤) أساليب الطهي المستخدمة لدى المبحوثين.
- ١٣٩ (٣, ٣٥) نوع المنزل في حي العود.
- ١٤١ (٣, ٣٦) نوع المنزل في حي الورود.
- ١٤٢ (٣, ٣٧) مصادر دخل الأسرة.
- ١٤٣ (٣, ٣٨) مستوى دخل المبحوثين.
- ١٤٤ (٣, ٣٩) العمالة المتزلية في أحياء الدراسة.
- ١٥٠ (٤, ١) مقارنة بين الغذاء السعودي في الماضي والحاضر.

- (٤,٢) الاستهلاك اليومي من الطاقة والبروتين والدهون في المملكة خلال
الفترة ما بين (١٩٦١-١٩٩٥م) ١٥٤
- (٤,٣) الوجبة الرئيسية في أحياء الدراسة ١٥٧
- (٤,٤) الأطعمة الرئيسية التي يتناولها المبحوثين ١٥٩
- (٤,٥) استهلاك المبحوثين للفواكه والخضار الطازجة ١٦٣
- (٤,٦) استهلاك الأسرة السعودية للمشروبات المختلفة ١٦٤
- (٤,٧) استهلاك المبحوثين للحلويات ١٦٦
- (٤,٨) مكونات الوجبات الغذائية للمبحوثين في حي العود ١٦٧
- (٤,٩) مكونات الوجبات الغذائية للمبحوثين في حي الورود ١٦٩
- (٤,١٠) مكونات الوجبات الغذائية للمبحوثين في حي الربوة ١٧١
- (٤,١١) مكونات الوجبات الغذائية لسكن أعضاء هيئة التدريس في جامعة
الملك سعود ١٧٣
- (٤,١٢) آراء المبحوثين في التغيير في الغذاء والعادات الغذائية خلال ٤٠ عام ١٧٥
- (٤,١٣) آراء المبحوثين في الاحتفالات والأعياد والمناسبات ١٧٨
- (٤,١٤) آراء المبحوثين عن بعض مظاهر الاحتفالات والمناسبات في المجتمع
السعودي ١٨١
- (٤,١٥) مدى ذهاب المبحوثين للاحتفالات والمناسبات والاجتماعات العائلية ١٨٢
- (٤,١٦) آراء المبحوثين في الغذاء المتوازن ١٨٣
- (٤,١٧) آراء المبحوثين في الغذاء السعودي ومدى قربيه من التوازن ١٨٤
- (٤,١٨) مدى شرب المبحوثين للحليب الطازج دون غلي ١٨٦
- (٤,١٩) آراء المبحوثين في تغيير الغذاء السعودي وأثره على صحة الأسرة ١٨٧
- (٤,٢٠) النتائج غير الصحية المصاحبة لتغير غذاء الأسرة السعودية ١٨٨

- (٤, ٢١) نسبة الأمراض التي يُعاني منها بعض أفراد الأسر المبحوثة ١٨٩
- (٥, ١) آراء المبحوثين في الجوانب الإيجابية في الإعلانات الغذائية..... ١٩٧
- (٥, ٢) أثر الإعلانات الغذائية التلفزيونية على صحة أفراد الأسرة كما يرى
المبحوثين..... ١٩٩
- (٥, ٣) آراء المبحوثين في كيفية تجنب الإعلانات الغذائية غير الصحية ١٩٩
- (٥, ٤) مصادر المعرفة الصحية والغذائية للمبحوثين ٢٠١
- (٥, ٥) مدى مشاهدة وسماع المبحوثين للبرامج الصحية والغذائية في التلفزيون
والراديو..... ٢٠٣
- (٥, ٦) تقييم المبحوثين للبرامج الصحية والغذائية في التلفزيون والراديو ٢٠٧
- (٥, ٧) مدى قراءة المبحوثين للكتب والمقالات الصحية والغذائية في الصحف
والمجلات ٢٠٦
- (٥, ٨) تقييم المبحوثين للمقالات الصحية والغذائية في الصحف والمجلات..... ٢٠٤
- (٥, ٩) مدى تطبيق المبحوثين للإرشادات الغذائية والصحية، واستفادتهم منها ٢٠٨
- (٥, ١٠) مدى شراء المبحوثين للكتب الصحية البسيطة لأطفالهم..... ٢٠٩
- (٥, ١١) مدى إرسال الكتيبات والمنشورات الصحية والغذائية لمنازل المبحوثين..... ٢١٣
- (٥, ١٢) دور المسؤولين الصحيين في التوعية الصحية والغذائية للمواطنين..... ٢١٥
- (٥, ١٣) جوانب القصور في دور الجهات المسؤولة عن التوعية الصحية
والغذائية ٢١٦
- (٥, ١٤) ملاحظات المبحوثين على مطاعم الوجبات السريعة..... ٢١٩
- (٥, ١٥) العلاقة بين التعليم والملاحظات على بعض مطاعم الوجبات السريعة..... ٢٢٠
- (٥, ١٦) آراء المبحوثين في مدى انتشار حالات التسمم الغذائي في المملكة ٢٢٢
- (٥, ١٧) أسباب حالات التسمم الغذائي كما يرى المبحوثين..... ٢٢٣

- ٢٢٧ (٥, ١٨) آراء المبحوثين في الإشراف والمراقبة على المطاعم والبقالات
- ٢٣٠ (٥, ١٩) آراء المبحوثين في دور المدارس في رفع مستوى الوعي الغذائي والصحي للطلاب والطالبات
- ٢٣١ (٥, ٢٠) رأي المبحوثين في أوجه القصور في دور المدارس للنهوض بالوعي الغذائي والصحي للطلاب والطالبات
- ٢٣٦ (٥, ٢١) رأي المبحوثين في أهم الوسائل لرفع الوعي الصحي والغذائي في المجتمع