

پژوهش‌هایی پیرامون مداخله‌های غذایی در دنیا

رویکرد علمی به مداخله غذایی و تاثیر آن بر سلامت یا فرهنگ جامعه موجب استفاده بهتر از این نوع مداخله‌ها است. مداخله بی‌تاثیر صرفاً هزینه‌ای پوچ هدر دادن منابع است. بنابراین بررسی این نوع مداخله‌ها که در جای جای دنیا هم تجربه شده است ضروری است. بسیاری از این نوع مداخله‌ها نتیجه‌بخش و برای بهبود سوء تغذیه یا فقر غذایی مفید بوده‌اند و بسیاری دیگر هم به دلیل آن که ضرورت‌های اجرای چنین طرح‌هایی را رعایت نکرده‌اند نتوانسته‌اند موفق باشند. برای بسیاری از آن‌ها که کودکی‌شان را در سال‌های ابتدایی بعد از جنگ جهانی دوم در انگلیس تجربه کرده‌اند مداخله‌های غذایی با کلاماتی مثل «رفاه» عجین شده اما این رفاه برای‌شان مزه تلخ یک آب پرتقال غیرطبیعی را تداعی می‌کند و مطالعه‌ها نشان می‌دهد که همین مزه نه چندان مطبوع در سنین بزرگسالی تمایل آن‌ها به دولت‌های رفاهی که این‌گونه مداخله‌ها در آن‌ها معمول است را تحت تاثیر قرار می‌داد.

صدوقی یزد

این مطالعه روی دو گروه شاهد و مورد که هر کدام شامل بیش از ۵۰ دانش‌آموز راهنمایی دختر در یزد بوده انجام شده که در آن گروه مورد آموزش‌های مرتبط با مصرف شیر و لبنیات را دریافت کرده است. پژوهش به نتایج زیر رسیده است:

- * آگاهی و نگرش دانش‌آموزان بعد از آموزش درباره مصرف لبنیات به طور چشمگیری افزایش یافته است.
- * عملکرد دانش‌آموزان در مصرف لبنیات قبل و بعد از آموزش تفاوت چشمگیری نداشت.
- * مهم‌ترین دلایل مصرف نکردن شیر در میان دانش‌آموزان «دوست نداشتن»، «مطلوب نبودن بو و مزه شیر»، «حالت تهوع و دل‌درد» بوده است.

- * شغل، تحصیلات و آگاهی پدر در آگاهی و نگرش دانش‌آموزان نسبت به مصرف لبنیات بی‌تاثیر اما درباره مادر بوده تاثیرگذار است.

- * پژوهش برنامه‌های آموزشی را برای بهبود فرهنگ تغذیه‌ای پیشنهاد کرده است و آن را مفید می‌داند.

نکته: با توجه به این که آگاهی و نگرش دانش‌آموزان درباره مصرف شیر افزایش پیدا کرده اما مصرف لبنیات در بین آن‌ها تفاوت چندانی نداشته باید توجه کرد که دلایل اقتصادی و خانوادگی را هم در زمینه عمل کردن به این آموزش‌ها در نظر گرفت.

بررسی وضعیت مصرف انواع شیر در استان آذربایجان غربی و عوامل موثر در سال‌های ۹۲-۱۳۹۱

فاطمه اسفرجانی، گروه تحقیقات سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی غذا و تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی / فاطمه محمدی نصرآبادی، گروه تحقیقات سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی غذا و تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی / مرجان خلفی، گروه تحقیقات سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی غذا و تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی / سکینه نوری سعیدلو، مرکز تحقیقات سلامت مواد غذایی و آشامیدنی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

آرش رشیدی، گروه تحقیقات سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی

پژوهش‌ها به خوبی نشان می‌دهند که چه مواعی بر سر پروژه بزرگی مثل توزیع شیر در مدارس وجود دارد، این پروژه چه تاثیری بر سلامت دانش‌آموزان گذاشته و تا چه حد بر رشد بدنی آن‌ها موثر بوده است، نشان می‌دهد که چه قدر در تغییر فرهنگ غذایی موثر بوده است و لبنیات را به عنوان عناصری مهم در سفره آن‌ها جای داده است، نشان می‌دهد افراد چه ذهنیتی نسبت به توزیع یا مداخله غذایی دارند و نشان می‌دهد که اصلاً این طرح‌ها به طور کلی موفق بوده‌اند یا نه. براساس این یافته‌ها می‌شود درباره چنین طرح‌هایی تصمیم‌گیری کرد، از موانع آن جلوگیری کرد و آن‌ها را به موفقیت رساند.

این کار برای کشوری که پیش از جهش‌های قیمتی یک سال اخیر هم مصرف لبنیات در آن با میانگین‌های قابل قبول فاصله زیادی داشته ضروری‌تر هم هست. قابل حدس است که مصرف شیر و مشتقات آن در یک سال اخیر کم‌تر از گذشته هم شده باشد و این مساله تاثیر مستقیم‌اش را بر سلامت مردم در درازمدت نشان خواهد داد. اما از طرفی محدودیت شدید منابع دیگر امکان کار بدون مطالعه و آزمون و خطا را گرفته است و هر طرح مداخله‌ای مانند توزیع شیر مدرسه بدون مرور مطالعاتی که در این زمینه انجام شده است کاری پریسک و با احتمال بابا نزدیک به هدررفت منابع است.

آن‌چه می‌خوانید نگاهی صرف به بخشی از تحقیقات در دسترس است و واضح است که بسیاری از این تحقیق‌ها در دسترس، قابل مطالعه و قابل ارزیابی هستند. آن‌چه از نتایج و پیشنهادهای این تحقیقات می‌خوانید صرفاً توجه دادن به کارهای علمی است که در این زمینه انجام شده است.

بررسی تاثیر آموزش بر آگاهی، نگرش و عملکرد دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی در مورد مصرف شیر و لبنیات در سال ۱۳۸۶

پژوهش‌گران: دکتر محمود وکیلی، متخصص پزشکی اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد / دکتر محمدحسین باقیان مقدم، گروه بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد / آسیه پیرزاده، گروه بهداشت عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد / محبوبه دهقانی، گروه بهداشت عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهید

زینب احدی، دانشجوی کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد/ لاله نبی‌زاده اصل، دانشجوی کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد/ مریم اکبری، دانشجوی کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد/ دکتر حسن مظفری، گروه تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد/ دکتر آزاده نجارزاده، گروه تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

این پژوهش اثر طرح ملی شیر مدرسه را با مطالعه ۷۰۳ دانش‌آموز دختر دبیرستانی در یزد که ۶ روز هفته به آن‌ها شیر مدرسه داده می‌شد بررسی کرده است. یافته‌های این پژوهش به طور خلاصه این نکات هستند:

* ۶۲٫۷ درصد دانش‌آموزان شیر اهدا شده را مصرف می‌کردند و بقیه آن را مصرف نمی‌کردند.
* از بین دانش‌آموزان که شیر را مصرف می‌کردند ۳۰٫۶ درصد کمتر از سه بار در هفته، ۱۴ درصد بین ۳ یا ۴ بار در هفته و ۵۵٫۲ درصد بیشتر از ۴ بار از این شیر استفاده می‌کردند.

* پژوهش آگاهی ۶۴٫۸ درصد از دانش‌آموزان را متوسط و ۲۷٫۱ درصد آن‌ها را خوب توصیف کرده است.

* پژوهش نگرش ۵۰٫۴ درصد دانش‌آموزان را خوب و ۴۸٫۴ درصد آن‌ها را متوسط توصیف کرده است.

* با وجود آگاهی و نگرش به نسبت مطلوب‌تر، پژوهش عملکرد ۷۹ درصد دانش‌آموزان را ضعیف و ۱۱ درصد را متوسط ارزیابی کرده است.

* اغلب دانش‌آموزانی که شیر را مصرف نمی‌کنند خوش‌طعم نبودن شیرها را دلیل اصلی این کار اعلام کرده‌اند. عدم تحمل داشتن به شیر و ایجاد ناراحتی‌های گوارشی دلیل مهم بعدی است. کیفیت نامطلوب شیرهای توزیع شده و نامناسب بودن زمان توزیع دلایل بعدی هستند.

بررسی مقایسه‌ای تاثیر آموزش بر اساس نظریه‌های فرانظری و رفتار برنامه‌ریزی شده بر میزان مصرف شیر و لبنیات در میان دانشجویان سال ۱۳۹۸

ابوالفضل فرهادی، دکترای تخصصی پرستاری، گروه پرستاری دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیروان

پژوهش روی نمونه‌ای ۳۰۰ نفری از دانش‌آموزان دانشگاه آزاد اسلامی شیروان و به صورت

نیمه‌تجربی و مقطعی انجام شده است. نمونه به

دو گروه مداخله تقسیم و

مطالعه شده

غذا و تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

این تحقیق ۶۵۰ خانوار را در استان آذربایجان غربی و با تفکیک خانوارهای شهری و روستایی را از نظر مصرف شیر و مشتقات آن به صورت مقطعی - توصیفی مطالعه کرده است. مهم‌ترین یافته‌های پژوهش به این شرح هستند:

* ۴۷٫۵ درصد خانوارهای شهری و ۷۱٫۷ درصد خانوارهای روستایی شیر فله مصرف می‌کنند.

* ۱۹٫۸ درصد خانوارهای شهری و ۸٫۶ درصد خانوارهای روستایی شیر پاستوریزه کیسه‌ای مصرف می‌کنند.

* ۱۵٫۸ درصد خانوارهای شهری و ۱٫۱ درصد خانوارهای روستایی شیر پاکتی فرادما مصرف می‌کنند.

* ۰٫۴ درصد خانوارهای شهری و ۰٫۵ درصد خانوارهای روستایی هم از شیر فله و هم از شیر پاستوریزه کیسه‌ای استفاده می‌کنند.

* ۲ درصد خانوارهای شهری از شیرهای پاستوریزه بطری استفاده می‌کنند.

* بیشترین مصرف شیر در میان گروه سنی زیر ۷ سال و بعد از آن گروه سنی بالای ۶۵ سال بوده است.

* گروه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال کمترین مصرف شیر را در میان گروه‌های سنی دیگر دارند.

* مهم‌ترین دلیل مصرف نکردن شیر در خانوارهای شهری «دوست نداشتن شیر» و پس از آن «عدم توانایی مالی» اعلام شده است.

* مهم‌ترین دلیل نخیریدن شیر در خانوارهای روستایی «داشتن گاو» و بعد از آن «دوست نداشتن شیر» اعلام شده است.

* ۷۷٫۹ درصد خانوارهای شهری و ۸۷٫۵ درصد خانوارهای روستایی دارای دانش‌آموز اعلام کرده‌اند که فرزندشان شیر مدرسه را کامل می‌خورد. این ارقام برابر ۸۰٫۸ درصد کل خانوارها است.

* ۹٫۱ درصد خانوارهای شهری و ۳٫۱ درصد خانوارهای روستایی گفته‌اند فرزندشان شیر مدرسه را نصفه می‌خورد و به همین نسبت هم اعلام کرده‌اند که فرزندشان شیر مدرسه را نمی‌خورد.

* دو دلیل عمده مصرف نکردن شیر مدرسه در خانوارهای شهری بوی خاص آن و دل‌درد و حالت تهوع بوده است.

* ۵۴٫۹ درصد خانوارهای شهری و ۲۰٫۲ درصد خانوارهای روستایی گفته‌اند پیش از قطع یارانه شیر یارانه‌ای استفاده می‌کرده‌اند. ۸ درصد این خانوارهای در جامعه شهری و ۱٫۶ درصد

آن‌ها در جامعه روستایی گفته‌اند بعد از قطع یارانه مصرف شیر آن‌ها قطع شده، به ترتیب ۲۳٫۹ درصد و ۴٫۵ درصد گفته‌اند کمتر شده و ۱۹٫۷ درصد و ۱۱٫۶ درصد گفته‌اند تغییری نکرده است.

* میزان مصرف شیر با وضعیت اقتصادی خانوار هم‌بستگی نشان داد اما رابطه‌ای با سطح تحصیلات و شغل سرپرست خانوار نشان نداد.

میزان پذیرش طرح توزیع شیر رایگان و برخی عوامل موثر بر آن در دبیرستان‌های دخترانه شهر یزد سال ۱۳۹۰

با توجه به این که آگاهی و نگرش دانش‌آموزان درباره مصرف شیر افزایش پیدا کرده اما مصرف لبنیات در بین آن‌ها تفاوت چندانی نداشته باید توجه کرد که دلایل اقتصادی و خانوادگی را هم در زمینه عمل کردن به این آموزش‌ها در نظر گرفت





* انرژى روزانه درياقتى با مصرف دو پاكٲ شير در روز ۲۰ درصد و پروٲئين ۱۴ گرم (۴۰ درصد) و درياقت آهن و وٲتامين آ به طرز قابل توجهى افزايش پيدا كرد.

* گروههاىى كه از شير تغذيه شده بودند در طول ۶ ماه نيم كيلوگرم وزن بيشتر و ۰,۴ سانتى متر قد بيشترى نسبت به گروههاى ديگر پيدا كردند.

* به دليل نوعى انگل كم خونى در ۴۵ درصد گروههاىى كه شير بيشترى مصرف كرده بودند ديده شد. اين رقم در گروه كنترل، ۲۹ درصد بود.

* كاهش زيادى در ابتلاى دانشآموزانى كه از شير استفاده كرده بودند به دردهاى شكم يا پايين شكم، سردرد، گيجى و بيمارى مشاهده شد. گلودرد، دردهاى گوش و خستگى هم در طول شش ماه كاهش پيدا كردند.

* عملكرد درسى دانشآموزانى كه در طول ۶ ماه به صورت منظم شير مصرف كرده بودند به طرز قابل توجهى بالاتر از بقيه دانشآموزان بود. آن‌ها سرعت و كارايى بالاترى هم در دقايق پايانى كلاس‌ها و آزمون‌ها از خود نشان مى‌دادند.

* حافظه و يادآورى كلمات و اعداد در ميان دانشآموزانى كه به صورت منظم شير مصرف كرده بودند بالاتر از دانشآموزان گروه كنترل بود.

ارزيابى يك برنامه شير رايجان در مدرسه در نيوزيلند: تاثيرات بر مصرف شير در كودكان و مردم‌شناسى

دكتر سامانتا مارش، موسسه ملى ابداع غذايى، دانشگاه اكلند، نيوزيلند/ دكتر يانان جيانگ، موسسه ملى ابداع غذايى، دانشگاه اكلند، نيوزيلند/ دكتر كارن كارتر، موسسه ملى ابداع غذايى، دانشگاه اكلند، نيوزيلند/ دكتر كليز وال، دانشگاه علوم پزشكى و سلامت دانشگاه اكلند/ سال ۲۰۱۸

مطالعه براى ارزيابى برنامه اهداى شير رايجان به كودكان و با نمونه‌اى از كودكان ۷ تا ۹ سال در نيوزيلند انجام شده است. اين مطالعه در ۹ مدرسه انجام شده و دليل آن كاهش مصرف شير در ميان كودكان با بالا رفتن سن آن‌ها بوده است. نتايج آن به اين ترتيب هستند:

* تفاوت معنادارى در نتايج مداخله غذايى در ميان نژادهاى مختلفى كه در نيوزيلند زندگى مى‌كنند ديده نشد و نتايج مشابه بودند.

* تفاوت معنادارى در نتايج مداخله غذايى در جنس‌هاى مختلف ديده نشد.

* با دنبال كردن كودكان بعد از مداخله تغذيه تا يك يا دو سال افزايش قابل ملاحظه‌اى در مصرف شير حتى بعد از مداخله منظم نسبت به گروه كنترل ديده شد.

* در طول زمان بعد از مداخله افزايش قابل ملاحظه‌اى در تعداد كودكانى كه به استاندارد مصرف شير مى‌رسيدند ديده شد.

* بيش از ۷۰ درصد كودكان اعلام كردند از شير رايجان مدرسه استفاده مى‌كنند و ۹۹ درصد آن‌ها گفتند شير را كامل مصرف مى‌كنند. ۹۶ درصد آن‌ها اعلام كردند طعم شيرى كه به آن‌ها داده مى‌شود را دوست دارند.

* برنامه شير مدرسه در رساندن دانشآموزان به مقادير استاندارد مصرف در نيوزيلند موفق بوده است.

است. نتايج پژوهش به اين ترتيب اعلام شده‌اند:
* مصرف شير بعد از مداخله و آموزش در گروه مشاهده به صورت قابل توجهى افزايش پيدا كرده است.

* مداخله‌ها با دو شيوه TTM (الگوى فرانتزى) و TPB انجام شد و در هر دو گروه مداخله مصرف شير افزايش پيدا كرد.

* مداخله فرانتزى تاثير بيشترى بر تغيير رفتار دانشجويان و افزايش مصرف لبنيات در آن‌ها داشته است.

* مطالعات مداخله‌اى فرانتزى انجام شده از سوى همين نويسنده بيشتر افزايش معنادار در رشد مصرف ميوه و سبزيجات در ميان دانشآموزان متوسطه را نشان داده بود.

بررسى ميزان مصرف شير و فرآورده‌هاى آن در كودكان سنين مدرسه (۶ تا ۱۱ سال) شهر بيرجند سال ۱۳۸۶

فرخ كاهنى، عضو هيات علمى دانشگاه بيرجند/ سيما كاهنى، عضو هيات علمى دانشكده پرستارى و مامايى دانشگاه علوم پزشكى بيرجند/ غلامرضا شريف زاده، كارشناس ارشد اپيدميولوژى، عضو هيات علمى دانشكده پزشكى دانشگاه علوم پزشكى بيرجند/ احمد نصيرى فورگ، دانشجوى دكترى پرستارى و عضو هيات علمى دانشكده پرستارى و مامايى دانشكده علوم پزشكى بيرجند/ محمد اوان، كارشناس آموزش ابتدايى در اين پژوهش ۱۷۷۱ دانش‌آموز مطالعه در شهر بيرجند مطالعه شده‌اند. يافته‌هاى تحقيق به اين شرح هستند:

* ۸,۲ درصد كودكان مصرف شير، ۱۱,۲ درصد مصرف ماست و ۲ درصد مصرف روزانه پنير به طور كلى نداشتند.

* مصرف ميانگين روزانه شير در ۵۵,۱ درصد آن‌ها كمتر از يك ليوان، ۲۶,۵ درصد يك ليوان، ۷,۳ درصد دو ليوان و ۲,۹ درصد بيشتر از دو ليوان بوده است.

* ۵۱,۲ درصد از آن‌ها كمتر از يك ليوان، ۲۶ درصد يك ليوان، ۸,۴ درصد دو ليوان و ۳,۲ درصد بيشتر از دو ليوان ماست روزانه مصرف مى‌كنند.

* ۲۶,۷ درصد تا ۱۲ گرم پنير، ۱۶,۹ درصد ۱۸ گرم، ۳۲,۲ درصد ۲۵ گرم و ۲۲,۲ درصد ۳۰ گرم پنير مصرف مى‌كنند.

* بين مصرف لبنيات و جنس دانشآموزان ارتباط معنادارى وجود داشت. مصرف شير و پنير روزانه در پسران و مصرف ماست در ميان دختران بيشتر بود.

* مصرف لبنيات در كودكان ۶ تا ۱۱ سال بيرجند بسيار پايين‌تر از استاندارد بود و بيشتر از ۶۰ درصد آن‌ها مصرفى پايين‌تر از يك ليوان شير داشتند.

تاثير مصرف شير بر عملكرد و سلامت دانشآموزان ابتدايى در مناطق روستايى و يتنام سال ۲۰۰۹

دكتر دو تى كيم لين، موسسه ملى مواد معدنى هانوى و يتنام/ دكتر بوى تى نيونگ، موسسه ملى مواد معدنى هانوى و يتنام/ دكتر له تى هوپ، موسسه ملى مواد معدنى هانوى و يتنام/ انگوين تى كوينه انگا، داچ ليدى و يتنام هوشى مينه و يتنام/ انگوين تى هانگ، داچ ليدى و يتنام هوشى مينه و يتنام/ دكتر جريون كيرز، تحقيقات غذايى نيزو، هلند/ دكتر ياماموتو شيجيرو، دانشگاه علوم و انسانيات اوكانوميزو، توكيو ژاپن/ دكتر روب ته بيسه كه، فريلاند كامپينا هلند

در اين پژوهش تاثير مصرف شير بر ۴۵۴ دانش‌آموز ۷ تا ۸ ساله در مناطق روستايى و يتنام بررسى شده است. اين كار با تغذيه شير و در واقع مداخله تغذيه‌اى رد طول شش ماه انجام شده است. يافته‌ها به اين شرح هستند: