



ربطت دراسة أسترالية جديدة احتساب المراهقات السعرات الحرارية في الطعام، وتضويت الموجبات، وإتباع وسائل أخرى للحمية الغذائية بمشاكل أسرية أو أعراض اكتئابية لديهن. وقال أدريان بي. كيلي من جامعة كوينزلاند الذي شارك في البحث، لرويترز في رسالة بالبريد الإلكتروني: "هناك العديد من العوامل المرتبطة بإتباع أنظمة غذائية غير متوازنة، بما يشمل التفاعل الاجتماعي مع الأقران ووسائل الإعلام والوالدين أو الأسرة".

وأضاف "هذه الدراسة تلقي نظرة على الأجواء العاطفية للأسر كسبب ضمني لإقبال الفتيات على أنظمة غذائية ضارة". وأشار كيلي إلى أن في أستراليا نحو 39 بالمئة من المراهقات، و13 بالمئة من المراهقين، يتبعون حمية غذائية متوسطة المخاطر أو عالية المخاطر.

وأجرى الباحثون المسح، الذي شمل 4 آلاف فتاة، تتراوح أعمارهن بين 11 و14 عاما، في 231 مدرسة في ثلاث ولايات أسترالية. وأجابت الفتيات على استبيان عن ممارسات محددة، شملت احتساب السعرات الحرارية، وتقليل كميات الطعام في الوجبات أو تضويت الوجبات بالكامل، وقيم الاستبيان تكرار هذه الممارسات لديهن على مقياس بدأ من "نادرا/أبدا" وتدرج حتى "دائما تقريبا".

كما أجابت الفتيات على استبيان آخر عن المزاج والمشاعر لتوصيف مدى قربهن من آبائهن وأمهاتهن، وشمل الاستبيان ثلاثة مؤشرات على المشكلات الأسرية مثل توجيه أفراد الأسرة إهانات لبعضهم البعض أو الصراع في وجه أحدهم الآخر. ووفقا لنتائج الدراسة التي نشرت في دورية عادات الغذاء (إيتينغ بيهيفيزرز) فمن كانت لديهن مستويات مرتفعة من المشكلات الأسرية كن الأكثر عرضة لإتباع الحمية الغذائية، وبدا أن الشعور بالاكئاب يفسر جزءا على الأقل من هذا الرابط.

كما اهتمت الدراسة بتأثير موعد البلوغ وأوضاع الفتيات الاجتماعية والاقتصادية المعتمدة على وظائف الوالدين. وأظهرت أن الفتيات المنتميات لمستوى اجتماعي واقتصادي أكثر انخفاضا والملائي بلغن مبكرا في سن 11 أو أصغر معرضات أكثر من غيرهن لإتباع الحمية. وأوضح كيلي أن "تلك الدراسة تشير إلى الفائدة المحتملة من معالجة الظروف الأسرية الضاغطة، والعمل على إيجاد سبل للحد من التأثير السلبي لها على الصحة النفسية للأبناء".

لكن الباحثين أشاروا إلى أن تلك الدراسة تأخذ في اعتبارها كل سبب على حدة، وبالتالي فلا يمكنها أن تحدد ما إذا كانت المشكلات الأسرية أو الاكئاب يتسببان بشكل مباشر في ممارسات غذائية غير سليمة، لكنها تشير فقط إلى أن الأمرين مرتبطان بدرجة ما.

عين الجمهورية