

الگوی مصرف میان وعده در بین دانش آموزان استان خراسان شمالی

سیمین فروغ زاده

مربی پژوهش و عضو هیات علمی گروه پژوهشی علوم اجتماعی جهاد دانشگاهی مشهد

E-mail: (foroughzadeh.simin@gmail.com)

چکیده

هدف این مطالعه شناسایی کم و کیف مصرف مواد خوراکی موجود در فروشگاههای مدارس توسط دانش آموزان است. این تحقیق که به روش مقطعی و شیوه پیمایشی انجام شده است، واحد تحلیل آن فرد (دانش آموزان) بوده و از ابزار پرسشنامه پس از تأمین روایی محتوی و بیرونی و همچنین پایایی، برای جمع آوری داده ها استفاده شده است. جامعه آماری کلیه دانش آموزان پایه آخر دوره های سه گانه تحصیلی (دبستان، راهنمایی و دبیرستانهای دوره های روزانه) در شهرهای بجنورد، اسفراین، شیروان بوده که با استفاده از طرح نمونه گیری خوشه ای و فرمول نمونه گیری طبقه ای با تخصیص متناسب، تعداد ۴۹۰ نفر از دانش آموزان به عنوان نمونه انتخاب شدند.

نتایج بیانگر آن بود که نیمی از دانش آموزان (۵۴ درصد) در مدت حضور روزانه در مدرسه، تنها یک بار به بوفه مدرسه مراجعه نموده و خوراکی خریده اند و نزدیک به ۲۰ درصد نیز هرگز از بوفه خریدی نداشته اند. در میان آن دسته از دانش آموزانی که خرید نموده اند، نیمی (۵۲ درصد) عمده ترین دلیل خرید خوراکی را از بوفه مدرسه، رفع گرسنگی اعلام کرده اند و عمده ترین دلیل اعلام شده از سوی دانش آموزانی که از بوفه خریدی نداشته اند (۳۲ درصد)، تنوع کم محصولات بوده است. در میان گروهی که از بوفه خرید داشته اند، اکثریت (۵۶/۸ درصد) در حد متوسطی خرید نموده اند. از طرف دیگر نسبت دانش آموزانی که به میزان اندکی از بوفه خرید می کنند (۳۱/۵ درصد) حدوداً سه برابر دانش آموزانی است که به میزان زیادی از بوفه خرید می کنند (۱۱/۷ درصد). همچنین نتایج نشان داد که در خصوص نوع کالای خریداری شده نیز اکثریت (۷۵/۳ درصد) از بوفه مدرسه کیک می خرند. پس از آن خرید آب میوه در بین دانش آموزان (۳۳/۲) رواج دارد و در رده سوم نیز ۲۲/۲ درصد نیز اظهار داشته اند که از بوفه مدرسه بیسکویت می خرند. همچنین در این تحقیق وجوه تشابه و تمایز کم و کیف مصرف دانش آموزان از مواد خوراکی موجود در فروشگاههای مدرسه بر حسب متغیرهای دیگر مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج نشان داد بین متغیرهای میزان استفاده از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه و متغیرهای شهر محل تحصیل، جنسیت، شغل والدین، میزان پول توجیبی، تفاوت معنی داری وجود ندارد. یعنی دانش آموزان با وجود تفاوت در متغیرهای فوق، به میزان مشابهی از مواد موجود در بوفه مدرسه استفاده می نمایند. همچنین مشخص شد ارزیابی دانش آموزان از فروشگاه مدرسه، دوره تحصیلی، انتظارات دیگران مهم (والدین، معلم های مدرسه، دوستان) و پاداش مصرف، در میزان مصرف مواد خوراکی توسط دانش آموزان از بوفه مدرسه سهم دارند و آن را کم و یا زیاد می کنند.

واژه های کلیدی: مواد خوراکی، بوفه های مدارس، دانش آموزان، خراسان شمالی

مقدمه

به عقیده متخصصان، تغذیه مساله ای چند لایه است که از ابعاد مختلف قابل بررسی است. در سطح کلان با محاسباتی نشان داده شده است که سوء تغذیه دوران کودکی می تواند عواقب ناخوشایندی را به دولت ها تحمیل کند. محققان این حوزه سعی کرده اند به سیاستگذاران نشان دهند که به عواقب ناشی از سوء تغذیه بنگرند و با طراحی برنامه های پیشگیری، نسل آتی را از رکود و عقب ماندگی برهانند [۱]. به عقیده آنها توجه به کمیت و کیفیت غذا و داشتن برنامه غذایی متعادل در دوران کودکی و نوجوانی عامل پیشگیری از بروز اغلب بیماری های خطرناک و غیر قابل درمان در آینده است. به همین دلیل مساله تغذیه در این سنین در بسیاری از کشورها در صدر اولویت های بهداشتی و سلامت قرار گرفته است [۲]. به همین دلیل الگوی تغذیه سالم در دوران کودکی و نوجوانی و بخصوص دوران تحصیل نسبت به سایر مقاطع زندگی اهمیت بیشتری دارد [۳]. غذا بخش ضروری زندگی در مدرسه است و نقش مهمی را در این دوران بازی می کند. ایجاد عادات سالم غذایی نه تنها در این برهه از زندگی مهم است بلکه عامل مهم تندرستی در بزرگسالی نیز هست [۴]. ایرنا کسر (Irena keser) و همکارانش نیز ضمن تاکید بر این اینکه خوراک ریشه بسیاری از بیماریهاست که تا مدتها می تواند در زندگی پنهان باشد به این نکته می پردازند که عادت غذایی و انتخاب غذا در کودکی و جوانی تثبیت می شود و تا حد مشابهی در سنین بزرگسالی باقی می ماند [۵].

در حقیقت با گذر از کودکی به بزرگسالی، شیوه زندگی از جمله الگوی غذایی نوجوانان از جهات مختلفی تغییر می کند که ناشی از آزادی بیشتر این گروه سنی در قدرت خرید و پول توجیبی بیشتر برای تهیه غذا، میان وعده ها و گرایش به صرف وقت بیشتر با همسالان و الگو برداری از آنهاست که به مرور تثبیت می شود [۶]. این عادات غذایی شکل گرفته با موفقیت تحصیلی دانش آموز رابطه دارد. به نظر میشل فلورانس (Michelle Florence) تغذیه در کنار مجموعه ای از عوامل دیگر اعم از جنسیت، قومیت، کیفیت مدرسه، عوامل اقتصادی و اجتماعی و... موفقیت تحصیلی را تحت تاثیر قرار می دهد. نتایج تحقیقات نیز موید این امر است که بچه هایی که دچار سوء تغذیه هستند، موفقیت تحصیلی کمتری دارند و پیامدهای تحصیلی منفی نظیر تاخیر در ثبت نام، تجدید پایه تحصیلی، ترک تحصیل و... در مورد آنها بیشتر است [۷]. هوارد تاراس (Howard Taras) ضمن تایید این موضوع به این نکته می پردازد که متخصصان تندرستی سالهاست که با شواهد مختلف سعی در نشان دادن ارتباط مهم بین تغذیه و توانایی در یادگیری داشته اند و نشان داده اند که این امر می تواند گام اولیه منطقی در توسعه برنامه های خدمات غذایی مدرسه، نظارت بر برنامه های آموزشی تغذیه، راهنمایی والدینی که بچه های مدرسه رو دارند، باشد [۸].

بی شک پیروی از الگوی غذایی سالم ضمن اینکه بر یادگیری و موفقیت تحصیلی تاثیر دارد، از آن حیث مهم است که در هیچ دوره ای از تکامل، نیاز انسان به انرژی به اندازه دوره بلوغ و نوجوانی نیست [۹]. دوران بلوغ نه تنها با رشد جسمی و تغییرات خلق و خو و تحولات عاطفی و روانی همراه است، بلکه حذف بعضی از وعده های غذایی، علاقه به مصرف تنقلات، غذا خوردن خارج از منزل و مصرف غذا های غیر خانگی از ویژگی های عادات غذایی دوران نوجوانی است که به نظر می سدماتر از خانواده، دوستان و رسانه های جمعی باشد [۱۰]. عادات و الگوی غذایی کودکان در ابتدا فقط تحت تاثیر محیط خانواده است، ولی همگام با ورود آنها به مدرسه به دلیل اینکه وقت بیشتری را دور از خانه و نظارت مستقیم والدین سپری می کنند، دستخوش دگرگونی می شود و بسیاری از عادات غذایی درباره "چه خوردن" و چگونه خوردن" را از محیط بیرون از خانه کسب می کنند. از آنجا که وعده های اصلی غذایی عموماً با حضور والدین صرف می شود، میان وعده ها به عنوان وعده هایی که در آن کودک آزادی و استقلال بیشتری برای انتخاب خوراکی های مورد علاقه خود دارد، اهمیت پیدا می کند. مطالعات محدودی به طور پراکنده در ایران به بررسی وضعیت دریافت میان وعده در بین دانش آموزان پرداخته اند که حاکی از نامناسب بودن الگوی مصرف میان وعده ها و تنقلات و خوراکی های کم ارزش در آنهاست. مطالعه ای در خرم آباد لرستان نشان داد که ۲۰ درصد کودکان مورد بررسی از تنقلات کم ارزش استفاده می کردند [۱۱]. نتایج تحقیق دیگری بر روی دانش آموزان تهرانی بیانگر آن بود که ۱۴.۲ درصد دانش آموزان از غذاهای غیر مجاز در مدرسه تغذیه می کردند [۱۲]. تحقیق انجام شده در قزوین نیز بیانگر آن بود که ۱۶.۸ درصد از دانش آموزان انواع مختلفی از غذاهای غیر مجاز را از بوفه تهیه کرده اند [۱۳].

۱. میان وعده های غذایی (refreshment)، نوعی از غذا یا نوشیدنی است که باعث تجدید قوای بدن می شود [۱۴] و در تعریف جامع تری از آن به ماده غذایی آماده برای خوردن، اطلاق می شود که استفاده از آن آسان و اقتصادی است و برای برطرف ساختن سریع احساس گرسنگی یا تشنگی در دسترس افراد قرار می گیرد. این مواد به صورت سرد، گرم، جامد یا مایع با بسته بندی های یک نفره یا خانوادگی عرضه می گردند [۱۵].

باتوجه به اهمیت دریافت های غذایی و سهم میان وعده ها در تامین نیازهای تغذیه ای و سلامت دانش آموزان و با در نظر گرفتن این مساله که تاکنون مطالعه ای در زمینه بررسی میزان و چگونگی استفاده دانش آموزان دوره های مختلف تحصیلی از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه نشده است. این تحقیق با دستیابی به چنین هدفی انجام شده است و سعی کرده است که رفتار غذایی در زمینه مصرف مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه توسط دانش آموزان را مورد سنجش قرار دهد.

مواد و روش کار

این پژوهش یک مطالعه مقطعی و توصیفی محسوب می شود و از آنجا که در دسته پژوهش های پیمایشی قرار دارد، ابزار اصلی اندازه گیری برای کم و کیف استفاده دانش آموزان از مواد خوراکی موجود در بوفه مدارس و همبستگی احتمالی با سایر متغیرهای دیگر، پرسشنامه محقق ساخته طراحی شد و برای سنجش متغیر محوری پژوهش "میزان استفاده دانش آموزان از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه" موارد در نظر گرفته شده عبارت بودند از: میزان مراجعه به بوفه، چگونگی تهیه خوراکی از فروشگاه، میزان پول پرداخت شده، میزان و نوع مصرف میان وعده روزانه در مدرسه، ترجیحات خرید و مصرف مواد خوراکی، نوع مصرف میان وعده های غذایی (مجاز و غیر مجاز) همچنین سایر متغیرهای مورد سنجش نیز در ابزار فوق الذکر عبارتند از: دیدگاه دانش آموزان نسبت به بوفه مدرسه، انتظارات دیگران مهم (معلمان، والدین، دوستان) و متغیرهای پیشینه ای اعم از میزان پول توجیبی، خوردن یا نخوردن ناهار/صبحانه، شغل والدین، بعد خانوار، جنسیت، دوره تحصیلی، رتبه فرزندی و...

و از آنجا که در هر سنجش با وجود دقت در ابزار سنجش، باز هم میزانی از خطا وجود دارد که آن را خطای سنجش می نامند لذا محقق باید این خطا را کاهش دهد و کیفیت سنجش خود را ثابت کند. لازمه این کار به اثبات رساندن روایی و پایایی در مسیر انجام تحقیق است به همین دلیل در این مرحله پس از ساخت ابزار، به منظور تعیین روایی محتوایی (content validity) از شیوه توافق داوران استفاده گردید و ابزار مزبور در اختیار محققان و اساتید دانشگاه با تخصصهای مختلف مربوط به موضوع قرار داده شد و محرز شد که پرسشنامه تحقیق کلیه متغیرهای موجود در پژوهش را پوشش می دهد. همچنین برای بررسی پایایی (Reliability) پرسشنامه از ضریب آلفای کربنباخ استفاده گردید. جامعه آماری تحقیق نیز کلیه دانش آموزان پایه آخر دوره های سه گانه تحصیلی درسه شهر استان خراسان شمالی (بجنورد، اسفراین، شیروان) بوده اند که طبق سالنامه آماری بهار ۸۶ در اداره طرح و برنامه سازمان آموزش و پرورش خراسان شمالی تعداد کل دانش آموزان در جامعه آماری مورد بررسی بالغ بر ۱۷۹۶۸ نفر بود که از این تعداد در مجموع ۴۹۰ دانش آموز به عنوان نمونه ای معرف با استفاده از فرمول نمونه گیری طبقه ای با تخصیص مناسب بدست آمد.

طرح نمونه گیری به صورت خوشه ای انجام گردید با این توضیح که واحد نمونه گیری در مرحله اول (مدارس) و در مرحله دوم (دانش آموز) بوده است. بدین ترتیب ابتدا تعدادی مدرسه از کل مدارس درسه دوره تحصیلی با در نظر داشتن جنسیت دانش آموزان (دخترانه/پسرانه) و توزیع مدارس در مناطق مختلف جغرافیایی شهر (شمال/جنوب/مرکز/شرق/غرب)، به عنوان خوشه ای از دانش آموزان انتخاب شد و در مرحله بعد، از هر خوشه (مدرسه) تعدادی دانش آموز (واحد های نمونه)، به صورت تصادفی انتخاب شدند که پاسخگوی پرسشنامه بودند. تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع آوری شده نیز به کمک آمار توصیفی (شاخص های مرکزی و پراکندگی) صورت گرفت و با در نظر داشتن سطح سنجش متغیرها از آزمونهای مناسب آماری (کی دو، کراسکال والیس، یومان ویتنی) استفاده شد.

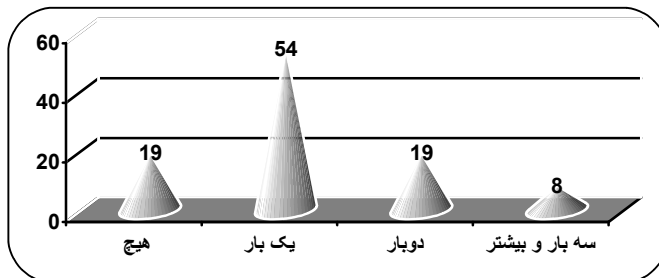
بحث و نتایج

۱. نمایی از نمونه مورد بررسی

از مجموع ۴۹۰ نفر از دانش آموزان مورد بررسی، اکثریت (۴۲/۹ درصد) ساکن شهر بجنورد بوده اند، ۲۲/۲ درصد در شهر اسفراین و ۳۴/۹ درصد نیز در شهر شیروان اقامت داشته اند. دانش آموزان به ترتیب در دوره ابتدایی (۳۷/۸ درصد)، دبیرستان (۳۱/۲ درصد) و در دوره راهنمایی (۳۱ درصد) پاسخگوی سوالات پرسشنامه بوده اند. در نمونه مورد بررسی ۴۴/۷ درصد را دانش آموزان دختر و ۵۵/۳ درصد را پسرها تشکیل داده اند. اکثریت دانش آموزان شغل مادرشان (۸۴/۲ درصد) خانه داری بوده و نزدیک به نیمی از آنها (۴۹/۱ درصد) نیز پدرشان شغل آزاد داشته است.

۲. کم و کیف مصرف دانش آموزان از مواد خوراکی موجود در فروشگاه مدرسه

در این تحقیق همانگونه که در نمودار نیز مشاهده می شود نیمی از دانش آموزان (۵۴ درصد) در مدت حضور روزانه در مدرسه، تنها یک بار به بوفه مدرسه مراجعه می کنند و خوراکی می خردند و نزدیک به ۲۰ درصد نیز هرگز از بوفه خریدی نداشته اند.



نمودار شماره (۱) دفعات خرید روزانه خوراکی از بوفه مدرسه

همچنین نتایج نشان می دهد که اکثریت قریب به اتفاق دانش آموزان (۵۶/۸ درصد) در حد متوسطی از خوراکیهای موجود در مدرسه خرید می کنند از طرف دیگر نسبت دانش آموزانی که به میزان اندکی از بوفه خرید می کنند (۳۱/۵ درصد) حدوداً سه برابر دانش آموزانی است که به میزان زیادی از بوفه خرید می کنند (۱۱/۷ درصد).

در زمینه نوع مواد خوراکی خریداری شده نیز این نتیجه بدست آمد که اکثریت دانش آموزان (۷۵/۳۰ درصد) از بوفه مدرسه کیک می خردند. پس از آن خرید آب میوه در بین دانش آموزان (۳۳/۲ درصد) رواج دارد و در نهایت ۲۲/۲ درصد نیز اظهار نموده اند که از بوفه مدرسه بیسکویت می خردند اکثریت دانش آموزان (۵۲ درصد) دلیل اصلی خرید خوراکی از بوفه مدرسه را در مدت حضور روزانه در مدرسه، رفع گرسنگی اعلام کرده اند و در این میان دانش آموزان دختر (۶۱/۲ درصد) به میزان زیادی بیشتر از پسرها (۴۴/۴ درصد) رفع گرسنگی را به عنوان دلیل عمده خرید از بوفه اعلام کرده اند ($\chi^2 = 15 / 528$ sig = $0 / 003$).

در خصوص تهیه مواد خوراکی از بوفه مدرسه وجوه تمایز بارزی بین دانش آموزان وجود دارد و آنگونه که نتایج نشان می دهد دانش آموزان دبیرستانی (۳۳/۸ درصد) بیشتر از سایر دوره های تحصیلی و پسرها (۲۸ درصد) به میزان زیادی بیشتر از دخترها (۸/۲ درصد) برای تهیه خوراکی به بوفه مدرسه مراجعه می کنند. خرید و استفاده از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه در میان آن دسته از دانش آموزانی (۶۲ درصد) که والدینشان خرید از بوفه مدرسه را ترجیح می دهند و همچنین در بین دانش آموزانی که دوستانشان موافق خرید خوراکی از بوفه مدرسه هستند (۶۳/۵ درصد)، بیشتر است.

در این تحقیق مشخص شد که نگرش بر رفتار تعیین کننده است. به طوریکه دانش آموزان در مجموع از وضعیت تمیزی و بهداشتی بودن فروشگاه، تنوع مواد خوراکی، ساعت باز بودن فروشگاه، قیمت و کیفیت مواد خوراکی در بوفه مدرسه، ارزیابی متوسط و رو به خوبی داشته اند و به موازات مثبت تر شدن نوع ارزیابی تا حدی استفاده از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه نیز افزایش یافته است. به این معنی که ۶۱/۱ درصد دانش آموزانی که ارزیابی خوبی از فروشگاه داشتند، بیش از سایرین، از مواد خوراکی موجود در فروشگاه استفاده نموده اند. در مقابل تنها ۹ درصد از دانش آموزان هستند که ارزیابی بدی از فروشگاه داشته و به میزان زیادی خوراکی خریده اند ($\chi^2 = 0 / 119$ sig = $0 / 009$).

۳. ترجیحات دانش آموزان در خرید مواد خوراکی از فروشگاه مدرسه

الف - مواد خوراکی مجاز و غیر مجاز

با آنکه بوفه مدارس ملزم به تهیه و فروش مواد خوراکی مجاز اعلام شده از سوی آموزش و پرورش هستند، اما بعضا در بوفه های مدارس کالاهای خوراکی غیر مجاز نیز وجود دارد. از این منظر اکثریت دانش آموزان (۵۷/۱ درصد) از فروشگاه مدرسه صرفا مواد خوراکی مجاز می خرند در مقابل دانش آموزانی که فقط مواد خوراکی غیر مجاز از فروشگاه مدرسه می خرند ۱۰/۴ درصد کل دانش آموزان را تشکیل می دهند. این اطلاعات بیانگر آن است که ۱۶/۳ درصد از دانش آموزان نیز به نسبت مساوی مواد مجاز و غیرمجاز از فروشگاه مدرسه می خرند.

ب- ظاهر مواد خوراکی

اکثریت دانش آموزان (۹۰/۲ درصد) در دوره های تحصیلی مختلف ترجیح می دهند در اولویت اول (۹۰/۲ درصد) خوراکیهای بسته بندی و با اختلاف زیاد در اولویت دوم (۹/۳ درصد) خوراکیهای باز را از بوفه مدرسه خرید نمایند. ($\chi^2 = 4/607$ sig = $0/330$). و این مورد در بین دانش آموزان دختر و پسر متفاوت است به گونه ای که دخترها (۹۳/۸ درصد) بیشتر از پسران (۸۷/۲ درصد) به میزان بالایی ترجیح می دهند از بوفه مدرسه خوراکی بسته بندی شده بخرند و از طرف دیگر میل خرید خوراکیهای باز در بین دانش آموزان پسر (۱۲ درصد) بیشتر از دختران (۶/۲ درصد) است ($\chi^2 - \text{square} = 6/429$ sig = $0/040$).

ج- طعم مواد خوراکی

به لحاظ طعم نیز اکثریت دانش آموزان (۶۹/۵ درصد)، خوراکیهای با طعم شیرین را ترجیح می دهند. دانش آموزان (۱۴ درصد) در اولویت بعدی سراغ آن دسته از خوراکیهایی می روند که طعم ترش دارد و از این زاویه بین دوره های تحصیلی مختلف تفاوت محسوسی دیده نمی شود ($\chi^2 - \text{square} = 14/845$ sig = $0/062$). اما این مورد بین دخترها و پسرها متفاوت است به گونه ای که دانش آموزان پسر (۷۱/۳ درصد) تا حد زیادی بیشتر از دختران (۶۷/۳ درصد) خوراکیهایی با طعم شیرین را می خرند و از طرف دیگر میل خرید خوراکیهای ترش در بین دختران (۱۹/۶ درصد) بیشتر از پسران (۹/۳ درصد) است ($\chi^2 - \text{square} = 16/745$ sig = $0/002$).

نتیجه گیری

بر اساس یافته های این پژوهش نیمی از دانش آموزان (۵۴ درصد) در مدت حضور روزانه در مدرسه، تنها یک بار به بوفه مدرسه مراجعه می کنند و خوراکی می خرند و نزدیک به ۲۰ درصد نیز هرگز از بوفه خریدی نداشته اند. این یافته تا حد زیادی به نتایج تحقیق رضا خانی مقدم که بر روی دانش آموزان قزوینی انجام شده بود، نزدیک است. در این مطالعه مشخص گردید که ۶۵.۲ درصد از دانش آموزان میان وعده خود را در مدرسه خریداری می کنند و ۳۴.۸ درصد صرفا میان وعده تهیه شده در منزل را مصرف کرده اند و از بوفه مدرسه خریدی ندارند [۱۳]. همچنین طبق نتایج بدست آمده از مطالعه حاضر اکثریت قریب به اتفاق دانش آموزان (۵۶/۸ درصد) در حد متوسطی از خوراکیهای موجود در مدرسه خرید می کنند از طرف دیگر نسبت دانش آموزانی که به میزان اندکی از بوفه خرید می کنند (۳۱/۵ درصد) حدودا سه برابر دانش آموزانی است که به میزان زیادی از بوفه خرید می کنند (۱۱/۷ درصد). سهیلی نیز در تحقیق خود بر روی دانش آموزان تهرانی به این نکته دست یافت که حدود یک سوم از دانش آموزان (۳۲.۲ درصد) غذای میان وعده خود را از بوفه مدرسه خریداری می کردند [۱۲]. نیومارک اشتایز و همکارانش که به مطالعه ای در زمینه میزان خرید دانش آموزان از ماشین های فروش مواد غذایی و ارتباط آن با برنامه های غذایی مدارس پرداختند، به این نتیجه رسیدند که در مدارس دارای سیاست باز و آزاد در مورد خوراک، احتمال مراجعه دانش آموزان به بوفه به نحو معنی داری بیشتر از مدارس دارای سیاست های محدود است. در مدارس دارای سیاست خاص در مورد خوراک، مراجعه دانش آموزان را برای خرید خوراکی ۱/۱ روز در هفته گزارش کردند در حالیکه در مدارس فاقد چنین سیاستی این میزان ۱/۹ روز محاسبه شد که حاکی از تفاوت معنادار بین دو گروه بود [۱۶].

۱. فهرست مواد خوراکی مجاز و غیر مجاز اعلام شده از سوی آموزش و پرورش به این شرح است و بوفه مدارس ملزم به رعایت آن هستند: مواد خوراکی مجاز: شیر، شیرکائو، خشکبار (مثل پسته، بادام، فندق، گردو، نخودچی، کشمش، گندم بوداده، توت و انجیر خشک)، کیک، نانهای شیرین و نانهای محلی، نان و پنیر، نان و خرما، نان و حلوانان و تخم مرغ، نان و سیب زمینی پخته، نان و حبوبات پخته شده (مثل عدس و لوبیا)، میوه، آب میوه، بیسکویت، کتک، بستنی، دوغ و مواد خوراکی غیرمجاز: ساندویچ الویه، پیراشکی، همبرگر، چیپس، ساندویچ سوسیس، کالباس، انواع بستنی های یخی، شکلاتها، پاستل، آبنبات های رنگی، کاکائو، آدامس آب نبات چوبی، نوشابه های گاز دار، انواع پفک، لواشک و تمر هندی، اسمارتیز. اداره آموزش و پرورش ناحیه ۳ کارشناسی بهداشت و تغذیه

در بررسی حاضر در زمینه نوع مواد خوراکی خریداری شده نیز این نتیجه بدست آمد که اکثریت دانش آموزان (۷۵/۳ درصد) از بوفه مدرسه کیک می خرنند. پس از آن خرید آب میوه در بین دانش آموزان (۳۳/۲ درصد) رواج دارد و در نهایت ۲۲/۲ درصد نیز اظهار نموده اند که از بوفه مدرسه بیسکویت می خرنند. این نتیجه با نتایج سایر پژوهش های انجام شده در شهرهای مختلف ایران شباهت زیادی دارد بطوریکه نتایج تحقیق رضا خانی مقدم بر روی ۱۳۰۰ دانش آموز دوره ابتدایی شهر قزوین بیانگر آن بود که کیک و کلوچه با ۵۸.۱ درصد بیشترین میان وعده مصرفی در مدارس است [۱۳]. نتایج تحقیق اسفرجانی نیز در مدارس راهنمایی شهر تهران نشان داد بیشترین میان وعده حدود نیمی از دختران به ترتیب کیک، کلوچه و شیر و پسران میوه، ساندویچ و کیک بود [۱۷]. همچنین در مطالعه انجام شده توسط سهیلی آزاد بر روی ۷۶۱۰ نفر دانش آموز تهرانی مشخص شد که بیشترین میان وعده مجاز مصرف شده بیسکویت و کلوچه (۴۷.۸ درصد) بوده و میوه و آب میوه با ۳۸.۹ درصد در رده بعدی قرار دارد [۱۲]. مطالعه احمدی هم بر روی دانش آموزان ابتدایی یاسوج نشان داد پرترفدارترین میان وعده ها به ترتیب شامل بیسکویت، کیک، میوه، پفک، چیپس، شکلات، آب نبات، نان و پنیر، ساندویچ و خشکبار و لبنیات است [۱۸].

در مطالعه حاضر روشن شد اکثریت دانش آموزان (۶۹/۵ درصد)، خوراکیهای با طعم شیرین را ترجیح می دهند. پس از آن دانش آموزان (۱۴ درصد) سراغ آن دسته از خوراکیهایی می روند که طعم ترش دارد و از این زاویه بین دوره های تحصیلی مختلف تفاوت محسوسی دیده نمی شود ($p\text{-value} = 0/062$). اما این مورد بین دخترها و پسرها متفاوت بود. دانش آموزان پسر (۷۱/۳ درصد) تا حد زیادی بیشتر از دختران (۶۷/۳ درصد) خوراکیهایی با طعم شیرین را می خریدند و از طرف دیگر میل خرید خوراکیهای ترش در بین دختران (۱۹/۶ درصد) بیشتر از پسران (۹/۳ درصد) بود ($p\text{-value} = 0/002$). این یافته اخیر با نتایج تحقیقی که راوتر و همکاران وی در سال ۲۰۱۱ بر روی ۷۵۰۰ دانش آموز کلاس ششم تا دهم در ۲۲۲ مدرسه ایالات متحده انجام دادند مطابقت ندارد. در این تحقیق مشخص شد گروههای سنی جوانتر و دختران بیشتر از پسران خوراکیهای شیرین مصرف می کردند [۱۹].

فارغ از تفاوت بین دو جنس زن و مرد، بی تردید طعم عامل تعیین کننده برای خرید خوراکی است. در این زمینه شانون و همکارانش بر این نکته تاکید دارد که برای اکثر دانش آموزان، در وهله اول طعم و پس از آن هزینه خوراکی از عوامل مهم انتخاب و خرید از بوفه مدرسه بوده است [۲۲]. در مطالعه حاضر اکثریت دانش آموزان (۵۲ درصد) دلیل اصلی خرید خوراکی از بوفه مدرسه را درمدت حضور روزانه در مدرسه، رفع گرسنگی بوده است و در این میان دانش آموزان دختر (۶۱/۲ درصد) به میزان زیادی بیشتر از پسرها (۴۴/۴ درصد) این دلیل را عنوان کرده اند. نتایج تحقیق اسفرجانی در تهران با یافته های مطالعه حاضر همخوانی دارد. نتایج این تحقیق نشان داد بیش از نیمی از دانش آموزان بر طرف کردن گرسنگی را دلیل عمده مصرف میان وعده دانسته اند. دختران به ترتیب ضعف نکردن، تامین انرژی، رفع گرسنگی را دلیل اصلی خرید اعلام کرده بودند و پسران رفع گرسنگی، نیابردن خوراکی به دلیل فراموشی، نخوردن صبحانه و... را عنوان کرده بودند [۱۷].

در تحقیق حاضر مشخص شد که نگرش بر رفتار تعیین کننده است. آندسته از دانش آموزانی که در مجموع از وضعیت بهداشت فروشگاه، تنوع مواد خوراکی، ساعت فعالیت فروشگاه، قیمت و کیفیت مواد خوراکی در بوفه مدرسه، ارزیابی متوسط و رو به خوبی داشته اند (۶۱/۱ درصد) در مقایسه با سایرین، از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه نیز بیشتر استفاده می کردند. در مقابل تنها ۹ درصد از دانش آموزان بودند که ارزیابی بدی از فروشگاه داشته و به میزان زیادی خوراکی خریده اند ($p\text{-value} = 0/009$). مرور تحقیقات پیشین نشان داد در این دسته از تحقیقات به تاثیر نگرش بر رفتار توجهی نشده است. مطالعه اسفرجانی تنها مطالعه ای بود که در آن ارزیابی دانش آموزان از بوفه مدرسه مورد سنجش قرار گرفته بود. در این تحقیق مشخص شد نیمی از دانش آموزان وضعیت بوفه را متوسط تا بد ارزیابی می کردند و از مشکلاتی چون کثیفی، تعمیر و رنگ و فضای کوچک و نامرتب آن و حدود نیمی هم از مشکل صف (هل دادن و رعایت نکردن نوبت) گله مند بودند. نیمی هم از نامطلوب بودن ساندویچ ها (کمیت و کیفیت) و گرانی اقلام بوفه شکایت می کردند [۱۷].

با آنکه بوفه مدارس ملزم به تهیه و فروش مواد خوراکی مجاز اعلام شده از سوی آموزش و پرورش هستند، اما بعضا در بوفه های مدارس کالاهای خوراکی غیر مجاز نیز وجود دارد. تحقیق حاضر نشان داد از این منظر اکثریت دانش آموزان (۵۷/۱ درصد) از فروشگاه مدرسه صرفا مواد خوراکی مجاز می خرنند در مقابل دانش آموزانی که فقط مواد خوراکی غیر مجاز از فروشگاه مدرسه می خرنند ۱۰/۴ درصد کل دانش آموزان را تشکیل می دهند. این اطلاعات بیانگر آن است که ۱۶/۳ درصد از دانش آموزان نیز به نسبت مساوی مواد مجاز

و غیرمجاز از فروشگاه مدرسه می خرند. در تحقیقات پیشین نوع مواد غذایی خریداری شده از بوفه مدرسه متفاوت گزارش شده است. تحقیق سهیلی بیانگر این نکته بود که ۱۴.۲ درصد دانش آموزان از غذاهای غیر مجاز در مدرسه تغذیه می کنند [۱۲]. رضاخانی نیز نشان داد به طور کلی ۱۶.۸ درصد دانش آموزان انواع مختلفی از غذاهای غیر مجاز را از بوفه تهیه می کنند [۱۳].

فارغ از خرید مواد خوراکی مجاز یا غیر مجاز توسط دانش آموز از بوفه مدرسه، بعضی از مطالعات انجام شده نیز صرفاً به این موضوع پرداخته اند که در بوفه مدرسه علاوه بر مواد مجاز، خوراکیهای غیرمجاز نیز وجود دارد. تحقیق هزاوه ای و همکاران وی نشان داد به گفته ۴۳.۳ درصد دانش آموزان، بوفه مدرسه همیشه شیر و کاکائو، چیپس و پفک و بیسکویت برای فروش می آورد [۲۰]. در تحقیق اسفراجانی نیز مشخص شد به گفته نیمی از دانش آموزان خوراکیهای بوفه تنوع نداشته، گران و غیر بهداشتی و غیر مغذی است [۱۷].

در یک نتیجه گیری کلی می توان گفت در تحقیق حاضر علاوه برسنجش میزان استفاده دانش آموزان از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه، نشان داده شد که در میان متغیرهای مورد بررسی، ارزیابی دانش آموزان از فروشگاه مدرسه، دوره تحصیلی، انتظارات دیگران مهم (والدین، معلم های مدرسه، دوستان) و پاداش مصرف، در میزان مصرف مواد خوراکی توسط دانش آموزان از بوفه مدرسه سهم دارند و آن را کم و یا زیاد می کنند. سایر نتایج نیز حاکی از آن بود که بین متغیرهای میزان استفاده از مواد خوراکی موجود در بوفه مدرسه و متغیرهای شهر محل تحصیل، جنسیت، شغل والدین، میزان پول توجیبی، تفاوت معنی داری وجود ندارد. یعنی دانش آموزان با وجود تفاوت در متغیرهای فوق، به میزان مشابهی از مواد موجود در بوفه مدرسه استفاده کرده اند.

مراجع

- ۱- Sheikholeslam, Robabeh, nutrition education in the schooling ages for schools hygiene and threatment staff and hygiene watchfuls, The office of nutrition improvement, Ministry of health and medical education, (۲۰۱۰), ۱۲ [In persian].
- ۲- Pipes p Trahms C. Nutrition in infancy and childhood, St. louis, Mosby, ۱۹۹۶.
- ۳- Padidarnia, Hossen, The necessity and role of hygiene education in creating desirable hygiene behaviour in school students, ۱۳۸۱, [In persian].
- ۴- Sharon Ghuman, population council, Jere R. Behman, university of pennsylvania, Socorro Gultiana, university of san carlos-office of population studies childrens nutrition, school quality and primary school enrollment in the philippines.. working paper series vol. ۲۰۰۶-۲۴, december.
- ۵- Irena Keser and etal, Diet quality in groation university syudents: Energy, macronutrient and micronutrient intakes according to gender, international journal of food sciences and nutrition, August ۲۰۰۷, ۵۸(۵).
- ۶- Kelder sh et al, Longitudinal tracking of adolescent smoking, physical activity, and food choice behaviors, American journal of Health, ۱۹۹۴, ۸۴(۷).
- ۷- Michelle D. Florence, Mark Asbridge, Paul J. Veugelers Diet quality and academic performance. journal of school health, April, vol. ۷۸, No. ۴.
- ۸- Howard Taras. Nutrition and student performance at school. Journal of school Health, August ۲۰۰۵, vol. ۷۵, No. ۶.
- ۹- Moore, Carolin and Robert Sholman memeker, Best nutrition keys for children and adolescents, Translated by Javad Meidani, Tehran, Saberin Publication Company, ۱۳۸۵ [In persian].
- ۱۰- Kalantari, E. Essa, Naser khadem Adam, Nutrition Pattern correction policy, nutrition Physiology and food Economy, tehran, Research Institute For planning and economy, ۱۳۷۶, PP: ۶ [In persian].
- ۱۱- Malekshahi, F, An examination of snach choice in Children and adolescents and influential factors, presentment in ninth Iran Nutrition congress, summer ۲۰۰۷, [In persian].
- ۱۲- Soheili Azad and etal, Tehran Elementary school students dietary, Medical research, Year ۹, vol ۲, summer ۲۰۰۶, [In persian].
- ۱۳- Reza khani Moghadam, Hamed and etal, The breakfasting and snacking pattern and influential factors in Gazvin elementary school students, Ardebil health and Hygiene, Year ۲, vol ۴, Winter ۲۰۱۲, [In persian].

- ۱۴-The American Heritage Dictionary of the English Language, Fourth Edition copyright. ۲۰۰۹ by Houghton Mifflin company.
- ۱۵- Azar. Mahin, Ezzat zadeh. Zahra, special foods, A solution for the refreshment problem, *standard*, ۱۳۷۸, No ۹۲, ۱۰, [In persian].
- Í Ó-Dianne Neumark-Sztainer, Simone A French, Peter J Hannan, Mary Story and Jayne A Fulkerson, School lunch and snacking patterns among high school students: Associations with school food environment and policies
- ۱۷-Esfarjani, fatemeh and etal, A study of Tehran shahid Beheshti university of Medical sciences, schools students snacking and the school buffets condition, A qualitative research nursing and midwifery, Year ۱۸, vol ۶, ۲۰۰۹, [In persian].
- ۱۸- Ahmadi. afsaneh and etal, An examination of relationship between elementary school students snacking with Anthropometric indexes in yasooj, Year ۲۴, vol ۶, Winter ۲۰۰۲, [In persian].
- ۱۹-Alisha J. Rovner, Tonja R. Nansel, Jing Wang, and Ronald J. Iannotti Foods Sold in School Vending Machines are Associated with Overall Student Dietary Intake, *J Adolesc Health*. ۲۰۱۱ January; ۴۸(۱).
- ۲۰-Hezavehei, Mohamad and etal, A study of a school females students nutrition knowledge, attitude and behavior the case of Isfahan, knowledge and healthy, A study of shahrood university of Medical sciences, Year ۴, vol ۳, autumn ۲۰۱۰, [In persian].