

The Determinants of Nutritional Awareness of Bedouin' Families in El-Qantara Sharq District, Ismailia Governorate, Egypt

Mohammed Ahmed Ibrahim Abdel-Hamid *  and Maher Ibrahim Abdel Maksoud Attia
Social Studies Dept. Socio – Economic Division, Desert Research Center, Egypt

* Corresponding author
Mohammed Ibrahim

Received: 13/08/2022

Revised: 19/09/2022

Accepted: 21/09/2022

Published: 21/09/2022

Abstract

This research aims to: 1) measure level of respondents' nutritional awareness in relation to food quality, food safety, and healthy nutrition, 2) identify the relationships between characteristics of respondents and their nutritional awareness; 3) determine factors influencing respondents' nutritional awareness, and 4) determine constrains facing their awareness and their suggestions to solve it. the village of jalbana was chosen as the nearest village to El-Qantara Sharq district to conduct the empirical study, data were collected through personal interviews using a questionnaire form from a randomly simple sample of 320 respondents. Frequencies, percentages, arithmetic mean, and standard deviation, correlation coefficients, and multiple regression test were used for data analysis and presentation. The results showed that level of respondents' nutritional awareness was low and medium. The results also revealed that there were significant relationships between nutritional awareness and the following eight variables (i.e., the number of years of formal education, number of years of marriage, the total amount spent on food per month, responsible for determining the components of food, the number of cognitive sources, openness to the outside society, cultural openness, attitudes towards the correct eating habits). While the results of multiple regression showed that more than 22%, 12.5%, 7.5%, 5%, 3.1%, 1.9% of the variance in nutritional awareness level are explained by number of sources of knowledge about food awareness, number of years of formal education, responsible for the family's food components, the trend towards correct eating habits, number of years of marriage, and openness to the outside society, respectively.

Keywords: Nutritional awareness, Bedouin families, El-qantara sharq.

محددات الوعي الغذائي للأسر البدوية في مركز القنطرة شرق، محافظة الإسماعيلية، مصر

محمد أحمد إبراهيم عبد الحميد، ماهر إبراهيم عبد المقصود عطية
قسم الدراسات الاجتماعية – شعبة الدراسات الاقتصادية والاجتماعية – مركز بحوث الصحراء - القاهرة

الملخص

استهدف هذا البحث قياس مستوى الوعي الغذائي للمبحوثين بمجالاته الثلاثة (جودة الغذاء، سلامة الغذاء، التغذية الصحية)، تحديد العلاقات الارتباطية بين الخصائص المميزة للمبحوثين والوعي الغذائي، وأهم العوامل تأثيراً في الوعي الغذائي، ومشكلات الوعي الغذائي بالمنطقة ومقترحات التغلب عليها، وتم اختيار قرية جليانة كونها أقرب قرية لمركز القنطرة وأكبر قرية من حيث عدد السكان، وبلغ حجم العينة العشوائية البسيطة 320 مبحوث، وتم جمع البيانات من خلال استمارة استبيان بالمقابلة الشخصية، واستخدمت التكرارات والنسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، واختيار الارتباط البسيط، ونموذج الانحدار المتعدد الصاعد كأساليب إحصائية تحليلية ووصفية.

أظهرت النتائج أن مستوى الوعي الغذائي للمبحوثين وأسرهام كان منخفضاً ومتوسطاً، كما بينت نتائج اختبار الارتباط وجود علاقة ارتباطية معنوية بين الوعي الغذائي وبين السمات التالية: عدد سنوات التعليم الرسمي، عدد سنوات الزواج، إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً، المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء، عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي، الانفتاح على العالم الخارجي، الانفتاح الثقافي، اتجاهات المبحوثين نحو العادات الغذائية الصحيحة كمتغيرات مستقلة. وبينت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن ستة متغيرات فقط أسهمت معنوياً في تفسير التباين الكلي للوعي الغذائي وهي: عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي، عدد سنوات التعليم الرسمي، المسؤول عن مكونات الغذاء للأسرة، الاتجاه نحو العادات الغذائية الصحيحة، الدخل الشهري للأسرة، عدد سنوات الزواج، الانفتاح على العالم الخارجي بنسب إسهام 22%، 12.5%، 7.5%، 5%، 3.1%، 1.9% على الترتيب.

الكلمات المفتاحية: الوعي الغذائي – الأسرة البدوية – القنطرة شرق

المقدمة

يعد الغذاء من أهم الضروريات اللازمة للحياة بشكل عام، وله العديد من الآثار في تكوين وبناء جسم الكائن الحي بما فيه الإنسان، كما أنه يدخل في عمليات البناء والنمو وإنتاج الطاقة في الكائنات الحية، وزيادة على ذلك له وظائف علاجية تعمل على المحافظة على سلامة الجسم وفعالية أجهزته والوقاية من الأمراض والمخاطر الناجمة عن سوء التغذية، والغذاء الفاسد والملوث يصبح مصدراً لهدم الحياة والتأثير السلبي على الفرد والمجتمع على حد سواء، وجودته وسلامته عملية معقدة تؤثر فيها عوامل عديدة تستلزم ضرورة المعرفة التامة بأساليب الإعداد والتصنيع من البداية وحتى الوصول المنتج النهائي التي عليه عمليات مثل الحفظ والتخزين حتى يصل إلي المستهلك النهائي (الشيفي وأخرون، 2003).

فإنسان لا يستطيع أن يعيش وينمو بدون سد احتياجاته ولا يستطيع أن يسهم في التنمية إلا بعد حصوله على التغذية السليمة لذلك يجب على الأسرة توفير الغذاء الآمن والمتوازن في العناصر الغذائية باعتباره مؤشراً لصحة الفرد وتعويض ما يتلف من أنسجته وخلاياه ويزيد من مقاومته للأمراض وزيادة قدرته على العمل والإنتاج (الشريف، 2010)، (أبو خطوه، والباز، ٢٠١٤)، وتعتبر العادات الغذائية الخاطئة سبباً للإصابة بالأمراض وانخفاض إنتاجية الفرد، وهذا ما يعكس أثره على البيئة الاقتصادية والاجتماعية (نادية ابن ورقلة، 2013).

وتتمثل التغذية الجيدة العامل الأساسي في عملية النمو وحفظ الحياة ولها تأثير مباشر على حيوية الفرد واستقراره النفسي وسلامة تفكيره وقدرته على العمل والإنتاج، إن توعية الأفراد بالمعلومات الأساسية عن القيمة الغذائية للأطعمة واحتياجات أفراد الأسرة من تلك الأطعمة وكيفية توفيرها يعتبر ذا أهمية بالغة لما للغذاء من تأثير مباشر على نمو وصحة الجسم وقدرته على مقاومة الأمراض، إنخفاض مستوى الوعي الغذائي بأسس التغذية السليمة يزيد من أمراض سوء التغذية وارتفاع معدلات الوفيات في المجتمع (حمزاوي وعلي، 2007).

ويختلف النمط الغذائي للأسرة الريفية عنه في الأسرة البدوية والحضرية، لكن ما يجمع بينهما هو المسؤول الأساسي عن اتخاذ القرار في الشأن وهو المرأة (ربه المنزل) بداية من اختيار أصناف بعينها وتحديد كمياتها مروراً بطرق إعدادها حتى تقديمها لأفراد الأسرة، ويمثل مساهمة أفراد الأسرة في اتخاذ القرارات الأسرية تتباين وفق أهمية الدور الذي يلعبه كل منهم داخل الأسرة، ووجد أن ما يتعلق بنوع وكمية وكيفية إعداد الغذاء من قرارات كان من صميم اهتمامات ودور المرأة، ومن ثم فإن النمط الغذائي للأسرة سوف يتأثر بدرجة كبيرة بخصائص المرأة ثم خصائص فراد الأسرة بعد ذلك (فاطمة سعد، 2016).

ووفقاً لما سبق فزيادة مستوى الوعي الغذائي لدى أفراد الأسرة لا يأتي إلا من خلال إمداد هؤلاء الأفراد بالمعارف والمعلومات الصحيحة التي تنعكس بدورها بصورة إيجابية على الممارسات الغذائية والتي تتعلق بقواعد وأسس التغذية السليمة والقدرة على التخطيط والاقتصاد في المجال الغذائي للأسرة، الأمر الذي يؤدي إلي توجيه السلوك الغذائي للأسرة وأفرادها توجيهها سليماً، مما ينعكس بالإيجاب على صحة أفراد الأسرة والمجتمع ككل، وانطلاقاً من ذلك فقد أولت

المنظمات العالمية مثل منظمة الأغذية والزراعة أهمية كبيرة لسلامة الغذاء وجودته، وكذلك الوعي الغذائي بطبيعة الأنماط الغذائية السليمة والصحية بالأسرة والمجتمع (عبدالله، وإبراهيم، 2016).
المشكلة البحثية:

يعتبر الغذاء من أكثر العوامل البيئية تأثيراً على صحة الإنسان، حيث أن التغذية السليمة ليست مجرد إشباع الفرد من الجوع أو ملء المعدة بالطعام، ولكنها تتطلب دراسة مكونات الغذاء ومصادره واحتياجات كل فرد، والممارسات الصحية في تكوين الغذاء المناسب. وأسس إعداد وتقديم الوجبات المتكاملة بما يتناسب مع مستوى الدخل للأسرة، معرفة طرق المحافظة على الأطعمة والإعداد والطهي الصحيحة للأطعمة للاحتفاظ بقيمتها الغذائية والإقلال من الفاقد منه (وشاحي، وأحمد، 2010). ويمثل الوعي بالعوادات الغذائية ومحاولة تغيير العادات الغذائية الضارة منها ومعرفة ما يتوفر في الأسواق من أطعمة مختلفة وطرق الاستفادة منها أهمية كبيرة سواء على المستوى المجتمعي أو الفردي، حيث أنه يساهم في فهم كثير من القضايا على أساس علمي وموضوعي ويساعد على التجاوب لقضايا التنمية (منظمة الصحة العالمية، 2020).

ويتسم كل مجتمع بعادات وأنماط غذائية ترتبط بشكل مباشر بالوعي الغذائي والصحي والثقافي والبيئي، ويعد علم التغذية من العلوم المهمة لكل فرد في جميع مراحل حياته لأنه يرتبط بمقاومة الأمراض والقدرة على تحمل أعباء الحياة، وتقييم الحالة الغذائية للفرد والمجتمع، مما يتطلب معه معرفة المستوى الثقافي العام للأسرة والعادات والتقاليد الغذائية السائدة في الأسرة، ويكتسب الأبناء العادات الغذائية مثل اكتسابهم العادات الأخرى ويكون نتيجة تكرر الأفعال حتى يتم التعود عليها ثم تؤدي بطريقة آلية.

ويعتبر التحدي الأكبر الذي يواجه سكان المجتمعات عامة والبدوية خاصة هو اللحاق والإلمام بأبعاد الثورة العلمية والتكنولوجية سريعة الإيقاع في مجال تغذية الإنسان، حيث لا يزال سكان المجتمعات البدوية لا يعطون لتغذية الإنسان ما يستحقه من الاهتمام، فهذه المجتمعات تعاني وبدرجة كبيرة من انخفاض معدلات الوعي الغذائي بغض النظر عن اختلاف مستوى التعليم، كذلك نقص المعلومات والمعارف الغذائية الصحيحة للمكونات الغذائية التي تتناسب مع طبيعة وانماط الحياة البدوية، وما يترتب عليه مشكلات عديدة تتعلق بفساد الأغذية وعدم الإلمام بالمواسفات اللازمة لجودة وسلامة الغذاء، لذا جاءت فكرة البحث في السؤال عن مستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة القنطرة شرق؟، وما هي العوامل المؤثرة في مستوى الوعي الغذائي لهذه الأسر؟ وماهي أهم المشكلات الخاصة بالوعي الغذائي للأسر البدوية؟ وماهي مقترحات التغلب عليها؟

أهداف البحث:

تمشياً مع مشكلة الدراسة السابق عرضها يمكن تحديد أهداف الدراسة فيما يلي:

1- قياس مستوى الوعي الغذائي للمبجوثين وأسرههم بمنطقة الدراسة بمجالاته الثلاثة (جودة الغذاء، وسلامة الغذاء، والتغذية الصحية).

2- تحديد العلاقات الارتباطية بين الخصائص المميزة للمبجوثين والوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة.

3- تحديد العوامل المؤثرة الأكثر إسهاماً في تفسير التباين الكلي للوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة.

4- التعرف على أهم المشكلات الخاصة بالوعي الغذائي للمبجوثين بمنطقة الدراسة، ومقترحات التغلب عليها.

الإطار النظري والاستعراض المرجعي

هناك مفاهيم متعددة للوعي تتباين فيما بينها باختلاف الرؤى ووجهات النظر لذلك المفهوم فيعرفه بيومي (2002) بأنه نتاج إجتماعي ينشأ من الحاجة إلى التعامل مع الآخرين، وهو أيضاً مشاعر وإدراك وتصور لعناصر الوجود الكلي، وتستخلص أسماء عامر (2014) من استعراض العديد من المفاهيم المتداولة للوعي بأنه هو الإدراك الحقيقي لماهية الأشياء.

وذكرت زينب عبدالصمد (2007) نقلاً عن كراثيول في تصنيفه للأهداف الوجدانية أن الوعي يأتي كخطوة أولى في تكوين الجوانب الوجدانية بما يحمله من نظم قيمية معينة تضبط سلوك الإنسان، إلا أن الوعي غالباً ما يكون مشبعاً بالجانب المعرفي، ففي مستوى الوعي لا يكون الاهتمام موجه إلي الذاكرة أو القدرة على استرجاع المعلومات بقدر تركيز الفرد على إدراك المواقف التي يتعرض لها.

ويعرف أحمد والهندي (2002) الغذاء بأنه عبارة عن جميع المواد الغذائية سواء كانت من أسل نباتي أو حيواني والتي يمكن أن يتناولها الإنسان حيث أنها تمد الكائن الحي بالمكونات الغذائية الضرورية.

ويعرف رشاد (2005) الغذاء على أنه "كل ما هو صالح لتغذية الإنسان من المحاصيل والمنتجات النباتية والحيوانية، مثل الخضروات والفواكه واللحوم والطيور والأسماك والحبوب والسكر والبقول، وغيرها".

ويوضح القدومي (2009) الوعي الغذائي بأنه "معرفة وفهم المعلومات الخاصة بالغذاء والتغذية الصحيحة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية بصورة مستمرة"، ويمثل اختيار الوجبات الغذائية بالكم والنوع من أهم عوامل الوعي الغذائي لدى الإنسان ويساعد في الحفاظ على صحته وحيويته، لذلك فمن الضروري تعزيز مستوى الوعي الغذائي لدى الأفراد بالمغذيات والجودة في الأطعمة فيما يتعلق بالمحافظ على الجسم، والنمو، والتكاثر، والصحة، والوقاية من الأمراض.

ويوضح **عزمي (2002)** الهدف من الوعي الغذائي بأنه يساعد في إمداد الفرد بالمعلومات الصحية عن وظيفة المواد الغذائية وكيفية تصميم وجبات متوازنة ومناسبة للاحتياجات الغذائية تبعاً لاختلاف الأفراد من حيث السن والجنس والحالة الفسيولوجية ونوع العمل والمجهود، وتوفير مهارات حياتية أساسية تهدف إلى غرس وتعزيز عادات غذائية سليمة في سياق اجتماعي واقتصادي محدد، وتشجيع النظم الغذائية السليمة وأنماط الحياة الصحية من أجل الوقاية من الأمراض المعدية وغيرها، وهناك عدة أسس للوعي الغذائي توضحها **(فريده عثمان، 2000)** وهي: جعل الأولوية في تناول الغذاء إلى الأطعمة الطازجة مثل الخضروات والفاكهة، والتنوع في الطعام بتناول جميع العناصر الغذائية، والاهتمام بالإفطار الكامل والمليء بالمواد الغذائية، وتجنب الأطعمة الضارة والمواد المضافة للأطعمة، الابتعاد عن الأطعمة المعالجة والمكررة، وتجنب المشروبات الكحولية والمنبهات، والتركيز على عنصر البروتينات والألياف.

ويعرف **مزاوهر (2009)** الغذاء المتوازن على أنه الغذاء الذي يحتوي على كميات مناسبة من العناصر الغذائية الضرورية لتأدية الجسم ووظائفه المختلفة، ويشترط بهذه المكونات أن تكون متكاملة كما ونوعاً، إذ يهدف تحقيق النمو والمحافظة على صحة الجسم ولتأمين حياة سليمة، وضمان مشاركة فعالة في الأسرة وفي المجتمع.

ويعرف **حمزاوي (2006)** سلامة الغذاء على "أنها جميع الإجراءات اللازمة لإنتاج غذاء صحي غير ضار بصحة الإنسان". ويوضح **(رشاد، وايزيس، 2006)** سلامة الغذاء بأنه اتباع الإجراءات الغذائية الصحية والضرورية لإنتاج الغذاء وتداوله وتسويقه وإعداده حتى يكون مناسباً للاستهلاك البشري.

وتعتبر جودة وسلامة الغذاء مفهومان متلازمان ومرتبطنان ببعضهما ويعبران عن مدي القيمة التغذوية للغذاء، وتقبل المستهلك له، وعن مدى صلاحية الغذاء للاستهلاك وخلوه من كل ما يضر بصحة المستهلك، والجودة الغذائية تعني احتفاظ الغذاء بجميع أو معظم صفاته وخواصه الحسية والطبيعية والكيميائية والتغذوية. وفي هذا الصدد تذكر **(سناء البنداري، 2002)** أنه للحصول على وجبة غذائية نظيفة وخالية من المواد السامة يجب اتباع العديد من الإرشادات والنصائح يمكن إيجازها في:

- 1- الاهتمام بالنظافة الشخصية وغسيل الأيدي بالماء النظيف والصابون قبل تجهيز الطعام.
- 2- الاهتمام بغسيل الخضر والفاكهة غسلاً جيداً، ويفضل نقعها لمدة معقولة في الماء الجاري مع تقشير الخضر والفاكهة القابلة للتقشير مثل البطاطس والخيار والجزر والكوسة... وغيرها، حيث يؤدي ذلك إلى تقليل التلوث بالميكروبات والمبيدات والمعادن الثقيلة.
- 3- يفضل خلو الوجبات الغذائية أو التقليل قدر المستطاع من المواد التالية: الفلفل الأسود، وبعض أنواع عيش الغراب، والبقدونس المصاب بالأمراض الفطرية، والبطاطس المنزرعة أو المخضرة، والبقوليات التي تحتوي على السوس، والسكر المحروق.
- 4- استهلاك الألبان قليلة الدسم مع مراعاة أن كافة أنواع الألبان السائلة يجب تقليلها لمدة عشر دقائق من بداية الغليان.
- 5- إزالة تجمع الدهون في كل من اللحوم والدواجن.
- 6- مراعاة الأتي عن طهي الطعام: (أ) الطهي الجيد للطعام على درجات عالية ولمدة طويلة لضمان التخلص من جزء كبير من مسببات التلوث؛ (ب) عند تحمير أو قلي الأطعمة تستخدم كمية صغيرة من الزيت على ألا يعاد استخدامها مرة أخرى مع مراعاة عدم رفع حرارة الزيت لدرجة التدخين لتقليل تكوين المركبات السامة الناتجة عند تدخين الزيت، ويجب عدم إضافة الزيت النظيف الجديد إلى الزيوت السابق استخدامها في القلي.
- 7- التركيز على استهلاك الأغذية الطبيعية والإقلال قدر الإمكان من الأغذية المضاف إليها، مكسبات الطعم والرائحة والصبغات الصناعية غير المصرح باستخدامها.
- 8- يراعي الأتي عند حفظ أنواع الأغذية المختلفة في الثلاجة أو الفريزر (أ) وضع الفاكهة والخضر بدرج الثلاجة قبل الاستهلاك والتقليل من أضرارها (ب) عدم تجميد وتسييح اللحوم والدواجن والأسماك أكثر من مرة، ويفضل وضعها في عبوات نظيفة بعد تجزئتها إلى أجزاء صغيرة مناسبة لعدد أفراد الأسرة بحيث يمكن طهيها وهي مجمدة مباشرة (ج) تقادي حفظ الأطعمة الطازجة مع الأطعمة المطهية أو السابق إعدادها مع مراعاة تنظيف أو تغطية كل منها على حدة (د) عدم ترك الطعام بعد الطهي لفترة تزيد على الساعتين قبل وضعه في الثلاجة مع تجنب تكرار تسخين الطعام المحفوظ بالثلاجة عدة مرات.
- 9- يراعي استعمال العبوات في حفظ الأغذية المطهية بالثلاجة استخدام العبوات الزجاجية أو الفخارية أو المصنوعة من الصاج المطلي وعدم استخدام العبوات المصنوعة من البلاستيك.
- 10- عدم تكرار استخدام الأكياس في حفظ الأغذية لأكثر من مرة ويفضل عدم استخدام الأكياس القائمة اللون لاحتوائها على مركبات الكربون الضارة بالصحة.

أما التغذية السليمة فيعرفها **أحمد وحسن (2002)** على أنها "تناول الفرد أغذية تحتوي على كميات تكفي احتياجات جسمه من العناصر الغذائية المختلفة. ويشير **(مزاوهر، 2009)** للتغذية الصحية المثلى بأنها التغذية التي تكفل إمداد الجسم بجميع ما يلزمه من المواد الغذائية وبالقدر والنسب الكافية والمناسبة والموافقة للنواحي الفسيولوجية والصحية، في حين يذكر كل من **(هاشم، و"عاطف، 2003)** شروط الغذاء المتوازن تتمثل في:

- 1- النظافة والخلو من الشوائب والميكروبات المرضية والسموم.

- 2- الطعم الجيد.
- 3- القابلية للهضم مع احتوائه على كمية مناسبة من الماء والألياف لمنع الإمساك.
- 4- التنوع لتلبية احتياجات الجسم من المكونات الضرورية وهي مواد الطاقة ومواد البناء والتجديد ومواد الوقاية.
- 5- السعر المناسب لنوعية الأطعمة.

أما **أمان الجارحي (2000)** فتوضح أن مفهوم العادات الغذائية يعبر عن السلوك أو الطرق المتبعة في إعداد وتناول الغذاء، والعادات الغذائية تبدأ من فترة إنتاج الغذاء وحتى تناوله، وتكتسب العادات الغذائية في الفرد منذ الطفولة حيث تتأثر عاداته الغذائية بالمحيطين به خاصة الأم، وهناك بعض العوامل التي تؤثر على تكوين العادات الغذائية والتي نوجزها فيما وفقاً لـ **(بيلي السباعي، 2004)** وهي:

- 1- **العوامل الثقافية والحضارية:** فالعادات الغذائية لها جذور عميقة في كثير من الثقافات والحضارات، فقد تعتبر ثقافة الغذاء فقط كوسيلة لإشباع الجوع، وقد تعتبر ثقافة أخرى وهي الأكل واجب أو نوع من السرور بينما بعض الثقافات الأخرى تشعر أن الأكل هو وسيلة للمشاركة الأسرية أو الاجتماعية.
- 2- **العوامل الاقتصادية:** وهي تلعب دوراً هاماً في تحديد العادات الغذائية: أ- **الحالة الاقتصادية للأسرة** والتي تعتبر عاملاً هاماً في التأثير على الحالة الغذائية، وتتصل بجوانب كثيرة مثل القدرة على شراء الطعام أو الأرض والحيوانات المزرعية التي تنتج الطعام، وكلما كانت الحالة الاقتصادية مرتفعة زاد تناول الأغذية الغنية بالمواد البروتينية الحيوانية، وقد لا يضمن وجود الموارد المالية تحسن الحالة الغذائية بسبب انخفاض الوعي التغذوي والصحي وغياب المهارات الصحيحة لاختيار وتحضير الغذاء؛ ب- **أسعار المواد الغذائية** فكلما كان سعر الغذاء مرتفعاً قلت فرصة توافره عند الأسر الفقيرة ومحدودة الدخل.

3- **العوامل الاجتماعية:** ويظهر تأثيرها واضحاً عند نمو الفرد ضمن مجاميع اجتماعية، كالنادي، أو الاتحادات، أو التنظيمات الودية، فالأفراد عادة يأخذون الوجبات معاً، كما أن هناك العديد من الشعائر الغذائية المرتبطة بالعقيدة، كأنواع الصيام، ومظاهر الاحتفال بالمناسبات الدينية حيث يتم تناول أنواع خاصة من الطعام مثل لحم الضأن في عيد الأضحى، والكعك في عيد الفطر، وكذلك يؤثر المستوى التعليمي على العادات الغذائية، فإن جهل الإنسان بأبسط قواعد ومبادئ التغذية الصحية غالباً ما يؤدي إلي سوء التغذية وليس من شك في أن الجهل العام والجهل الغذائي بصفة خاصة يتفشى في العديد من مناطق العالم، وحتى المتعلمين ينقصهم الوعي الغذائي. ومن أهم العوامل الاجتماعية العادات الغذائية والتي تمثل جزء من سلوك المجتمع وتأثرت بالقيم والمبادئ والعادات السائدة فيه، فيوجد عادات غذائية مفيدة مثل تناول الخضروات والعصائر الطازجة، ويوجد أخرى خاطئة مثل شرب الشاي مع الوجبات مما يؤثر على امتصاص عنصر الحديد والاستفادة منه، وكذلك إدخال أغذية تكميلية للرضع فقيرة القيمة الغذائية **(سعاد جمعه، 2008)**.

4- **العوامل النفسية:** على الرغم من ضرورة توفير المعلومات الغذائية الصحيحة لتكوين عادات غذائية سليمة، إلا أن هذه المعلومات نفسها غير مجدية ما لم يتقبل الفرد نفسياً الحاجة إلي التغيير.

5- **العوامل الفسيولوجية:** فالعمر والجنس يؤثران بشكل مباشر على العادات الغذائية وتنمو العادات الغذائية مع الفرد منذ طفولته وحتى وفاته، فالغذاء بالنسبة للطفل يمثل الشعور بالثقة والاطمئنان، ثم يحدث تغير ملموس في السلوك الغذائي للمراهقين مصاحباً للتغيرات الفسيولوجية التي تحدث لهم، فتزداد شهيتهم وإقبالهم على تناول الأطعمة.

وتناولت العديد من الدراسات السابقة موضوع الوعي الغذائي من خلال أبعاد مختلفة منها ما توضحه دراسة **(سحر عبدالهادي وآخرون، 2022)** والتي هدفت للتعرف على مصادر المعلومات للمرأة الريفية عن الوعي الغذائي، وتحديد مستوى الوعي الغذائي للمرأة الريفية بمواصفات الجودة، وتحديد مستوى اتجاهات المرأة الريفية نحو مواصفات جودة الغذاء، وكانت أهم النتائج أن 1.3% من المبحوثات معارفهن من المواصفات القياسية لجودة الغذاء منخفضة بينما 34% معارفهن متوسطة، كما تضح أن 1.3% من المبحوثات اتجاهاتهن نحو المواصفات القياسية لجودة الغذاء منخفضة، بينما 48.7% اتجاهاتهن متوسطة، واهتمت دراسة **(راندا يحيى، 2018)** والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الوعي الغذائي للمرأة البدوية بواحة سيوه من خلال توصيف النمط الغذائي للأسرة البدوية، وكانت أهم النتائج أن مستوى الوعي الغذائي للمرأة كان متوسطاً، ووجود ارتباط احصائي بين مستوى الوعي الغذائي للمرأة البدوية بواحة سيوه وكل من المستوى التعليمي للمبحوثة والدخل الاسري السنوي، وحجم الحيازة الزراعية، درجة الانفتاح على العالم الخارجي. والمستوى التعليمي للزوج، بينما اهتمت دراسة **(عبد الله وإبراهيم، 2016)** والتي هدفت إلى دراسة العوامل المؤثرة على الوعي الغذائي للمرأة الريفية بمحافظة كفر الشيخ، وتوصلت النتائج أن 83% من المبحوثات شغلن فئة الوعي الغذائي إما المتوسط أو المنخفض، وأن حوالي 91% من المبحوثات شغلن فئة الوعي إما المتوسط أو المنخفض فيما يتعلق بجودة الغذاء.

الطريقة البحثية

منهج الدراسة:

تعتمد الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي لتوصيف الظواهر وقياسها، فتم استخدام الأسلوب الوصفي للتعرف على الخصائص المميزة للمبحوثين بمنطقة الدراسة، وأهم المشكلات الخاصة بالوعي الغذائي بمنطقة الدراسة، ومقترحات

المبوحثين للتغلب عليها، واستخدم الأسلوب التحليلي لاختبار فروض الدراسة والتي تختص بالعلاقة بين الخصائص الشخصية للمبوحثين كمتغيرات مستقلة والوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة كمتغير تابع.

المجال الجغرافي للبحث:

تم اختيار محافظة الإسماعيلية والتي تقع على الحد الشرقي لجمهورية مصر العربية على مساحة 5066 كم² في منتصف قناة السويس والتي تقسم المحافظة إلى قسمين، يقع القسم الغربي في قارة إفريقيا، والقسم الشرقي في قارة آسيا، ويحدها من الشرق سيناء وقناة السويس التي تخترق بحيرة التمساح والبحيرات المرة، وغربا الحدود الشرقية للدلتا على امتداد فرع دمياط، وجنوبا الطريق الواصل بين السويس والقاهرة، كما يحدها شمالا بورسعيد وبحيرة المنزلة. وهي منفردة في هذا الإقليم بوجود رئاسة هيئة قناة السويس، ورئاسة جامعة قناة السويس وقيادة الجيش الثاني الميداني بها، وهي تقع على ملتقى عدة طرق حيوية تربطها بمحافظتي سيناء الشمالية والجنوبية بما ينتظرهما من خطط قومية للتنمية، والقاهرة كأكبر مركز للإستهلاك وبورسعيد والسويس كموانئ، ويبلغ إجمالي عدد سكان المحافظة 1.352.548 نسمة، مما يجعل الإسماعيلية من محافظات مصر الأقل كثافة سكانية والأقل في عدد المباني السكنية وبالتالي لا يظهر عليها أي مظاهر للتكدس السكاني، وتنقسم محافظة الإسماعيلية إدارياً إلى 5 مراكز إدارية هي (مركز الإسماعيلية، مركز التل الكبير، مركز فايد، مركز القنطرة شرق، مركز القنطرة غرب) و7 مدن، وعدد 3 أحياء، وعدد 25 وحدة محلية قروية، ويتبعها 6 قرى، و812 كفراً ونجماً وعزبة (مركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار، 2022)، ويتنوع النشاط الاقتصادي بالمحافظة ما بين الزراعي والسياحي والصناعي، حيث تحظى الزراعة بالإسماعيلية بشهرة واسعة على مستوى الجمهورية ويرتب اسمها في أذهان الجميع بالعديد من محاصيل الخضر والفاكهة مثل (المانجو، الموالح، الفراولة، الفول السوداني، الطماطم، السمسم)، أما الجانب الصناعي فتم إنشاء العديد من المناطق الصناعية مثل الصناعات المعدنية، الصناعات الغذائية، الملابس و مواد البناء، والليكترونيات، والتي تساهم في توفير العديد من فرص العمل لشباب الخريجين والتقليل من حدة البطالة، أما الجانب السياحي تختص محافظة الإسماعيلية بين ربوعها بأجمل بحيرات العالم أهم شريان دولي وأجمل مناظر طبيعية إنها بحيرة التمساح وقناة السويس والحدائق الخضراء (النوتة المعلوماتية لمحافظة الإسماعيلية، 2021).

المجال البشري للبحث:

وقد تم اختيار مركز القنطرة شرق كأحد الزمامات المكونة للزمام الرئيسي لترعة السلام، حيث أنها تحتل أولوية أولى في عملية إستصلاح وإستزراع 75 ألف فدان لتوافر العديد من المميزات منها: قربها من بداية ترعة السلام والطرق الرئيسية وكوبري السلام فوق قناة السويس والمدن الكبرى وهي: الإسماعيلية، القنطرة شرق، والقنطرة غرب) كما أن الخصائص الطبيعية لهذه المنطقة مناسبة للزراعة حيث الإستواء المناسب للتربة وإعتدال درجات الملوحة المناسبة لنمو النبات فيها، وقد تم إستصلاح وإستزراع 19 ألف فدان وتم تسليمها للمتفعين من البدو وصغار الزراع وشباب الخريجين، ويبلغ إجمالي عدد سكان مركز القنطرة شرق 31310 نسمة، يمثل الذكور بها 51% من إجمالي عدد السكان، وتم اختيار قرية جلابانة حيث أنها أقرب قرية لمركز ومدينة القنطرة شرق وينطبق عليها الخصائص السابقة، وتعتبر بيئة خصبة للإستصلاح الزراعي، وتمثل ثاني أكبر قرية في عدد السكان حيث يبلغ عدد سكانها 9630 نسمة، وبلغ إجمالي عدد الأسر 1926 أسرة.

وتعتبر الأسرة هي وحدة الدراسة، ولما كان من الصعب جمع البيانات البحثية من جميع الأسر الموجودة بمنطقة البحث، تم اختيار عينة عشوائية بسيطة ممثلة في أرباب هذه الأسر، تم تحديدها بمعلومية حجم الشاملة، وذلك باستخدام معادلة ستيفن ثامبسون Stephen Thompson، حيث بلغ حجم العينة بعد تطبيق المعادلة (320) مبوحث تمثل حوالي 16% من إجمالي عدد الأسر بمجتمع الدراسة. ولقد تم جمع البيانات الميدانية اللازمة لإجراء الدراسة بواسطة استمارة الاستبيان بالمقابلة الشخصية، وذلك خلال شهر مارس 2022م، وتم تفرغ وجدولة البيانات وتحليلها بواسطة الاختبارات الإحصائية المناسبة لطبيعة البيانات من خلال البرنامج الإحصائي (SPSS).

معادلة ستيفن ثامبسون Stephen Thompson لتحديد عينة الدراسة (بشماني، 2014، ص91):

$$n = \frac{N \times p(1 - p)}{[[N - 1(d^2 \div z^2)] + p(1 - p)]}$$

حيث أن:

ن = حجم العينة

N = حجم المجتمع

p = قيمة احتمالية تتراوح قيمتها بين الصفر والواحد وتأخذ قيمة 0.50 أينما وجدت لتثبيت الشروط وبسبب عدم معرفة

تقدير p فمعظم الأحيان تكون غير متاحة لذلك يتم اخذ القيمة العظمى وهي $p(1 - p) = 0.25$

z = الدرجة المعيارية وتساوي 1.96 عند معامل ثقة 0.95. d = الدقة المطلوبة.

المفاهيم الإجرائية والمعالجة الكمية للمتغيرات البحثية

1- السن: ويقصد به سن المبوحث لأقرب سنة ميلادية أثناء جمع البيانات، وتم التعبير عنه بالأرقام المطلقة.

- 2- عدد سنوات التعليم الرسمي: يقصد به عدد سنوات التعليم التي أتمها المبحوث اثناء جمع البيانات، وتم التعبير عنه بالأرقام الخام المطلقة.
- 3- عدد سنوات الزواج: يقصد به عدد السنوات التي قضاها المبحوث متزوجاً حتى وقت جمع البيانات، وتم التعبير عن هذا المقياس بالأرقام الخام المطلقة.
- 4- عدد أفراد الأسرة: ويقصد به عدد أفراد الوحدة المعيشية الذين يعيشون معاً في أسرة واحدة، وتم التعبير عن هذا المتغير بالأرقام المطلقة.
- 5- الدخل الشهري للأسرة: تم قياس هذا المتغير باستخدام الأرقام الخام المطلقة بالجنيه المصري لمجموع دخل الأسرة من كافة بنود الدخل (العمل أو الوظيفة أو ريع الأرض أو تأجير عقارات وغيرها) خلال فترة زمنية تقدر بالشهر.
- 6- إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً: ويقصد به مجموع ما ينفق على بند الغذاء فقط خلال فترة زمنية تقدر بالشهر، تم قياس هذا المتغير باستخدام الأرقام الخام المطلقة بالجنيه المصري.
- 7- حجم الحيازة الزراعية: تم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن إجمالي مساحة الأرض الزراعية التي في حوزة الأسرة سواء كانت ملكاً أو أيجار أو مشاركة في وقت جمع البيانات، واستخدمت الأرقام الخام المطلقة بالفدان للتعبير عن هذا المتغير.
- 8- المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء: تم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث من هو المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء داخل الأسرة سواء كان المبحوث نفسه أو الزوج أو الزوجة، وأعطيت الاستجابات الرموز الرقمية (1،2،3) على الترتيب.
- 9- عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي: وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن مصادر المعلومات والمعارف عن الغذاء والتغذية والمثثلة في (الأصدقاء، والجيران، والصحف، والمجلات، والأقارب، والتلفزيون والمرشد الصحي، والخبرة الشخصية، وغيرها من المصادر الأخرى التي يحصل منها المبحوث على المعلومات.
- 10- الانفتاح على العالم الخارجي: يقصد به ممارسة المبحوثين لمجموعة الأنشطة والممارسات التي تمكنهم من الحصول على معلومات يتعرف من خلالها على ظروف ومجريات الأمور داخل المجتمع المحلي والقومي والدولي، وتم قياس هذا المتغير كمقياس كمي، وأعطيت الاستجابات التالية: دائماً=4، أحياناً=3، نادراً=2، لا=1، وحسبت الدرجة الكلية لهذا المتغير بمجموع الدرجات التي تم الحصول عليها من البنود المكونة له وعددها أربعة بنود تبدأ ب (القرى المجاورة) وتنتهي ب (السفر خارج الجمهورية).
- 11- الانفتاح الثقافي للمبحوث: وتم قياس هذا المتغير كمقياس كمي، وأعطيت الاستجابات التالية: دائماً=4، أحياناً=3، نادراً=2، لا=1، وحسبت الدرجة الكلية لهذا المتغير بمجموع الدرجات التي تم الحصول عليها من البنود المكونة له وعددها خمسة بنود تبدأ ب (الاطلاع على كل ما هو جديد يتعلق بالتنمية) وتنتهي ب (حضور الاجتماعات والندوات الثقافية بالمنطقة).
- 12- المشاركة غير الرسمية: ويقصد به مدي قدرة المبحوث على المشاركة الفعالة والإيجابية في أنشطة وبرامج التنمية بالقرية والتي تفيد أهل مجتمعه وتخدمهم، وتم قياس هذا المتغير كمقياس كمي، وأعطيت الاستجابات ترميز رقمي كما يلي: دائماً=4، أحياناً=3، نادراً=2، لا=1، وحسبت الدرجة الكلية لهذا المتغير بمجموع الدرجات التي تم الحصول عليها من استجابة المبحوثين على البنود المكونة له وكان عددها ستة بنود تبدأ ب (تبادل الزيارات مع جيرانك في القرية) وتنتهي ب (يتشارك في تكوين الجمعيات المالية لمساعدة بعضنا البعض).
- 13- اتجاهات المبحوث نحو العادات الغذائية الصحيحة: تم قياس هذا المتغير من خلال سؤال المبحوث عن اتجاهات نحو (17) سبعة عشر عادة غذائية صحيحة، وطلب من المبحوث أن يبين درجة موافقته على كل عبارة على مقياس متدرج (موافق، موافق لحد ما، غير موافق) تعكس الإجابة على اتجاه المبحوثين نحو العادات الغذائية الصحيحة، وقد أعطيت الدرجات (1،2،3) على الترتيب، وجمعت الدرجات التي حصل عليها المبحوثين لتعبر عن اتجاهاتهم نحو العادات الغذائية الصحيحة.

المتغير التابع: الوعي الغذائي للأسر البدوية:

الوعي الغذائي للأسر البدوية: يقصد بها مجموعة المعارف والممارسات الغذائية الصحية السليمة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية بصورة مستمرة تكسبها شكل العادة التي تواجه قدرات الفرد في تحديد واجباته المنزلية المتكاملة التي تحافظ على صحته وحيويته، وتم قياس هذا المتغير عن طريق سؤال المبحوثين عدد (30) ثلاثون سؤالاً تعكس الإجابة عليها مستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية، وهذه الأسئلة موزعة على المجالات الفرعية الثلاث محل الدراسة والمثثلة في (10 أسئلة لجودة الغذاء، و10 أسئلة لسلامة الغذاء، و10 أسئلة للتغذية الصحية) وأعطيت الاستجابات التالية: موافق (3)، موافق لحد ما (2)، غير موافق (1)، ومثلت محصلة الدرجات عن كافة العبارات لتعطي الدرجة الكلية لتعبر عن مستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة.

الفروض البحثية:

تحقيقاً للهدف الثاني والثالث من أهداف البحث، تم صياغة الفروض البحثية التالية:

الفرض البحثي الأول: توجد علاقة ارتباطية بين الوعي الغذائي للأسرة البدوية بمنطقة الدراسة كمتغير تابع، وبين مجموعة المتغيرات المستقلة المدروسة (السن، عدد سنوات التعليم الرسمي، عدد سنوات الزواج، عدد أفراد الأسرة، الدخل الشهري للأسرة، إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً، حجم الحيازة المزرعية، المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء للأسرة، عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي، الانفتاح على العالم الخارجي، الانفتاح الثقافي للمبحوث، المشاركة غير الرسمية، اتجاهات المبحوث نحو العادات الغذائية الصحيحة).

الفرض البحثي الثاني: تسهم مجموعة المتغيرات المستقلة المدروسة مجتمعة في تفسير التباين الكلي في الوعي الغذائي للأسر البدوية كمتغير تابع بمنطقة الدراسة.

أدوات التحليل الإحصائي للبيانات:

استوفيت البيانات اللازمة لتحقيق أهداف البحث باستخدام استمارة استبيان بالمقابلة الشخصية، هذا وقد تم عرض وتحليل البيانات الميدانية باستخدام بعض الأساليب الإحصائية الوصفية مثل: التكرارات، النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، وكذلك استخدمت بعض الأساليب الإحصائية التحليلية مثل: معامل الارتباط البسيط، ومعامل الانحدار المتعدد المتدرج الصاعد Step Wise للتعرف على أكثر المتغيرات المستقلة المدروسة تأثيراً في تفسير التباين الكلي في الوعي الغذائي للأسر البدوية كمتغير تابع بمنطقة الدراسة، وتم التحليل باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS version 25.

النتائج والمناقشة

أولاً: وصف المتغيرات البحثية المدروسة

أ- المتغيرات المستقلة

يبين الجدول (1) النتائج الوصفية الخاصة بكل متغير من المتغيرات المستقلة في هذه الدراسة وهي:

- **السن:** أظهرت النتائج ان نسبة 43.1% من المبحوثين يقعون في الفئة العمرية (23 - 37 سنة) وهي الفئة التي لديها الفرصة للحصول على المعلومات المتعلقة بالوعي الغذائي من مصادر مختلفة مثل المنصات الالكترونية والتقارير العلمية وغيرها، بينما نسبة 32.2% من المبحوثين يقعون في الفئة الثانية والتي تتراوح من (38 - 52 سنة) وهذه الفئة لديها الوعي الكافي باختيار الأنماط الغذائية التي تتناسب مع كل فرد داخل الأسرة لتساعد في البناء والتكوين الصحيح لجسم الفرد داخل الأسرة، في حين أن نسبة 24.7% من المبحوثين يقعون في الفئة الثالثة والتي تتراوح من (53 - 68 سنة) وهذه الفئة تعتمد بدرجة كبيرة على النباتات البرية والطبية في تكوين الغذاء لهم ولأسرهم نتيجة معرفتهم وخبراتهم الذاتية بنوعية هذه النباتات وأهميتها في عملية التغذية.
- **عدد سنوات التعليم الرسمي:** تبين من النتائج أن غالبية المبحوثين بنسبة 85.3% يقعون في الفئة الثالثة والتي تتراوح من (12 درجة فأكثر) وهو الأفراد الحاصلين على المؤهلات المتوسطة والعليا، وهذا يشير لارتفاع معدلات الوعي الغذائي لهم ولأسرهم من خلال اتباع العادات الغذائية السليمة باتباع الاشتراطات اللازمة لجودة وسلامة الغذاء باستخدام الوسائل المتاحة مثل الإنترنت، والمنصات الإلكترونية، والاستشارات الطبية وغيرها، في حين أن نسبة 14.4% من المبحوثين يقعون في الفئة الثانية والتي تتراوح من (9 وأقل من 12 درجة)، في حين أن نسبة 0.3% من المبحوثين يقعون في الفئة الأولى والتي تتراوح من (6 وأقل من 9 درجات)، وهذه الفئة لم تحظى بالتعليم المناسب وتعتمد على الخبرات المكتسبة من طبيعة المجتمع الذي يعيشون به للحصول على نوعية ومكونات الغذاء المناسبة لهم ولأسرهم.
- **عدد سنوات الزواج:** تبين من النتائج أن ما يقرب من نصف المبحوثين إقليلاً بنسبة 46.3% يتراوح عدد سنوات الزواج الخاصة بهم من (صفر - وأقل من 13 سنة)، وربما يرجع ذلك لكون هؤلاء من الوافدين الجدد في هذه المجتمعات وذو نشأة حضرية، بينما نسبة 31.5% من المبحوثين تتراوح سنوات الزواج الخاصة بهم من (13 وأقل من 26 سنة)، وهذه الفئة تمتع بالنضج والوعي الغذائي بمعرفة الأنماط والعادات الغذائية السليمة المناسبة للأسرة البدوية، في حين أن نسبة 22.2% من المبحوثين تتراوح سنوات الزواج لديهم من (26 درجة فأكثر).
- **عدد أفراد الأسرة:** أسفرت النتائج أن ما يزيد عن نصف المبحوثين قليلاً بنسبة 53.8% يعيشون في أسرة متوسطة تتراوح من (4 - 7 أفراد)، بينما نسبة 34.4% من المبحوثين يعيشون في أسر صغيرة تتراوح ما بين (1 وأقل من 3 أفراد)، وربما يرجع ذلك أن هذه الفئة من ذوى النشأة الحضرية الذين لديهم الوعي الكافي ببرامج تنظيم الأسرة، في حين أن نسبة 11.8% من المبحوثين يعيشون في أسر كبيرة تتراوح من (7 أفراد فأكثر) وهذا ما يتفق مع العادات والتقاليد البدوية حيث الزواج المبكر للفتيات وانجاب الذكور ليكونوا عزوة ومصدر فخر لأسرهم وأيضاً المساعدة كمصدر ثانوي في تحسين المستوى المعيشي للأسرة
- **الدخل الشهري للأسرة:** أوضحت النتائج أن ما يزيد عن نصف المبحوثين قليلاً بنسبة 51.9% مستوى الدخل الشهري لأسرهم كافي لحد ما، وأن نسبة 13.8% من المبحوثين الدخل الشهري لديهم كافي، وربما يرجع ذلك أنهم يعملون بمهن أخرى بجانب المهنة الرئيسية، في حين أن نسبة 25.9% من المبحوثين مستوى دخولهم غير كافية، وهؤلاء

- يحتاجون البحث عن مصادر بديلة لتوفير مستوى دخل يتناسب مع احتياجاته أسرهم من السلع والخدمات، في حين أن نسبة 8.4% من المبحوثين مستوى دخولهم كافية وتفيض.
- **إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً:** أسفرت النتائج أن نسبة 33.1% من المبحوثين إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً لأسرهم يتراوح ما بين (1100 – 2000) جنيه، بينما أن نسبة 38.8% من المبحوثين ينفقون على الغذاء شهرياً ما يتراوح ما بين (2001 – 2900) جنيه، في حين أن نسبة 28.6% ينفقون على الغذاء شهرياً ما يتراوح ما بين (2901 – 3800) جنيه.
 - **حجم الحيازة الزراعية:** بينت النتائج أن ما يزيد عن نصف المبحوثين قليلاً بنسبة 55% لديهم حيازات منخفضة وتتراوح ما بين (1- 7 فدان)، وربما يرجع ذلك لكون هذه الفئة تعمل بالقطاع الحكومي وغير مقيمين بصفة دائمة بالمنطقة، بينما نسبة 27.2% من المبحوثين يمتلكون حيازات متوسطة تتراوح ما بين (8 – 14 فدان)، في حين أن نسبة 17.8% لديهم حيازات مرتفعة والتي تتراوح ما بين (15 – 21 فدان)، وربما يرجع ذلك أن هذه الفئة لا يعملون بأي مهنة غير العمل بالنشاط الزراعي، وهذا يتناسب مع العادات والتقاليد البدوية والتي يعتبرون الزراعة هي المصدر الرئيسي للدخل.
 - **المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء للأسرة:** أشارت النتائج أن نسبة 83.4% من المبحوثين أكدوا على أن الزوجة هي المسؤولة عن تحديد مكونات الغذاء للأسرة، وهذا يتفق مع العديد من العادات والتقاليد البدوية والريفية والحضرية على حد سواء في اعتماد الأسرة بشكل أساسي على الزوجة (ربة المنزل) في تحديد احتياجات الأسرة من الغذاء ومكوناته وجودته وسلامته، وأن نسبة 5.9% من المبحوثين أشاروا أنهم يعتمدون على أنفسهم في إعداد وتحديد مكونات الغذاء حيث أنهم لم يتزوجون بعد، في حين أن نسبة 10.6% من المبحوثين يعتمدون في تحديد مكونات الغذاء على رب الأسرة.
 - **عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي:** أكدت النتائج أن ما يزيد عن نصف المبحوثين قليلاً بنسبة 52.5% يعتمدون على مصادر متنوعة في الحصول على المعلومات عن الوعي الغذائي للأسرة مثل وسائل التواصل الاجتماعي والإعلام المرئي والمقروء والمسموع، ويشير ذلك لارتفاع معدلات الوعي وذلك باستخدامهم للتكنولوجيا الحديثة في البحث عن المعلومات الخاصة بمكونات الغذاء وسلامته وجودته، بينما نسبة 17.5% من المبحوثين يعتمدون على الخبرات الشخصية عن الوعي الغذائي، في حين أن نسبة 30% يعتمدون على (الصحف والمجلات، الأصدقاء، والجيران، والمرشد الصحي) في المعرفة بالوعي الغذائي.
 - **الانفتاح على العالم الخارجي:** أوضحت النتائج أن ما يقرب نصف المبحوثين إلا قليلاً بنسبة 47.8% درجة انفتاحهم على العالم الخارجي ومتوسطة والتي تتراوح ما بين (8- 11 درجة)، بينما أن نسبة 26.6% من المبحوثين درجة انفتاحهم على العالم الخارجي منخفضة وتتراوح ما بين (4 – 7 درجات)، وهذا يؤكد حاجة هذه الفئة لمزيد من برامج التوعية عن الوعي الغذائي وأهميته للأسرة للحفاظ على التكوين الصحي السليم لأفراد الأسرة، في حين أن نسبة 25.6% من المبحوثين درجة انفتاحهم على العالم الخارجي مرتفعة والتي تتراوح ما بين (12- 16 درجة)، وهذه الفئة تحاول نقل المعارف والخبرات المتعلقة بالغذاء ومكوناته وجودته إلى الآخرين للمساهمة في رفع معدلات الوعي الغذائي لدى سكان المنطقة.
 - **الانفتاح الثقافي للمبحوث:** تبين من النتائج أن نسبة 41.7% من المبحوثين درجة انفتاحهم الثقافي متوسطة والتي تتراوح ما بين (10 - 14 درجة)، وربما يرجع ذلك أنهم من شباب الخريجين الذين لديهم الوعي الكافي باستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في الحصول على كافة المعلومات التي يريدون الحصول عليها والمتعلقة بالغذاء وتأثيره على أفراد الأسرة، بينما نسبة 35.5% من المبحوثين انفتاحهم الثقافي منخفضة ويتراوح ما بين (5 – 9 درجات)، وربما يرجع ذلك أنهم من ذو المؤهلات المنخفضة وهم غالباً من كبار السن الذين ليس لديهم الوعي الكافي باستخدام التكنولوجيا الحديثة للحصول على المعلومات، في حين أن نسبة 22.8% من المبحوثين درجة انفتاحهم الثقافي مرتفع ويتراوح ما بين (15 - 20 درجة).
 - **المشاركة غير الرسمية:** أسفرت النتائج أن ما يزيد عن نصف المبحوثين قليلاً بنسبة 50.6% درجة مشاركتهم غير الرسمية متوسطة والتي تتراوح من (12 - 17 درجة)، بينما أن نسبة 27.9% من المبحوثين درجة مشاركتهم غير الرسمية منخفضة والتي تتراوح ما بين (6 – 11 درجة)، وربما يرجع ذلك لعدم معرفتهم ووعيهم بنوعية البرامج وكيفية تنفيذها، بالإضافة لعدم إدماجهم وإشراكهم في وضع الخطط والبرامج التنموية التي تحتاجها المنطقة، في حين أن نسبة 21.5% من المبحوثين درجة مشاركتهم غير الرسمية مرتفعة والتي تتراوح ما بين (18 – 24 درجة)، وهذه الفئة غالباً من سكان المنطقة الأصليين الذين يحاولون تحسين مستوى الخدمات بالمنطقة.
 - **اتجاهات المبحوثين نحو العادات الغذائية الصحية:** أظهرت النتائج أن ما يقرب من نصف المبحوثين العينة إلا قليلاً بنسبة 45.9% اتجاهاتهم نحو العادات الغذائية متوسطة والتي تتراوح ما بين (28 وأقل من 39 درجة)، بينما نسبة 31.8% من المبحوثين اتجاهاتهم نحو العادات الغذائية الصحية منخفضة والتي تتراوح ما بين (17 وأقل من 28 درجة)، وربما يرجع ذلك لعدم إلمام المسؤول عن الغذاء داخل الأسرة بالمعلومات الكافية عن الغذاء ومكوناته وجودته وأهمية في التكوين الصحي لأفراد الأسرة، في حين أن نسبة 22.3% من المبحوثين اتجاهاتهم نحو العادات الغذائية

الصحيحة مرتفعة والتي تتراوح ما بين (39 درجة فأكثر)، وهذه الفئة هي الأكثر وعياً بمكونات الغذاء وسلامته وجودته نتيجة البحث الدؤوب عن المعلومات المتعلقة بهذه المجال.

جدول (1): التوزيع العددي والنسبي للخصائص والسمات المميزة للمبحوثين بمنطقة الدراسة (ن = 320).

الخصائص الشخصية	الفئات	العدد	%	الخصائص الشخصية	الفئات	العدد	%
1- السن:	فئة أولى (23 - 37) سنة	138	43.1	8- المسؤول عن تحديد المبحوث		19	5.9
	فئة ثانية (38 - 52) سنة	103	32.2	مكونات الغذاء	الزوجة	267	83.4
	فئة ثالثة (53 - 68) سنة	79	24.7	9- عدد المصادر	الأصدقاء	27	8.4
2- عدد سنوات التعليم الرسمي	(6 وأقل من 9 درجات)	1	0.3	المعرفية عن الوعي الغذائي	الجيران	14	4.4
	(9 وأقل من 12 درجة)	46	14.4	المرشد الصحي	المرشد الصحي	34	10.6
	(12 درجة فأكثر)	273	85.3	الخبرة الشخصية	الصحف والمجلات	21	6.6
3- عدد سنوات الزواج	(صفر وأقل من 13 درجة)	148	46.3	مصادر أخرى		168	52.5
	(13 وأقل من 26 درجة)	101	31.5	10- الانفتاح على العالم الخارجي	(4 - 7 درجات)	85	26.6
	(26 درجة فأكثر)	71	22.2	(8 - 11 درجة)		153	47.8
4- عدد أفراد الأسرة	(1 - 4 أفراد)	110	34.4	(12 - 16 درجة)		82	25.6
	(5 - 8 أفراد)	172	53.8	11- الانفتاح الثقافي	(5 - 9 درجات)	114	35.5
	(9 - 12 فرد)	38	11.8	(10 - 14 درجة)		133	41.7
5- الدخل الشهري للأسرة	كافي ويفيض	27	8.4	(15 - 20 درجة)		73	22.8
	كافي	44	13.8	12- المشاركة غير الرسمية	(6 - 11 درجات)	89	27.9
	كافي لحد ما	166	51.9	(12 - 17 درجة)		162	50.6
	غير كافي	83	25.9	(18 - 24 درجة)		69	21.5
6- إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً	(1100-2000 جنيه)	106	33.1	13- اتجاهات المبحوث نحو العادات الغذائية الصحيحة	(17 وأقل من 28 درجة)	102	31.8
	(2001 - 2900 جنيه)	124	38.8	(28 وأقل من 39 درجة)		147	45.9
	(2901 - 3800 جنيه)	90	28.1	39) درجة فأكثر)		71	22.3
7- حجم الحيازة الزراعية	من (صفر - 6 فدان)	176	55.0	الإجمالي		320 = ن	
	من (7 - 13 فدان)	87	27.2				
	من (14 - 21 فدان)	57	17.8				

المصدر: البيانات الواردة بالجدول جمعت وحسبت من خلال استمارة استبيان 2022

ب- المتغير التابع: الوعي الغذائي للأسر البدوية:

تظهر النتائج الواردة بالجدول (2) النتائج الوصفية الخاصة بكل مجال من مجالات الوعي الغذائي وهي:

1- مستوى الوعي للمبحوثين وأسرهم بسلامة الغذاء:

أوضحت النتائج أن الدرجات المعبرة عن مستوى الوعي للمبحوثين وأسرهم فيما يتعلق بسلامة الغذاء قد تراوحت ما بين (10 - 30) درجة بمتوسط حسابي قدره 18.47، وانحراف معياري قدره 5.25، وقد أمكن تصنيف المبحوثين إلي ثلاث فئات: حيث شملت الفئة الأولى المبحوثين ذوي مستوى الوعي المنخفض حيث يمثلون 32.2% من إجمالي العينة، بينما ضمت الفئة الثانية المبحوثين ذوي الوعي المتوسط والذين يمثلون قرابة 46.3%، في حين أن نسبة 21.5% من المبحوثين كان لديهم مستوى الوعي بسلامة الغذاء مرتفع، وأظهرت النتائج السابقة أن حوالي 78.5% من المبحوثين يمثلون فئة الوعي المنخفضة إلى المتوسطة فيما يتعلق بسلامة الغذاء.

2- مستوى الوعي الغذائي للمبحوثين وأسرهم بجودة الغذاء:

أشارت النتائج أن الدرجات المعبرة عن مستوى الوعي للمبحوثين وأسرهم بجودة الغذاء قد تراوحت ما بين (10 - 30) درجة بمتوسط حسابي قدره 18.17، وانحراف معياري قدره 4.718، وقد أمكن تصنيف المبحوثين إلي ثلاث فئات: حيث شملت الفئة الأولى المبحوثين ذو مستوى الوعي المنخفض حيث يمثلون 26.6% من إجمالي المبحوثين، بينما ضمت الفئة الثانية المبحوثين ذو الوعي المتوسط والذين يمثلون قرابة 59.7%، في حين أن نسبة 13.7% من المبحوثين كان لديهم مستوى الوعي بجودة الغذاء مرتفع، وأظهرت النتائج السابقة أن حوالي 86.3% من المبحوثين يمثلون فئة الوعي المتوسط والمنخفض فيما يتعلق بجودة الغذاء.

3- مستوى الوعي الغذائي للمبحوثين وأسرهم بالتغذية الصحية:

أظهرت النتائج أن الدرجات المعبرة عن مستوى وعي المبحوثين وأسرهم بالتغذية الصحية بمنطقة الدراسة قد تراوحت ما بين (10 - 30) درجة بمتوسط حسابي قدره 18.43، وانحراف معياري قدره 5.086، وقد أمكن تصنيف المبحوثين إلي ثلاث فئات: حيث شملت الفئة الأولى المبحوثين ذو مستوى الوعي المنخفض حيث يمثلون 26.3% من إجمالي المبحوثين، بينما ضمت الفئة الثانية المبحوثين ذو الوعي المتوسط والذين يمثلون قرابة 58.7%، في حين أن نسبة 15.0% من المبحوثين كان لديهم مستوى الوعي بالتغذية الصحية مرتفع، وأظهرت النتائج السابقة أن حوالي 85% من المبحوثين يمثلون فئة الوعي المتوسط والمنخفض فيما يتعلق بجودة الغذاء.

4- الدرجة الكلية لمستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة:

بينت النتائج أن الدرجات المعيرة عن الدرجة الكلية لمستوى الوعي الغذائي للمبحوثين وأسره قد تراوحت ما بين (30 - 90) درجة، بمتوسط حسابي قدره 57.0، وانحراف معياري 15.334، وقد أمكن تصنيف المبحوثين وفقاً للدرجات التي حصلوا عليها إلى ثلاث فئات: حيث شملت الفئة الأولى المبحوثين ذو الوعي المنخفض بنسبة 32.5% من إجمالي المبحوثين، بينما ضمت الفئة الثانية المبحوثين ذو الوعي المتوسط بنسبة 48.7% من إجمالي المبحوثين، في حين ضمت الفئة الثالثة المبحوثين ذو الوعي المرتفع بنسبة 18.8% من إجمالي المبحوثين، واتضح من النتائج السابقة أن حوالي 81.2% من المبحوثين يقعون في فئة الوعي الغذائي المنخفضة إلى المتوسطة، وهذا يشير إلى الحاجة الملحة لديهم للتزود بالمعارف والخبرات والممارسات الصحية لزيادة مستوى الوعي الغذائي لهم ولأسرهم.

جدول (2) التوزيع العددي والنسبي لمستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة (ن = 320)

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة %	التكرار	مستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة (القطرة شرق)
أ- الوعي بسلامة الغذاء				
5.250	18.47	32.2	103	منخفض من (10 - 16 درجة)
		46.3	148	متوسط من (17 - 23 درجة)
		21.5	69	مرتفع من (24 - 30 درجة)
ب- الوعي بجودة الغذاء				
4.718	18.17	26.6	85	منخفض من (10 - 16 درجة)
		59.7	191	متوسط من (17 - 23 درجة)
		13.7	44	مرتفع من (24 - 30 درجة)
ج- الوعي بالتغذية الصحية				
5.086	18.43	26.3	84	منخفض من (10 - 16 درجة)
		58.7	188	متوسط من (17 - 23 درجة)
		15.0	48	مرتفع من (24 - 30 درجة)
د- الدرجة الكلية لمستوى الوعي الغذائي				
15.334	57.0	32.5	104	منخفض من (30 - 49 درجة)
		48.7	156	متوسط من (50 - 69 درجة)
		18.8	60	مرتفع من (70 - 90 درجة)

المصدر: البيانات الواردة بالجدول جمعت وحسبت من خلال استمارة استبيان، وبرنامج التحليل الاحصائي SPSS

ثانياً: النتائج الخاصة بطبيعة العلاقة بين الوعي الغذائي للأسر البدوية كمتغير تابع وبين المتغيرات المستقلة المدروسة (خصائص المبحوثين) بمنطقة الدراسة.

لتحقيق الهدف الثاني من الدراسة تم وضع الفرض البحثي الأول، وللتأكد من صحته تم اشتقاق عدد (13) فرضاً احصائياً تتفق جميعها في مقولة واحدة مؤداها " لا توجد علاقة ارتباطية بين الوعي الغذائي للأسر البدوية وبين المتغيرات المستقلة التالية (السن، عدد سنوات التعليم الرسمي، عدد سنوات الزواج، عدد أفراد الأسرة، الدخل الشهري للأسرة، إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً، حجم الحيازة الزراعية، المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء، عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي، الانفتاح على العالم الخارجي، الانفتاح الثقافي للمبحوث، المشاركة غير الرسمية، اتجاهات المبحوث نحو العادات الغذائية الصحية، واختبار هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للمتغيرات المستقلة كما هو موضح بالجدول رقم (3).

اتضح من بيانات الجدول رقم (3) وجود علاقة ارتباطية معنوية موجبة عند مستوى المعنوية 0.01 بين الوعي الغذائي للأسر البدوية كمتغير تابع وبين الخصائص الشخصية التالية: عدد سنوات التعليم الرسمي، عدد سنوات الزواج، الدخل الشهري للأسرة، المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء للأسرة، عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي، اتجاهات المبحوثين نحو العادات الغذائية الصحية كمتغيرات مستقلة، كما أسفرت النتائج الواردة بنفس الجدول عن وجود علاقة ارتباطية معنوية عند مستوى المعنوية 0.05 بين مستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية كمتغير تابع وبين الخصائص الشخصية التالية: الانفتاح على العالم الخارجي، والانفتاح الثقافي للمبحوث كمتغيرات مستقلة.

وبناءً على النتائج السابقة يمكن رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل بالنسبة للمتغيرات التي ثبتت معنويتها مع للوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة، كما يمكن قبول الفرض الصفري ورفض الفرض البديل (البحثي) للمتغيرات الأخرى التي لم تثبت معنوية علاقتها.

وعلى ضوء النتائج السابقة وبما تفسره الفروض البحثية يتضح أن الأسرة ذات المستوى التعليمي المرتفع أكثر ثقافة ووعياً بمكونات الغذاء وجودته وسلامته بالمقارنة مع غيرهم من الفئات الأخرى، كما اتضح أن زيادة عدد سنوات الزواج تزيد معدلات الخبرة بالتغذية الصحية السليمة نتيجة لارتفاع معدلات الوعي والمعرفة، واتضح أيضاً أن زيادة الدخل الشهري للأسرة يساعد في زيادة الوعي بسلامة وجودة الغذاء، كما اتضح أيضاً أنه بزيادة المعارف والخبرات لدى المسؤول عن مكونات الغذاء تزيد معدلات الوعي الغذائي للأسرة، واتضح أيضاً أنه كلما تعددت المصادر المعرفية لأفراد الأسرة يزيد مستوى الوعي الغذائي لديهم، وكما تبين أن بزيادة الانفتاح على العالم الخارجي تزيد معدلات المعرفة

والخبرات وزيادة معدلات الوعي الغذائي، كما بينت أن زيادة معدلات الانفتاح الثقافي للمبحوث تزيد معدلات الوعي الغذائي نتيجة القدرة على اكتساب المعارف الجديدة بالغذاء، كما بينت أنه بزيادة الاتجاهات المبحوثين نحو العادات الغذائية الصحية يزيد مستوى الوعي الغذائي لديهم ولأسرهم بالمجتمع.

جدول (3): نتائج العلاقات الارتباطية بين الوعي الغذائي للأسر البدوية كمتغير تابع وبين المتغيرات المستقلة المدروسة (خصائص المبحوثين) بمنطقة الدراسة.

الوعي الغذائي للأسر البدوية		المتغيرات المستقلة (الخصائص الشخصية)
مستوى المعنوية	قيمة معامل بيرسون (r)	
0.657	0.025	السن
0.000	**0.459	عدد سنوات التعليم الرسمي
0.000	**0.368	عدد سنوات الزواج
0.813	0.013	عدد أفراد الأسرة
0.000	**0.425	الدخل الشهري للأسرة
0.478	0.040-	إجمالي ما ينفق على الغذاء شهرياً
0.096	0.093	حجم الحيازة الزراعية
0.000	**0.429	المسؤول عن تحديد مكونات الغذاء للأسرة
0.000	**0.469	عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي
0.025	*0.126	الانفتاح على العالم الخارجي
0.050	*0.110	الانفتاح الثقافي للمبحوث
0.177	0.076-	المشاركة غير الرسمية
0.000	**0.317	اتجاهات المبحوثين نحو العادات الغذائية الصحيحة

المصدر: البيانات الواردة بالجدول جمعت وحسبت من خلال التحليل الاحصائي SPSS

جدول (4) نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي المساعد للمتغيرات المستقلة (خصائص المبحوثين) المؤثرة في الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة كمتغير تابع.

المتغير التابع: الوعي الغذائي للأسر البدوية							المتغيرات المستقلة		
الترتيب	قيمة	معامل الانحدار الجزئي المعيارية	معامل الانحدار الجزئي B	% للتباين المفسر للمتغير التابع	% التراكمية للتباين المفسر للمتغير التابع (R ²)	معامل الارتباط المتعدد (R)	(خصائص المبحوثين)		
1	7.002	0.384	2.689	0.220	0.220	0.469	عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي		
2	6.743	0.240	1.616	0.125	0.345	0.587	عدد سنوات التعليم الرسمي		
3	5.840	1.106	6.461	0.075	0.420	0.648	المسؤول عن مكونات الغذاء		
4	5.243	0.063	0.332	0.05	0.470	0.686	الاتجاه نحو العادات الغذائية الصحيحة		
5	4.277	0.055	0.236	0.031	0.501	0.708	عدد سنوات الزواج		
6	3.531	0.164	0.578	0.019	0.520	0.721	الانفتاح على العالم الخارجي		
				معامل التحديد R ² = 0.520		معامل الارتباط المتعدد R = 0.721			
				** = معنوية عند 0.01		قيمة (F) المحسوبة = 56.571**			

المصدر: البيانات الواردة بالجدول جمعت وحسبت من خلال التحليل الاحصائي SPSS.

ثالثاً: الإسهام النسبي للمتغيرات المؤثرة في تفسير التباين الكلي للوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة. لتحديد الإسهام النسبي للمتغيرات المستقلة المدروسة (خصائص المبحوثين) ذات العلاقة الارتباطية في تفسير التباين الكلي للوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة كمتغير تابع، تم حساب معامل الانحدار الخطي المتعدد التدريجي الصاعد Step Wise Multiple Regression. وقد أوضحت نتائج التحليل الانحداري الخطي المتعدد المتدرج الواردة بجدول (4) أن ستة متغيرات فقط أسهمت معنوياً بنسبة بلغت 52% في تفسير التباين الكلي لمستوى الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة مرتبة تنازلياً كما يلي: عدد المصادر المعرفية عن الوعي الغذائي حيث يفسر بمفرده نحو 22.0%، ثم متغير عدد سنوات التعليم الرسمي حيث يفسر بمفرده نحو 12.5%، ثم متغير المسؤول عن مكونات الغذاء للأسرة بنسبة إسهام 7.5%، ثم متغير الاتجاه نحو العادات الغذائية الصحية بنسبة إسهام 5.0%، ثم متغير عدد سنوات الزواج بنسبة إسهام 3.1%، ثم متغير الانفتاح على العالم الخارجي بنسبة إسهام 1.9%، وبلغت قيمة (F) المحسوبة لاختبار معنوية الانحدار 56.571، وهي قيمة معنوية عند المستوي الاحتمالي 0.01، مما يعني معنوية النموذج ككل عند هذا المستوى الاحتمالي.

5- مشكلات الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة، ومقترحات التغلب عليها.

أ- المشكلات المتعلقة بالوعي الغذائي بمنطقة الدراسة:

أشارت النتائج الواردة بجدول (5) أن مجموعة المشكلات المتعلقة بالوعي الغذائي بمنطقة الدراسة تشمل عشرة (10) مشكلات، تم ترتيبها بحسب المتوسط المرجح لكل مشكلة. وقد جاء في مقدمة الترتيب مشكلة غياب الوعي بالعلاقة بين الغذاء والصحة بمتوسط مرجح 158.8، ثم غياب الوعي بالموصفات القياسية لجودة وسلامة الغذاء والتغذية الصحية السليمة لأفراد الأسرة بمتوسط مرجح 153.8، ثم عدم وجود حملات توعية من وزارة الصحة ووزارة الزراعة للتعريف بخطورة الغذاء الملوث بمتوسط مرجح 153.3، ثم عدم مناسبة أسعار السلع لمواصفاتها بمتوسط مرجح 146.5، ثم شراء الوجبات السريعة من المطاعم الخارجية بمتوسط مرجح 141.8، ثم عدم المعرفة بالأضرار الناتجة على تلوث الغذاء بمتوسط مرجح 134، ثم وجود الغش التجاري في الأغذية بمتوسط مرجح 130.8، ثم انخفاض مستويات الدخل للأسرة بمتوسط مرجح 128.5، ثم نقص الوعي بطرق التخزين المختلفة لنوعية الأطعمة السائدة بالمنطقة بمتوسط مرجح 127.2، وأخيراً استخدام الأطفال للأندومي والشيبسي وعدم التحكم في سلوك الأطفال بمتوسط مرجح 111.3.

جدول (5): التوزيع العددي والنسبي لمشكلات الوعي الغذائي للأسر البدوية بمنطقة الدراسة.

الترتيب	المتوسط المرجح	منخفضة		متوسطة		مرتفعة		المشكلات
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	
6	134	11	3.6	134	41.8	175	54.6	1- عدم المعرفة بالأضرار الناتجة عن تلوث الغذاء.
2	153.8	-	0.1	37	11.5	283	88.4	1- غياب الوعي بالموصفات القياسية لجودة وسلامة الغذاء والتغذية الصحية السليمة لأفراد الأسرة
7	130.8	49	15.3	77	24.1	194	60.6	2- وجود الغش التجاري في الأغذية
8	128.5	38	12.0	113	35.3	169	52.5	3- انخفاض مستويات الدخل
4	146.5	20	6.3	41	12.8	259	80.9	4- عدم مناسبة أسعار السلع لمواصفاتها
9	127.2	47	14.7	85	26.6	188	58.7	5- نقص الوعي بطرق التخزين المختلفة لنوعية الأطعمة السائدة بالمنطقة
3	153.3	11	3.2	18	5.6	291	90.9	6- عدم وجود حملات توعية من وزارة الصحة ووزارة الزراعة للتعريف بخطورة الغذاء الملوث
10	111.3	91	28.6	110	34.3	119	37.2	7- استخدام الأطفال للأندومي والشيبسي وعدم التحكم في سلوك الأطفال
5	141.8	28	8.8	53	16.5	239	74.7	8- شراء الوجبات السريعة من المطاعم الخارجية
1	158.8	-	-	8	2.5	312	97.5	9- غياب الوعي بالعلاقة بين الغذاء والصحة

المصدر: البيانات الواردة بالجدول جمعت وحسبت من استمارة استبيان 2022

ب- مقترحات الحد من مشكلات الوعي الغذائي للأسر البدوية من وجهة المبحوثين بمنطقة الدراسة:

تشير نتائج الجدول (6) إلى مقترحات الحد من مشكلات الوعي الغذائي للأسر البدوية من وجهة نظر المبحوثين، والتي أمكن ترتيبها تنازلياً حسب أهميتها على النحو التالي: نشر الوعي الغذائي بواسطة البرامج التليفزيونية والإعلام المرئي والمسموع ووسائل التواصل الاجتماعي بنسبة بلغت 97.5%، ثم عمل قوافل صحية وإرشادية للتعريف بأهمية الغذاء النظيف ومواصفاته للحفاظ على الصحة بنسبة بلغت 93.1%، ثم ضرورة التوعية بخطورة المواد الحافظة لتجنب انتشار الأمراض وتجنب المعلبات بنسبة بلغت 86.3%، ثم التعريف بالأمراض التي تنتسب عن طريق الغذاء الملوث للحد من انتشارها بالمنطقة بنسبة بلغت 85.6%، ثم الاهتمام بالتفتيش الدوري من وزارة الصحة على المنتجات الغذائية ومعرفة مدى صلاحيتها بنسبة بلغت 75.9%، ثم نشر الوعي الصحي للفئات غير المتعلمة بنسبة بلغت 73.7%، ثم نشر الثقافة الغذائية بنسبة بلغت 70.3%، ثم ضرورة عمل حملات توعية موجهة للأطفال والكبار بنسبة بلغت 55.9%، ثم التقليل والحد من تناول الوجبات السريعة وعدم تناول الغذاء خارج المنزل بنسبة بلغت 54.1%، ثم اتخاذ إجراءات تجاه

تطبيق المواصفات القياسية للغذاء للحفاظ على الصحة العامة للأفراد بنسبة بلغت 49.4%، وأخيراً القضاء الأمية الغذائية بنسبة بلغت 24.7%.

جدول (6) التوزيع العددي والنسبي لمقترحات المبحوثين للحد من مشكلات الوعي الغذائي بمنطقة الدراسة.

الترتيب	النسبة %	العدد	المقترحات
10	49.4	158	1- اتخاذ إجراءات تجاه تطبيق المواصفات القياسية للغذاء للحفاظ على الصحة العامة للأفراد
1	97.5	312	2- نشر الوعي الغذائي بواسطة البرامج التليفزيونية والإعلام المرئي والمسموع ووسائل التواصل الاجتماعي
11	24.7	79	3- القضاء الأمية الغذائية
7	70.3	225	4- نشر الثقافة الغذائية
6	73.7	236	5- نشر الوعي الصحي للفئات غير المتعلمة
8	55.9	179	6- ضرورة عمل حملات توعية موجهة للأطفال والكبار
2	93.1	298	7- عمل قوافل صحية وإرشادية للتعريف بأهمية الغذاء النظيف ومواصفاته للحفاظ على الصحة العامة
9	54.1	173	8- التقليل والحد من تناول الوجبات السريعة وعدم تناول الغذاء خارج المنزل
3	86.3	267	9- ضرورة التوعية بخطورة المواد الحافظة لتجنب انتشار الأمراض وتجنب المعليات
4	85.6	274	10- التعريف بالأمراض التي تسبب عن طريق الغذاء الملوث للحد من انتشارها بالمنطقة
5	75.9	243	11- الاهتمام بالتفتيش الدوري من وزارة الصحة على المنتجات الغذائية ومعرفة مدى صلاحيتها

المصدر: البيانات الواردة بالجدول جمعت وحسبت من استمارة استبيان 2022

الخلاصة والتوصيات

بناء على النتائج السابقة فإن البحث يوصي بما يلي: -

- 1- ضرورة الاهتمام بعقد سلسلة من الندوات التثقيفية والاجتماعات للتوعية بأهمية تحسين الوعي الغذائي تشارك فيه الجامعات من خلال كليات الزراعة (قسم الإرشاد الزراعي والمجتمع الريفي - الصناعات الغذائية) وكليات الاقتصاد المنزلي بكوادرها العلمية المتميزة من أجل تقديم خدمة تعليمية فيما يتعلق بجودة وسلامة والتغذية الصحية السليمة بمجتمع الدراسة.
- 2- تقديم برامج إرشادية غذائية متخصصة وموجهة لجميع أفراد الأسرة في جميع الجهات والمؤسسات الاجتماعية والإعلامية والإرشادية المعنية بهذا المجال.
- 3- الاهتمام بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث المستقبلية في موضوعات التغذية الصحية في المجتمعات الجديدة، مع التركيز على الدراسات التي تهتم بالاحتياجات المعرفية بالمواصفات القياسية لجودة وسلامة الغذاء، لما لهذا المجال من أهمية في بناء صحي وجسدي لأفراد المجتمع.
- 4- التأكيد بكل قوة على أهمية جودة العنصر البشري، فالمستوى التعليمي الجيد لأفراد الأسرة يساعد في رفع معدلات الوعي الغذائي وتحسين الأنماط الغذائية لهذه الأسر، بما يضمن الترشيد الغذائي وسلامة وصحة الأبناء والآباء معاً.
- 5- عمل دورية (مطبوعة إرشادية) معنونة بالتنقيب الغذائي تستهدف موضوعاتها النمط الغذائي السليم، أشكاله، ومكوناته، والعادات الغذائية الخاطئة، وكيفية معالجتها، وما هي البدائل الغذائية عالية القيمة الغذائية منخفضة التكاليف، وغيرها من الموضوعات التي تهم الأسرة.
- 6- تفعيل دور جمعيات تنمية المجتمع في رفع معدلات الوعي الغذائي من خلال نشر وتوطين الثقافة الغذائية والاهتمام بالتعليم الجيد- وعقد الندوات والاجتماعات الدورية مع أفراد المجتمع، الأمر الذي يؤدي إلي تحسن العادات الغذائية للفرد والمجتمع.
- 7- ضرورة الاستفادة من الوسائل التكنولوجية الحديثة في الحصول على المعارف والمعلومات اللازمة بالأنماط الغذائية الصحية، والعادات الغذائية السليمة والتي تؤثر على سلامة وجودة الغذاء.

المراجع

- أحمد، سمير محمد، وحسن عبد الرؤوف الهندي (2002)، تغذية الإنسان، مكتبة بستان المعرفة للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ابن ورقلة، نادية (2013)، دور شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي السياسي والاجتماعي لدى الشباب العربي، مجلة دراسات وأبحاث، المجلد 5، العدد 11، جامعة الجلفة، الجزائر.
- أبو خطوه، السيد عبدالمولى، وأحمد نصحي البياز (2014)، شبكة التواصل الاجتماعي وأثارها على الأمن الفكري لدى طلبة التعليم الجامعي بمملكة البحرين، المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي، المجلد 7، العدد 15. البحرين.
- البندياري، سناء محمد (2002)، المرجع العلمي في تغذية الإنسان، هبه النيل العربية للنشر، القاهرة.
- الجارحي، أمان علي (2000)، الغذاء والتغذية والصحة العامة، مشروع دمج الثقافة السكانية والبيئة في الإرشاد الزراعي، منظمة الأمم المتحدة للأغذية والزراعة FAO، وصندوق الأمم المتحدة للسكان، وزارة الزراعة واستصلاح الأراضي، الطبعة الثانية.

- السباعي، ليلي عبد المنعم (2004)، الغذاء ونقل الأمراض " الأمراض المعدية" - التسمم الغذائي"، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- الشريف، بيضاء محمد غالب (2010)، التثقيف الغذائي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- الشنيفي، محمد الصالح، وعبد العزيز بن ثابت ابن ظبية، وحسن عبد الله القحطاني (2003)، المستوى المعرفي وعلاقته بالمستوى التطبيقي لجودة وسلامة اللحوم والحليب لأسر طلاب المرحلة الابتدائية في مدينة الرياض، مجلة جامعة الملك سعود للعلوم الزراعية، العدد (15)، المملكة العربية السعودية.
- القنومي، كاشف زايد (2009)، مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وجامعة السلطان قابوس، المؤتمر الفلسطيني العلمي الأول للتربية البيئية والرياضية.
- بشماني، شكيب (2014)، دراسة تحليلية مقارنة للصبغ المستخدمة في حساب حجم العينة العشوائية، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة العلوم الاقتصادية والقانونية المجلد (36)، العدد (5)، سوريا.
- بيومي، محمد أحمد (2003)، القيم وموجهات السلوك الاجتماعي، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- جمعه، سعاد محمد (2008)، بعض الملامح الحالية التغذوية لبدو محافظة جنوب سيناء، المجلة الاجتماعية القومية، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية، مجلد 45، عدد 3، سبتمبر.
- حمزاوي، لطفي فهمي (2006)، سلامة الغذاء (الحاسب وتحليل المخاطر)، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع، الطبعة الثانية، القاهرة.
- حمزاوي، لطفي فهمي، وعبد العزيز على (2007)، إدارة الجودة والأمان الغذائي، الطبعة الأولى، كلية الزراعة، جامعة عين شمس.
- رشاد، تسبي محمود، وايزيس عازر نوار (2005 - 2006)، التقنين الغذائي وإدارة الوجبات، مكتبة شبان المعرفة، كفر الدوار.
- سعد، فاطمة مصطفى حسن (2016)، تنفيذ الريفيات للممارسات المتعلقة بالوصايا الخمس لمنظمة الصحة العالمية للمحافظة على الغذاء المنزلي من التلوث ببعض قرى محافظة البحيرة، مجلة الجمعية العلمية للإرشاد الزراعي، المجلد (20)، العدد (1)، معهد بحوث الإرشاد الزراعي والتنمية الريفية، مركز البحوث الزراعية، القاهرة.
- عامر، أسماء فوزي عبد العزيز (2014)، دراسة العوامل الاجتماعية والبيئية المرتبطة بسلوك الريفيات نحو العادات الغذائية ببعض قرى محافظة كفر الشيخ، رسالة دكتوراه، كلية الزراعة، جامعة المنصورة.
- عبدالصمد، زينب محمود عبد الرحمن (2007)، دور الترشيد السمكي في تنمية وعي العاملين بالاستزراع للحد من تلوث الأسماك في محافظة دمياط، رسالة ماجستير، كلية الزراعة، جامعة عين شمس.
- عبد الله، أحمد مصطفى أحمد، ومنال فهمي إبراهيم (2016)، الوعي الغذائي للمرأة الريفية بمحافظة كفر الشيخ، مجلة الإسكندرية للعلوم الزراعية، المجلد (61)، العدد (4).
- عبد الهادي، سحر عبد الهادي محمود، وماجده عبد الله عبدالعال، ومحمد إبراهيم الخولي، ودعاء محمد زكي حافظ (2022)، دراسة تحليلية لوعي المرأة الريفية بالموصفات القياسية لجودة الغذاء بمحافظة الشرقية، مجلة الزقازيق للبحوث الزراعية، كلية الزراعة، المجلد 49، العدد (2).
- عثمان، فريدة عثمان (2000)، الكفاءة الصحية والتوازن الغذائي للجميع وللرياضيين، الطبعة الأولى، دار القلم للنشر والتوزيع، القاهرة.
- عزمي، مجدي نزيه (2002)، تنمية المهارات نحو الرقابة على الأغذية، المعهد القومي للتغذية، القاهرة.
- مzahرة، أيمن سليمان (2009)، التغذية في الصحة والمرض، دار إثراء للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان.
- منظمة الصحة العالمية (2020)، تقرير منظمة الصحة العالمية عن الصحة العامة والوعي الصحي.
- هاشم، حنفي عبد العزيز، وعاطف عبد العزيز هاشم (2003)، أسس التغذية الحديثة، الدار العربية للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، القاهرة.
- وشاحي، أحمد عبد المجيد، وحمامد حسني أحمد (2010)، دراسة اقتصادية لتطوير الإنفاق الغذائي في حضر مصر، المجلة المصرية للبحوث الزراعية، العدد (3)، معهد بحوث الاقتصاد الزراعي، مركز البحوث الزراعية.
- يحيى، راندا يوسف محمد أحمد (2018)، محددات الوعي الغذائي للمرأة البدوية بمحافظة مطروح، مجلة الإنتاج والتنمية، كلية التكنولوجيا، جامعة الزقازيق، المجلد (23)، العدد (1).