



تأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية علي خطر الإصابة بالسرطان

د. فائزة عوض إقدوره

أستاذ الصحة البيئية – كلية علوم البيئة – جامعة بنغازي

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بأنواع من السرطان في ليبيا. وسعت إلى تحديد العوامل المؤثرة على اختيار الأفراد لهذه الأطعمة، وتقييم مستوى الوعي بخطورتها، وتقديم توصيات لتحسين النظام الغذائي في المجتمع الليبي، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، حيث تم جمع البيانات من عينة عشوائية من العاملين في القطاع الصحي وشملت مستشفى الأورام بنغازي ومستشفى 1200 بنغازي في ليبيا باستخدام استمارة استبيان. تم تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS الإحصائي للكشف عن العلاقات بين المتغيرات المختلفة.

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط قوية بين زيادة استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وارتفاع خطر الإصابة بالسرطان. كما كشفت عن وجود فجوة في المعرفة لدى بعض أفراد العينة حول أضرار هذه الأطعمة، رغم ارتفاع مستوى الوعي العام بخطر الإصابة بالسرطان. وتأثرت هذه المعرفة بعوامل ديموغرافية مثل العمر، الجنس والمؤهل العلمي.

بناءً على نتائج هذه الدراسة، توصي الدراسة بتنفيذ حملات توعية مكثفة تستهدف جميع شرائح المجتمع، مع التركيز على أهمية اتباع نظام غذائي صحي وتقليل استهلاك الأطعمة الضارة. كما توصي بضرورة دعم إنتاج وتسويق الأطعمة الصحية، وتشجيع الصناعات الغذائية على إنتاج منتجات أقل ضرراً بالصحة. بالإضافة إلى ذلك، يجب على صناع القرار وضع سياسات غذائية فعالة تساهم في تحسين صحة المجتمع الليبي.

الكلمات الرئيسية: الأطعمة المصنعة – العوامل البيئية البشرية – العولمة – المشروبات السكرية – الأمراض السرطانية – النظام الغذائي.

Abstract:

This study aimed to determine the relationship between the consumption of processed foods and sugary drinks and the increased risk of certain types of cancer in Libya. It also sought to identify the factors influencing individuals' choices of these foods, assess the level of awareness of their risks, and provide recommendations for improving the dietary habits of the Libyan community.

The study adopted a descriptive-analytical approach, where data was collected from a random sample of healthcare workers in Libya using an electronic questionnaire. The data was analyzed using the SPSS statistical program to reveal the relationships between the different variables.

The results of the study showed a strong correlation between increased consumption of processed foods and sugary drinks and a higher risk of cancer. It also revealed a knowledge gap among some individuals in the sample regarding the harms of these foods, despite a high level of general awareness of the risk of cancer. This knowledge was influenced by demographic factors such as age and educational level.

Based on the results of this study, the study recommends implementing intensive awareness campaigns targeting all segments of society, with a focus on the importance of adopting a healthy diet and reducing the consumption of harmful foods.

المقدمة:

لطالما ارتبطت العوامل البيئية البشرية المؤثرة علي صحة الإنسان كالتغذية والتلوث وسوء التغذية والفقر في حدوث مشاكل صحية والإصابة المباشرة بالأمراض المختلفة مثل أمراض الجهاز التنفسي والهضمي وأمراض القلب والأمراض السرطانية، فتناول الغذاء الصحي يساعد علي تلبية احتياجات الجسم الغذائية ، والطاقة الضرورية للقيام بجميع العمليات الحيوية.

فالغذاء المتوازن يحتوي علي كل أنواع الطعام والعناصر الغذائية الأساسية مثل الكربوهيدرات ، البروتينات، الدهون، الفيتامينات ، الأملاح المعدنية. لذا يجب أن يحتوي طعامنا اليومي علي كل هذه العناصر وبكميات مناسبة حسب العمر والجنس والوزن، فنقص أحد هذه المكونات الغذائية يؤثر بشكل سلبي علي الصحة وكذلك تزيد الإصابة ببعض الأمراض، فقد لوحظ في الآونة الأخيرة انتشار الأطعمة المصنعة والوجبات السريعة والمعلبات وزاد الاستهلاك اليومي وأصبحت هذه الأنواع من الغذاء في نظر المستهلك مريحة وسهلة الاستخدام ، ولكن هناك أضرار وسلبيات خطيرة في الطعام المقلب يجب الانتباه إليه.

شهد العالم خلال العقود الأخيرة تحولات جذرية في أنماط التغذية، حيث تزايد استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية علي حساب الأغذية الطبيعية الغنية بالعناصر الغذائية في ليبيا، تسارعت هذه التغيرات الغذائية نتيجة للتطورات الاقتصادية والاجتماعية والثقافية التي شهدتها المجتمع، مما أدى إلي تغيير جوهري في سلوكيات تناول الطعام، وتزايد الاعتماد علي المنتجات الغذائية المصنعة التي غالباً ما تكون غنية بالسعرات الحرارية والدهون المشبعة والسكريات المضافة. (Basyouni 2017)

شهدت العقود الأخيرة تحولات كبيرة في أنماط التغذية في جميع أنحاء العالم وفي ليبيا بشكل خاص، حيث انتشرت الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بشكل واسع. هذه التحولات، التي يرجعها الباحثون إلى العولمة والتغيرات الاقتصادية والاجتماعية، أدت إلى تغيير تفضيلات المستهلكين لصالح الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة، والتي غالباً ما تكون غنية بالسعرات الحرارية والدهون المشبعة والسكريات المضافة. (شروق أبو حمور، 2015)

النظام الغذائي الليبي التقليدي يتميز بالأطعمة الطازجة والمحلية، والتي معروفة بارتفاع قيمتها الغذائية. من حيث انتشار الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بكثرة في العالم بصفة عامة وفي ليبيا بوضع خاص أدى هذا التحول في أنماط التغذية مخاوف جدية بشأن تآكل التراث الغذائي الليبي وزيادة خطر الإصابة بالأمراض المزمنة، بما في ذلك السرطان. أكدت العديد من الدراسات الوبائية إلى وجود علاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بأنواع مختلفة من السرطان.

ويعزى ذلك إلى العديد من العوامل، منها ارتفاع محتوى هذه الأطعمة من المواد المسرطنة والمركبات الكيميائية الضارة، وكذلك تأثيرها على التوازن الهرموني ووظائف الجهاز المناعي. (غسان غانم، 2020) تعتبر دراسة العلاقة الكمية بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالعديد من الأمراض مثل السرطان. في المجتمع الليبي مسألة ذات أهمية بالغة، وذلك لعدة أسباب أولاً، تساهم هذه الدراسة في تقييم الآثار الصحية الناجمة عن التحولات الحديثة في أنماط التغذية في ليبيا، والتي تشهد تحولاً تدريجياً نحو الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على حساب الأطعمة التقليدية الغنية بالعناصر الغذائية. ثانياً، يمكن لهذه الدراسة أن تساعد في تحديد حجم المشكلة وتقدير النسبة المتوقعة للإصابات السرطانية المرتبطة بهذه العادات الغذائية غير الصحية. يمكن الاستفادة منها في تصميم برامج التوعية والتثقيف الصحي المستهدفة، والتي تركز على الفئات العمرية والجغرافية الأكثر عرضة للخطر. وكذلك تساهم هذه الدراسة في بناء قاعدة علمية متينة يمكن البناء عليها في الدراسات المستقبلية المتعلقة بالصحة العامة في ليبيا. (جملة زايد، 2022).

لذلك، فإن إجراء دراسة علمية شاملة لتقييم العلاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالسرطان في المجتمع الليبي يكتسب أهمية خاصة. يمكن لهذه الدراسة أن تساهم في فهم أعمق للتحديات الصحية التي تواجه المجتمع الليبي، وتساعد في تطوير استراتيجيات فعالة للحفاظ على الصحة العامة وتعزيز التغذية السليمة. (أبو بكر الرطب، 2021) تعتبر دراسة العلاقة بين أنماط التغذية الحديثة، والتي تتميز بارتفاع استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية، وخطر الإصابة بالسرطان في المجتمع الليبي، مسألة ذات أهمية صحية واجتماعية بالغة. هذا التحول في العادات الغذائية، بعيداً عن التغذية التقليدية الغنية بالعناصر الغذائية، يثير تساؤلات حول تأثيره على الصحة العامة ومدى مساهمته في ارتفاع معدلات الإصابة بالسرطان.

نحاول في هذه الدراسة سد الفجوة المعرفية حول هذا الموضوع، وتحديد العوامل التي تساهم في زيادة خطر الإصابة بالسرطان، وتطوير استراتيجيات للوقاية من هذا المرض. ستركز الدراسة على تحديد الأنواع الأكثر خطورة من الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية، وتقييم تأثيرها على مرض السرطان، وتحديد الفئات السكانية الأكثر عرضة للخطر، وذلك بهدف تقديم توصيات عملية لتحسين الصحة العامة في ليبيا.

- ما تأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا؟

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة تقييم الآثار الصحية الناجمة عن التحولات الحديثة في أنماط التغذية، مما يساعد في فهم العلاقة السببية بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالسرطان. وكذلك يمكن للدراسة أن تحدد حجم المشكلة وتقدير النسبة المتوقعة للإصابات السرطانية المرتبطة بهذه العادات الغذائية غير الصحية، مما يساعد في وضع خطط للوقاية والسيطرة، توفر الدراسة معلومات يمكن الاستفادة منها في تصميم برامج توعية وتثقيف صحي مستهدفة، تركز على الفئات العمرية والجغرافية المختلفة. وتساهم الدراسة في بناء قاعدة علمية متينة يمكن البناء عليها في الدراسات المستقبلية المتعلقة بالصحة العامة في ليبيا، مما يدعم عملية صنع القرار المستندة إلى الأدلة.

أهداف الدراسة:

الهدف من هذه الدراسة تحديد مدى العلاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان الأكثر شيوعاً في ليبيا (مثل سرطان القولون والمستقيم، والثدي، والبروستاتا)، وكذلك تحديد العوامل الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التي تؤثر على اختيار الأفراد للأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في ليبيا، وأيضاً التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى وعي الأفراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان التي تعزي للمتغيرات الديموغرافية، ومن ثم تقديم توصيات عملية لتحسين النظام الغذائي للمجتمع الليبي والحد من استهلاك الأطعمة الضارة والمشروبات السكرية.

مشكلة البحث:

يشهد المجتمع الليبي، شأنه شأن العديد من المجتمعات الحديثة، تحولات جذرية في أنماط التغذية. يتجلى هذا التحول بوضوح في الاتجاه المتزايد نحو استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية، بدلاً للأطعمة الطازجة وغير المصنعة. هذه التحولات الغذائية ترتبط بشكل وثيق بزيادة معدلات انتشار السمنة والأمراض المزمنة، بما في ذلك السرطان.

على الرغم من الأهمية البالغة لهذه القضية الصحية العامة، إلا أن العلاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالسرطان في السياق الليبي لم تخضع لدراسات وبائية واسعة النطاق. تفتقر الدراسات السابقة إلى التحقيق في التأثيرات التفصيلية لأنواع مختلفة من الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على مختلف أنواع الأورام السرطانية، كما أنها لم تتمكن من تحديد الفئات السكانية الأكثر عرضة لهذه المخاطر.

فرضيات الدراسة:

- ما مستوى استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في ليبيا ؟
- ما مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان في ليبيا؟
- ما تأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية علي خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى وعي الأفراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان تعزى للمتغيرات الديموغرافية؟

منهجية البحث:

يستخدم البحث المنهج الوصفي التحليلي وذلك من خلال تحديد المعالم الرئيسية لمجتمع البحث وخصائصه والقيام بالحصول على البيانات من خلال أداة الدراسة وتحليلها عن طريق استخدام الأساليب والطرق الإحصائية للوصول إلى نتائج يمكن من خلالها تحقيق أهداف الدراسة.

الإطار النظري:

1. الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية :

تُعرف الأطعمة المصنعة بأنها منتجات غذائية خضعت لعمليات تحويل واسعة النطاق تغير من تركيبها الكيميائية وخصائصها الطبيعية. تشمل هذه العمليات مجموعة متنوعة من التقنيات مثل الطهي، التجميد، التعبئة، وإضافة مواد حافظة ومكونات أخرى مثل النكهات والألوان الصناعية، بالإضافة إلى كميات كبيرة من السكر والملح والدهون. وعلى الرغم من شيوعها وسهولة استهلاكها، إلا أن هذه الأطعمة ترتبط بآثار صحية سلبية عديدة. (يحي داؤد، 2018)

ودراسة أخرى (Aramah، 2022)، تمثل المشروبات السكرية فئة فرعية مهمة من الأطعمة المصنعة، حيث تتميز بارتفاع محتواها من السكريات المضافة، سواء كانت طبيعية أو صناعية. تشمل هذه المشروبات مجموعة واسعة من المنتجات مثل العصائر المحلاة، المشروبات الغازية، والعصائر الرياضية، بالإضافة إلى الشاي والقهوة المحلاة. وتعتبر هذه المشروبات مصدراً رئيسياً للسعرات الحرارية الفارغة، أي تلك التي تقتصر على العناصر الغذائية الأساسية التي يحتاجها الجسم.

التحولات في أنماط التغذية في ليبيا:

لطالما اتسم النظام الغذائي الليبي التقليدي بتنوعه وغناه بالعناصر الغذائية الأساسية، حيث اعتمد على الأطعمة الطازجة والمحلية. ومع ذلك، شهدت العقود الأخيرة تحولات كبيرة في أنماط التغذية، حيث انتشرت الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بشكل واسع. يعزى هذا التحول إلى عدة عوامل، منها:

- العولمة: أدت العولمة إلى انتشار الثقافات الغذائية الغربية وتوفر مجموعة واسعة من الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية.
- التغيرات الاقتصادية والاجتماعية: أدت التغيرات الاقتصادية والاجتماعية إلى زيادة الدخل القابل للإنفاق، مما سمح للمستهلكين بشراء المزيد من الأطعمة المصنعة واللوجبات الجاهزة.
- التسويق والترويج: تلعب التسويق والترويج دوراً كبيراً في تشجيع استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية، خاصة بين الأطفال والشباب.

العلاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالسرطان

- تشير العديد من الدراسات الوبائية إلى وجود علاقة قوية بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بأنواع مختلفة من السرطان. يعزى ذلك إلى عدة عوامل، منها:
- المواد المسرطنة والمواد الكيميائية الضارة: تحتوي الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على العديد من المواد المسرطنة والمواد الكيميائية الضارة التي قد تلحق الضرر بالحمض النووي وتزيد من خطر الإصابة بالسرطان.
 - السمنة والالتهابات المزمنة: يساهم استهلاك هذه الأطعمة في زيادة الوزن والسمنة، وهما عاملان خطر رئيسيان للإصابة بالعديد من أنواع السرطان. كما تساهم هذه الأطعمة في زيادة الالتهابات المزمنة في الجسم، والتي ترتبط أيضاً بزيادة خطر الإصابة بالسرطان.
 - نقص العناصر الغذائية: غالباً ما تكون الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية فقيرة بالعناصر الغذائية الأساسية، مثل الألياف والفيتامينات والمعادن، مما يضعف جهاز المناعة ويزيد من خطر الإصابة بالسرطان.

على الرغم من وجود العديد من الدراسات التي تربط بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان على مستوى العالم، إلا أن هناك نقصاً في الدراسات التي تركز على هذا الموضوع في السياق الليبي. سنحاول في هذا البحث إلى سد هذه الفجوة المعرفية وتقديم معلومات حول هذه العلاقة في مجتمعنا. بالإضافة إلى ذلك، ستساهم هذه الدراسة في بناء قاعدة بيانات علمية حول التغذية والصحة في ليبيا، مما يمكن الباحثين وصناع القرار من اتخاذ قرارات مستنيرة.

المخاطر الصحية للأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية

تؤدي الإفراط في تناول الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية إلى العديد من المشاكل الصحية الخطيرة، والتي تشمل:

- **زيادة الوزن والسمنة:** تحتوي هذه الأطعمة على نسبة عالية من السعرات الحرارية والدهون المشبعة، مما يؤدي إلى زيادة الوزن والتراكم الزائد للدهون في الجسم، ويزيد من خطر الإصابة بالسمنة.
- **مرض السكري:** ترتبط الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني، وذلك بسبب تأثيرها على مقاومة الأنسولين وارتفاع مستويات السكر في الدم.
- **أمراض القلب والأوعية الدموية:** تساهم هذه الأطعمة في ارتفاع ضغط الدم، زيادة مستويات الكوليسترول الضار، وترسب الدهون في الشرايين، مما يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والنوبات القلبية والسكتات الدماغية. (Alramah, 2022)
- **مشاكل الجهاز الهضمي:** تحتوي الأطعمة المصنعة على مواد حافظة ومواد مضافة قد تسبب تهيج الجهاز الهضمي واضطرابات في عملية الهضم.
- **السرطان:** تشير العديد من الدراسات إلى وجود صلة بين تناول الأطعمة المصنعة وبعض أنواع السرطان، مثل سرطان القولون والمستقيم. (فتحي، 2012)

2. السرطان : أسبابه والعوامل الغذائية المرتبطة به:

يعتبر السرطان أحد الأمراض المزمنة الأكثر انتشارًا وخطورة على مستوى العالم، ويتميز بنمو خلايا غير طبيعي وسريع، مما يؤدي إلى تكوين الأورام. تسعى الأبحاث العلمية جاهدة لفهم الآليات الجزيئية التي تؤدي إلى نشوء هذا المرض وتطوير استراتيجيات فعالة للوقاية والعلاج. يهدف هذا المقال إلى استعراض أحدث الأبحاث حول أسباب وعوامل خطر الإصابة بالسرطان، مع التركيز بشكل خاص على دور التغذية في الوقاية من هذا المرض.

آليات تطور السرطان:

ينشأ السرطان نتيجة حدوث طفرات جينية تؤدي إلى اختلال في آليات تنظيم نمو الخلية وانقسامها. تتراكم هذه الطفرات بمرور الوقت، مما يؤدي إلى فقدان الخلايا السرطانية قدرتها على الالتصاق بالخلايا المجاورة والانتشار إلى أجزاء أخرى من الجسم عبر الدم أو الجهاز الليمفاوي، وهي عملية تعرف باسم الانبثاث (عطية الكيلاني، 2018).

عوامل خطر الإصابة بالسرطان:

- **العوامل الجينية:** تلعب الجينات دورًا هامًا في قابلية الفرد للإصابة بالسرطان، حيث قد يرث الأفراد بعض الطفرات الجينية التي تزيد من خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان.

• العوامل البيئية: يتعرض الإنسان لمجموعة متنوعة من المواد الكيميائية والإشعاعات والميكروبات التي يمكن أن تلحق الضرر بالحمض النووي للخلايا وتزيد من خطر الإصابة بالسرطان (يحيى داؤد، 2018).

• العوامل المرتبطة بنمط الحياة: تشمل هذه العوامل التدخين، وشرب الكحول، وسوء التغذية، والخمول البدني، والسمنة، وكلها عوامل معروفة بزيادة خطر الإصابة بأنواع متعددة من السرطان.

دور التغذية في الوقاية من السرطان:

تشير الأدلة العلمية إلى أن التغذية السليمة تلعب دورًا حيويًا في الوقاية من السرطان. فالأطعمة الغنية بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة، مثل الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة، تساعد على حماية الخلايا من التلف الناتج عن الجذور الحرة وتقليل خطر الإصابة بالسرطان. على العكس من ذلك، ترتبط الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية واللحوم الحمراء المصنعة بزيادة خطر الإصابة بالسرطان، وذلك بسبب احتوائها على مواد مسرطنة ومركبات تزيد من الالتهاب في الجسم (يحيى داؤد، 2018).

3. العلاقة بين النظام الغذائي والسرطان :

تُعتبر العلاقة بين النظام الغذائي والإصابة بالسرطان موضوعًا شائعًا ومعقدًا، حيث تتداخل العديد من العوامل البيئية والوراثية والسلوكية في تطور هذا المرض الخبيث. ومع ذلك، تشير الأدلة العلمية المتزايدة إلى دور هام للنظام الغذائي في الوقاية من السرطان أو زيادة خطر الإصابة به. وفي هذا السياق، سنتناول بالتفصيل العلاقة بين استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان.

تُعد الأطعمة المصنعة، والتي تخضع لعمليات تصنيع واسعة تغير من حالتها الطبيعية، عنصرًا رئيسيًا في النظام الغذائي الحديث. تتم إضافة مواد حافظة ونكهات اصطناعية وألوان صناعية وسكريات ودهون إلى هذه الأطعمة لتحسين مذاقها وقوامها وزيادة عمرها الافتراضي. ومع ذلك، هذه التعديلات قد تحمل آثارًا سلبية على الصحة، حيث تربط العديد من الدراسات بين استهلاك الأطعمة المصنعة وزيادة خطر الإصابة بالسرطان. يرجع ذلك إلى عدة أسباب، منها وجود مواد مسرطنة في بعض هذه الأطعمة، مثل بعض الألوان الصناعية والمركبات الناتجة عن عمليات الطهي عند درجات حرارة عالية. (Aziz, 2016)

بالإضافة إلى ذلك، تحتوي العديد من الأطعمة المصنعة على دهون متحولة، والتي ترتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وبعض أنواع السرطان. كما أن الإفراط في تناول السكريات

المضافة الموجودة في الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية يساهم في زيادة الوزن والسمنة، وهما عاملان خطر رئيسيان للعديد من أنواع السرطان. أخيرًا، فإن الأطعمة المصنعة غالبًا ما تكون فقيرة بالألياف الغذائية، والتي تلعب دورًا هامًا في الحفاظ على صحة الجهاز الهضمي وتقليل خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم. (غاي بدور، 1969)

المشروبات السكرية، مثل الصودا والعصائر المحلاة، تُعتبر من أكبر مصادر السكريات المضافة في النظام الغذائي الحديث. الإفراط في استهلاك هذه المشروبات يرتبط بزيادة خطر الإصابة بالعديد من الأمراض المزمنة، بما في ذلك السمنة ومرض السكري من النوع الثاني وبعض أنواع السرطان. يرجع ذلك إلى أن السكريات الموجودة في هذه المشروبات تزيد من السرعات الحرارية المتناولة دون توفير أي قيمة غذائية، مما يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة، وهما عاملان خطر رئيسيان للعديد من أنواع السرطان. بالإضافة إلى ذلك، يسبب الإفراط في تناول السكريات التهابًا مزمنًا في الجسم، والذي يعتبر عاملاً مساعدًا في تطور الخلايا السرطانية. كما أن السكريات المضافة قد تؤثر على مستويات الهرمونات في الجسم، مما قد يساهم في نمو الخلايا السرطانية. (عطية الكيلاني، 2018)

لتقليل خطر الإصابة بالسرطان المرتبط بالنظام الغذائي، يُنصح باتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن يركز على الأطعمة الكاملة مثل الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والبقوليات. كما يجب الحد من استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية، وقراءة الملصقات الغذائية بعناية للتعرف على مكونات الأطعمة. بالإضافة إلى ذلك، يُنصح بالاعتدال في تناول اللحوم الحمراء واللحوم المصنعة، واستبدالها بالبروتينات النباتية. شرب كميات كافية من الماء وممارسة النشاط البدني بانتظام يعدان أيضًا عوامل هامة في الوقاية من السرطان. (جميلة زايد، 2022).

4. دور العوامل الاجتماعية والثقافية في تشكيل العادات الغذائية للأفراد والمجتمعات:

تتعدى العادات الغذائية كونها مجرد سلوكيات فردية لتصل إلى صميم الهوية الثقافية والاجتماعية للمجتمعات. فالعوامل الاجتماعية والثقافية تشكل إطارًا متشابكًا يؤثر بشكل كبير على ما نختاره من أطعمة وكيفية تناولها وتوقيتها. تبدأ هذه العملية التشكيلية في سن مبكرة، حيث يتعلم الأطفال من عائلاتهم القيم الغذائية والمعايير الاجتماعية المرتبطة بالطعام. تتوارث هذه القيم عبر الأجيال، مرتبطة بالأعياد والمناسبات الدينية والاجتماعية، مما يعزز الهوية الجماعية ويرسخ معاني رمزية للأطعمة (عبد الحميد، 2015).

لا يقتصر تأثير المحيط الاجتماعي على الأسرة فحسب، بل يشمل المجتمع بأكمله. فالمعتقدات الدينية تلعب دوراً حاسماً في تحديد الأطعمة المسموح بها والممنوعة، وأوقات تناول الطعام، والطقوس المرتبطة بالطعام. كما أن الثقافة السائدة في المجتمع، بما فيها العادات والتقاليد والمعارف المحلية حول فوائد وخصائص الأطعمة، تؤثر بشكل كبير على التفضيلات الغذائية (عبد الحميد، 2015).

لا يتوقف الأمر عند هذا الحد، بل يمتد تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية ليشمل الطبقة الاجتماعية والوضع الاقتصادي. فالأشخاص من الطبقات العليا يميلون إلى اختيار أطعمة معينة تعتبر رمزاً للثراء والرفاهية. تتجاوز دائرة التأثير الأسرة والمجتمع لتشمل أيضاً الأصدقاء والجيران، والإعلانات والتسويق، والتغيرات الاجتماعية مثل الهجرة والتحضر. فجميع هذه العوامل تساهم في تشكيل مفهومنا عن الطعام وتؤثر على قراراتنا الغذائية اليومية.

إن فهم العلاقة المعقدة بين العوامل الاجتماعية والثقافية والعادات الغذائية أمر بالغ الأهمية لتطوير استراتيجيات فعالة لتحسين الصحة العامة وتشجيع سلوك غذائي صحي. فمن خلال التعرف على هذه العوامل، يمكننا تصميم برامج توعية وتنقيف غذائي تتناسب مع الاحتياجات الثقافية والاجتماعية للمجتمعات المختلفة. (شروق أبو حمور، 2015)

الإطار التطبيقي

مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من مجموعة من العاملين في القطاع الصحي الليبي في مستشفى 1200 ومستشفى الأورام في بنغازي واستخدمت الدراسة أسلوب العينات العشوائية البسيطة من أجل الحصول على بيانات الدراسة وتم توزيع الاستبيان على مجتمع الدراسة وقد بلغ عدد أفراد عينة الدراسة 192 فرد وهم الذين قاموا بالإجابة على أسئلة استمارة الاستبيان .

الأساليب الإحصائية:

قام البحث باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل بيانات الدراسة من خلال الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل الفاكرونباخ لحساب مستوي ثبات أداة الدراسة.
- معامل ارتباط بيرسون لتحديد مستوي الاتساق الداخلي وصدق أداة الدراسة وللتعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة .
- النسب والتكرارات لوصف خصائص عينة الدراسة .



• الوسط الحسابي والانحراف المعياري لوصف مستوى استجابة افراد عينة الدراسة لعبارات أداة الدراسة.

• معادلة الانحدار الخطي البسيط لقياس الأثر بين متغيرات الدراسة.

• اختبار t واختبار ANOVA لاختبار الفروق التي تعزي الي المتغيرات الشخصية.

أداة الدراسة:

تكونت استمارة الاستبيان من قسمين يتضمن القسم الأول البيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة (الجنس، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة) ويشتمل القسم الثاني علي العبارات المتعلقة بمحور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية ويشتمل على 15 عبارة ومحور الوعي بخطر الإصابة بالسرطان ويشتمل على 15 عبارة وتم استخدام مقياس ليكرت ذو الخمس درجات في الإجابة على عبارات الدراسة.

جدول (1) طريقة تصحيح مقياس ليكرت

التدريج	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
الوزن	5	4	3	2	1
قيمة المتوسط الحسابي	5-4.20	4.19 – 3.4	3.39 – 2.60	2.59 – 1.80	1.79 – 1
مستوى درجة التأثير	مرتفع جدا	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جدا

صدق أداة الدراسة

تم حساب صدق عبارات استمارة الاستبيان عن طريق تحديد مستوى التجانس الداخلي من خلال التعرف على الدلالة الإحصائية لمعاملات الارتباط بيرسون بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة وجاءت النتائج كما يلي:



المحور الأول: استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية

جدول (2) معاملات الارتباط لعبارات المحور الاول

م	العبارة	معامل ارتباط بيرسون	Sig
1	حدثت تغيرات كثيرة في الأنماط الغذائية للمواطن الليبي في الفترة الاخيرة	0.607**	0.000
2	انخفض مستوى تناول المواطن الليبي للأغذية ذات القيمة الغذائية العالية	0.702**	0.000
3	تغيرت تفضيلات المستهلكين لصالح الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة	0.667**	0.000
4	ينخفض مستوى احتواء الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة على الفيتامينات والمعادن	0.676**	0.000
5	تفتقر المشروبات السكرية إلى العناصر الغذائية الأساسية التي يحتاجها الجسم	0.659**	0.000
6	الأطعمة المصنعة خضعت لعمليات تحويل غيرت من تركيبها الكيميائي وخصائصها الطبيعية	0.699**	0.000
7	أدت العولمة إلى انتشار الثقافات الغذائية الغربية وزيادة استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية.	0.469**	0.000
8	سمح زيادة الدخل للمستهلكين بشراء المزيد من الأطعمة المصنعة والوجبات الجاهزة	0.610**	0.000
9	ساهم التسويق والترويج في تشجيع استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية	0.672**	0.000
10	فئة الشباب والأطفال أكثر الفئات استهلاكاً للأطعمة والمشروبات	0.668**	0.000
11	العادات الغذائية التقليدية تقلل من استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية	0.700**	0.000
12	تؤثر الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على مقاومة الأنسولين وارتفاع مستويات السكر في الدم.	0.654**	0.000
13	تساهم الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في ارتفاع ضغط الدم،	0.587**	0.000
14	تعمل الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على زيادة مستويات الكوليسترول الضار	0.611**	0.000
15	تساهم الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والنوبات القلبية والسكتات الدماغية	0.474**	0.000



** ذات دلالة احصائية عند 0.01

وتبين أن جميع معاملات الارتباط لجميع عبارات محور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01) وهذا يعني أن عبارات محور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية تتمتع بصدق الاتساق الداخلي وهي صالحة لأغراض الدراسة.

المحور الثاني: الوعي بخطر الإصابة بالسرطان

جدول (3) معاملات الارتباط لعبارات المحور الثاني

م	العبرة	معامل ارتباط بيرسون	Sig
1	الوجبات الغذائية أكثر العوامل المسببة للإصابة بمرض السرطان	0.638**	0.000
2	الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة تؤدي للإصابة بمرض السرطان	0.639**	0.000
3	ساهم تغير النمط الغذائي في زيادة معدلات الإصابة بمرض السرطان	0.766**	0.000
4	الأطعمة الغنية بالسعرات الحرارية والدهون المشبعة والسكريات المضافة تعمل على زيادة معدلات الإصابة بمرض السرطان	0.753**	0.000
5	الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية تزداد بها المواد المسرطنة والمركبات الكيميائية الضارة	0.534**	0.000
6	تؤثر الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على التوازن الهرموني ووظائف الجهاز المناعي.	0.740**	0.000
7	استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية يضعف من جهاز المناعة ويزيد من خطر الإصابة بالسرطان.	0.756**	0.000
8	التغير في الأنماط الغذائية يرتبط بزيادة معدلات انتشار السمنة والأمراض المزمنة	0.579**	0.000
9	زيادة الوزن والسمنة عاملان خطر رئيسيان للإصابة بالعديد من أنواع السرطان	0.535**	0.000
10	العوامل المرتبطة بنمط الحياة مثل التدخين، وشرب الكحول، وسوء التغذية، تسمح بزيادة خطر الإصابة بأنواع متعددة من السرطان	0.600**	0.000



11	تحتوي العديد من الأطعمة المصنعة على دهون متحولة ترتبط بزيادة خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان	0.700**	0.000
12	الأطعمة المصنعة تحتوي على مواد حافظة ومواد مضافة تؤدي للإصابة بسرطان القولون	0.645**	0.000
13	يرث الأفراد بعض الطفرات الجينية التي تزيد من خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان.	0.689**	0.000
14	اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن يركز على الأطعمة الكاملة يقلل من الإصابة بأمراض السرطان	0.412**	0.000
15	تساهم العوامل الغذائية التقليدية على الوقاية من خطر الإصابة بأمراض السرطان	0.514**	0.000

** ذات دلالة احصائية عند 0.01

وتبين أن جميع معاملات الارتباط لجميع عبارات محور الوعي بخطر الإصابة بالسرطان كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوي معنوية (0.01) وهذا يعني أن عبارات محور الوعي بخطر الإصابة بالسرطان تتمتع بصدق الاتساق الداخلي وهي صالحة لأغراض الدراسة.

ثبات أداة الدراسة

تم حساب معامل ألفا كرونباخ لعبارات محاور الاستبيان وكانت النتائج كما يلي:

جدول (2) معامل الثبات لمحاور استمارة الاستبيان

عدد العبارات	معامل الفا كرونباخ	المحاور
15	0.891	استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية
15	0.885	الوعي بخطر الإصابة بالسرطان
30	0.940	إجمالي استمارة الاستبيان

يتبين أن قيمة معامل الثبات Alpha وهي أكبر من 0.7 لجميع محاور استمارة الاستبيان مما يؤكد على صلاحية وارتباط عبارات محاور استمارة الاستبيان وارتفاع مستوي ثبات أداة الدراسة مما يسمح باستخدام الأداة لغرض الدراسة.



خصائص عينة الدراسة

- 1- **الجنس:** تبين ان 112 من افراد عينة الدراسة كانوا من الذكور بنسبة 58.3% و 28 من الاناث بنسبة 41.7 %
- 2- **العمر:** تبين ان 48 من افراد عينة الدراسة أعمارهم اقل من 30 سنة بنسبة 25 % و 108 فرد أعمارهم من 30 سنة إلى أقل من 40 سنة بنسبة 56.3 % و 24 فرد أعمارهم من 40 سنة إلى أقل من 50 سنة 12.5 % و 12 فرد أعمارهم 50 سنة فأكثر بنسبة 6.3 %
- 3- **المؤهل العلمي:** تبين ان 26 فرد من افراد عينة الدراسة مؤهلهم ثانوي بنسبة 13.5 % و 90 فرد مؤهلهم بكالوريوس بنسبة 46.9 % و 52 فرد مؤهلهم ماجستير بنسبة 27.1 % و 24 فرد مؤهلهم دكتوراه بنسبة 12.5 %
- 4- **عدد سنوات الخبرة الوظيفية:** تبين ان 44 من افراد عينة الدراسة خبرتهم الوظيفية اقل من 5 سنوات بنسبة 22.9 % و 72 فرد خبرتهم الوظيفية من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات بنسبة 37.5 % و 32 فرد خبرتهم الوظيفية من 10 سنوات إلى اقل من 15 سنة بنسبة 16.7 % و 44 فرد خبرتهم الوظيفية 15 سنة فأكثر بنسبة 22.9 %

جدول (3) توزيع عينة الدراسة وفقا للخصائص للشخصية

الخصائص	الفئات	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	112	58.3
	أنثي	80	41.7
العمر	أقل من 30 سنه	48	25.0
	من 30 سنة إلى أقل من 40 سنة	108	56.3
	من 40 سنة إلى أقل من 50 سنة	24	12.5
	50 سنه فأكثر	12	6.3
المؤهل العلمي	ثانوي	26	13.5
	بكالوريوس	90	46.9
	ماجستير	52	27.1



12.5	24	دكتوراه	عدد سنوات الخبرة الوظيفية
22.9	44	أقل من 5 سنوات	
37.5	72	من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات	
16.7	32	من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة	
22.9	44	15 سنة فأكثر	

النتائج:

نتائج الإجابة عن السؤال الأول والذي ينص على " ما مستوى استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في ليبيا؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات محور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وللمحور ككل وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والترتيب ومستوي الموافقة على عبارات

محور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوي الموافقة
حدثت تغيرات كثيرة في الأنماط الغذائية للمواطن الليبي في الفترة الأخيرة	4.188	0.930	8	مرتفع
انخفض مستوى تناول المواطن الليبي للأغذية ذات القيمة الغذائية العالية	4.063	0.803	13	مرتفع
تغيرت تقضيلات المستهلكين لصالح الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة	4.125	0.859	10	مرتفع
ينخفض مستوى احتواء الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة على الفيتامينات والمعادن	4.167	0.689	9	مرتفع
تفتقر المشروبات السكرية إلى العناصر الغذائية الأساسية التي يحتاجها الجسم	4.063	0.721	12	مرتفع
الأطعمة المصنعة خضعت لعمليات تحويل غيرت من تركيبها الكيميائي وخصائصها الطبيعية	4.021	0.779	14	مرتفع
أدت العولمة إلى انتشار الثقافات الغذائية الغربية وزيادة استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية.	4.104	0.772	11	مرتفع



مرتفع	15	0.921	3.896	سمح زيادة الدخل للمستهلكين بشراء المزيد من الأطعمة المصنعة والوجبات الجاهزة
مرتفع جدا	4	0.639	4.271	ساهم التسويق والترويج في تشجيع استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية
مرتفع جدا	6	0.597	4.250	فئة الشباب والأطفال أكثر الفئات استهلاكاً للأطعمة والمشروبات
مرتفع جدا	5	0.701	4.271	العادات الغذائية التقليدية تقلل من استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية
مرتفع جدا	3	0.714	4.313	تؤثر الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على مقاومة الأنسولين وارتفاع مستويات السكر في الدم.
مرتفع جدا	7	0.772	4.229	تساهم الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في ارتفاع ضغط الدم،
مرتفع جدا	1	0.565	4.375	تعمل الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على زيادة مستويات الكوليسترول الضار
مرتفع جدا	2	0.719	4.333	تساهم الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والنوبات القلبية والسكتات الدماغية

تم ترتيب عبارات محور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية من حيث درجة الأهمية النسبية (قيمة المتوسط الحسابي الأكبر) من وجهة نظر عينة الدراسة تبين أن عبارة (تعمل الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على زيادة مستويات الكوليسترول الضار) هي أكثر العبارات أهمية بقيمة 4.375 وانحراف معياري 0.565 وبدرجة موافقة مرتفعة جدا بينما كانت العبارة (سمح زيادة الدخل للمستهلكين بشراء المزيد من الأطعمة المصنعة والوجبات الجاهزة) هي أقل العبارات أهمية بقيمة 3.896 وانحراف معياري 0.921 وبدرجة موافقة مرتفعة وعند دراسة عبارات محور استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية تبين أن سبعة عبارات في مستوى الموافقة المرتفع جدا وثمانية عبارات في مستوى الموافقة المرتفع مما يوضح وجود مستوى مرتفع من استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية في ليبيا من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي 4.178 بانحراف معياري 0.745 وهو ما يجيب عن السؤال الأول للدراسة



نتائج الإجابة عن السؤال الثاني والذي ينص على " ما مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان في ليبيا؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات محور مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان وللمحور ككل وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والترتيب ومستوي الموافقة على عبارات

محور مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوي الموافقة
الوجبات الغذائية أكثر العوامل المسببة للإصابة بمرض السرطان	4.417	0.642	3	مرتفع جدا
الأطعمة السريعة والوجبات الجاهزة تؤدي للإصابة بمرض السرطان	4.188	0.756	10	مرتفع
ساهم تغير النمط الغذائي في زيادة معدلات الإصابة بمرض السرطان	4.292	0.646	7	مرتفع جدا
الأطعمة الغنية بالسعرات الحرارية والدهون المشبعة والسكريات المضافة تعمل على زيادة معدلات الإصابة بمرض السرطان	4.417	0.608	2	مرتفع جدا
الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية تزداد بها المواد المسرطنة والمركبات الكيميائية الضارة	4.313	0.619	6	مرتفع جدا
تؤثر الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على التوازن الهرموني ووظائف الجهاز المناعي.	4.396	0.569	4	مرتفع جدا
استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية يضعف من جهاز المناعة ويزيد من خطر الإصابة بالسرطان.	4.479	0.541	1	مرتفع جدا
التغير في الأنماط الغذائية يرتبط بزيادة معدلات انتشار السمنة والأمراض المزمنة	4.396	0.639	5	مرتفع جدا
زيادة الوزن والسمنة عاملان خطر رئيسيان للإصابة بالعديد من أنواع السرطان	4.292	0.737	8	مرتفع جدا
العوامل المرتبطة بنمط الحياة مثل التدخين، وشرب الكحول، وسوء التغذية، تسمح بزيادة خطر الإصابة بأنواع متعددة من السرطان	4.271	0.730	9	مرتفع جدا
تحتوي العديد من الأطعمة المصنعة على دهون متحولة ترتبط بزيادة خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان	4.167	0.689	11	مرتفع
الأطعمة المصنعة تحتوي على مواد حافظة ومواد مضافة تؤدي للإصابة بسرطان القولون	4.063	0.721	13	مرتفع



مرتفع	14	0.779	4.021	يرث الأفراد بعض الطفرات الجينية التي تزيد من خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان.
مرتفع	12	0.772	4.104	اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن يركز على الأطعمة الكاملة يقلل من الإصابة بأمراض السرطان
مرتفع	15	0.921	3.896	تساهم العوامل الغذائية التقليدية على الوقاية من خطر الإصابة بأمراض السرطان

تم ترتيب عبارات محور مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان من حيث درجة الأهمية النسبية (قيمة المتوسط الحسابي الأكبر) من وجهة نظر عينة الدراسة تبين أن عبارة (استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية يضعف من جهاز المناعة ويزيد من خطر الإصابة بالسرطان) هي أكثر العبارات أهمية بقيمة 4.479 وانحراف معياري 0.541 وبدرجة موافقة مرتفعة جدا بينما كانت العبارة (تساهم العوامل الغذائية التقليدية على الوقاية من خطر الإصابة بأمراض السرطان) هي أقل العبارات أهمية بقيمة 3.896 وانحراف معياري 0.921 وبدرجة موافقة مرتفعة وعند دراسة عبارات محور مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان تبين أن تسع عبارات في مستوى الموافقة المرتفع جدا وست عبارات في مستوى الموافقة المرتفع مما يوضح وجود مستوي مرتفع جدا من مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان في ليبيا من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي 4.247 بانحراف معياري 0.691 وهو ما يجيب عن السؤال الثاني للدراسة

نتائج الإجابة عن السؤال الثالث والذي ينص على " ما تأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معادلة الانحدار البسيط ومعامل الارتباط بيرسون وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (6) نتائج نموذج الانحدار الخطي البسيط لأثر الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على

خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا

ملخص النموذج Model Summary		
معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	معامل R ⁻² Adjusted
0.877	0.769	0.768
تحليل التباين ANOVA		

النموذج	مجموع المربعات	درجات الحرية Df	متوسط المربعات	F	Sig F
الانحدار Regression	6177.736	1	6177.736	633.125**	0.000
الباقى Residual	1853.931	190	9.758		
المجموع Total	8031.667	191			
المتغير التابع	النموذج	B	الخطأ المعياري	Beta	T
خطر الإصابة بالسرطان	الثابت Constant	13.465	2.009		6.701
	الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية	.802	.032	.877	25.162
					.000
					.000

المصدر: من إعداد الباحث استنادا إلى التحليل الإحصائي باستخدام برنامج SPSS

يتبين من الجدول (6) وجود علاقة ارتباط طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالسرطان في ليبيا عند مستوى معنوية 0.05 ويتبين وجود أثر طردي ذي دلالة إحصائية لمستوى تناول الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا حيث كانت قيمة (Sig F) = 0.000 وهي قيمة أقل من 0.05 أي أن قيمة F المحسوبة أكبر من قيمة F الجدولية واتضح أن المتغير المستقل (الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية) يفسر 76.9% من التغيرات التي تحدث في المتغير التابع (خطر الإصابة بالسرطان) وأن باقي التغيرات ترجع لمتغيرات أخرى لم تدخل في النموذج وتبين أن كلما ازداد مستوى تناول الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بمقدار 1% ازداد مستوى خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا بمقدار 0.802% وهو ما يجيب عن السؤال الثالث للدراسة ويوضح صحة الفرض الأول للدراسة

نتائج الإجابة عن السؤال الرابع والذي ينص على "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى وعى الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة)؟"



للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار t للتعرف على الفروق التي تعزي لمتغير (الجنس) واختبار ANOVA لاختبار الفروق التي تعزي الي متغيرات (العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة) وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (7) نتائج اختبار T للفروق التي تعزي لمتغير الجنس

الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	t قيمة	Sig
ذكر	112	128.707	6.569	0.000
أنثي	80	112.714		

تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة تجاه مستوى وعى الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي لمتغير الجنس عند مستوي معنوية 0.05 وكانت الفروق لصالح الذكور مما يبين أنها الفئة الأكثر وعياً بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا

جدول (8) نتائج اختبار ANOVA للفروق التي تعزي لمتغيرات (العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة)

المتغيرات	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	F قيمة	Sig
العمر	أقل من 30 سنة	48	125.667	.1914	000.0
	من 30 سنة إلى أقل من 40 سنة	108	126.704		
	من 40 سنة إلى أقل من 50 سنة	24	120.500		
	50 سنة فأكثر	12	128.750		
المؤهل العلمي	ثانوي	26	122.326	8.987	0.000
	بكالوريوس	90	123.483		
	ماجستير	52	.385271		
	دكتوراه	24	.333129		



0000.	5.569	127.091	44	أقل من 5 سنوات	عدد سنوات الخبرة
		127.444	72	من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات	
		124.125	32	من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة	
		.546912	44	15 سنة فأكثر	

تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة تجاه مستوى وعى الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي لمتغير العمر عند مستوي معنوية 0.05 وكانت الفروق لصالح فئة 50 سنة فأكثر مما يبين أنها الفئة الأكثر وعيا بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا وكذلك تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة تجاه مستوى وعى الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي لمتغير المؤهل العلمي عند مستوي معنوية 0.05 وكانت الفروق لصالح فئة الحاصلين على الدكتوراه مما يبين أنها الفئة الأكثر وعيا بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا

تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة تجاه مستوى وعى الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي لمتغير عدد سنوات الخبرة عند مستوي معنوية 0.05 وكانت الفروق لصالح فئة 15 سنة فأكثر مما يبين أنها الفئة الأكثر وعيا بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا يتبين مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة تجاه مستوى وعى الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي للمتغيرات الديموغرافية الجنس، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة) عند مستوي معنوية 0.05 وهو ما يجيب عن السؤال الرابع للدراسة ويبين صحة الفرضية الثانية للدراسة

النتائج:

- وجود مستوي مرتفع جدا من مستوى الوعي بخطر الإصابة بالسرطان في ليبيا من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي 4.247 بانحراف معياري 0.691 وهو ما يجيب عن السؤال الثاني للدراسة
- وجود علاقة ارتباط طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وخطر الإصابة بالسرطان في ليبيا عند مستوي معنوية 0.05 ويتبين وجود أثر طردي ذي دلالة إحصائية لمستوى تناول الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية على خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا وتبين أن كلما ازداد مستوى تناول الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بمقدار 1 % ازداد مستوى خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا بمقدار 0.802% وهو ما يجيب عن السؤال الثالث للدراسة ويوضح صحة الفرض الأول للدراسة
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة افراد عينة الدراسة تجاه مستوى وعي الافراد بتأثير الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وزيادة خطر الإصابة بالسرطان في ليبيا تعزي للمتغيرات الديموغرافية الجنس، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة) عند مستوي معنوية 0.05 وهو ما يجيب عن السؤال الرابع للدراسة ويبين صحة الفرضية الثانية للدراسة

التوصيات

- بناءً على نتائج الدراسة، يمكن تقديم مجموعة من التوصيات لتحسين النظام الغذائي للمجتمع الليبي والحد من استهلاك الأطعمة الضارة وتشمل هذه التوصيات:
- **توعية المجتمع:** تنظيم حملات توعية واسعة النطاق حول مخاطر استهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية، وأهمية اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن.
 - **تعديل السياسات الغذائية:** تطوير سياسات غذائية تشجع على إنتاج وتوزيع الأطعمة الصحية، وتضع قيوداً على الإعلانات التسويقية للأطعمة الضارة، خاصة للأطفال.
 - **دعم الإنتاج المحلي:** تشجيع الإنتاج المحلي للأغذية الطازجة والصحية، وتوفيرها بأسعار معقولة.
 - **تعزيز البرامج الصحية:** تطوير برامج صحية في المدارس والمؤسسات العامة لتشجيع التغذية الصحية وممارسة النشاط البدني.
 - العمل على نشر ثقافة عدم الاعتماد على الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية لدى الافراد في المجتمع الليبي من خلال توضيح مخاطرها واضرارها

• الاهتمام بنشر مخاطر الإصابة بالسرطان من خلال الوسائل الإعلامية والمؤسسات الصحية والتعليمية والتربوية

• العمل على نشر ثقافة الاعتماد على الأغذية التقليدية من خلال توضيح أهمية العودة للأغذية التقليدية المفيدة صحيا

الدراسات المستقبلية

توصي الدراسة بإجراء مجموعة من الأبحاث والدراسات المستقبلية وهي:

• الأبحاث والدراسات المتعلقة باستهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية وتأثيراتها واضرارها

• الأبحاث والدراسات المتعلقة بمخاطر الإصابة بالسرطان واهم العوامل المؤثرة عليها.

الخلاصة:

تؤكد نتائج هذه الدراسة على العلاقة الوثيقة بين النظام الغذائي وخطر الإصابة بالسرطان، خاصة في سياق المجتمع الليبي. فاستهلاك الأطعمة المصنعة والمشروبات السكرية بشكل مفرط يزيد من خطر الإصابة بأنواع مختلفة من السرطان. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت الدراسة تأثير العوامل الاجتماعية والاقتصادية والثقافية على اختيار الأطعمة، مما يسلط الضوء على الحاجة إلى تدخلات شاملة تستهدف مختلف جوانب الحياة. بناءً على هذه النتائج، يُوصى بتنفيذ حملات توعية واسعة النطاق حول أهمية التغذية الصحية، وتشجيع الزراعة المستدامة وإنتاج الأغذية الطازجة، وتطوير سياسات غذائية داعمة للاختيارات الصحية. كما يجب إجراء المزيد من الأبحاث لتعميق فهم العلاقة بين النظام الغذائي والسرطان، وتطوير أدوات تشخيص وعلاج أكثر فعالية.

من المتوقع أن تساهم هذه الدراسة في فتح آفاق جديدة للبحث في مجال العلاقة بين النظام الغذائي والصحة في ليبيا. قد تشجع الدراسة على إجراء دراسات أخرى أكثر تخصصًا لاستكشاف العوامل الوراثية والبيئية التي تؤثر على خطر الإصابة بالسرطان، وكذلك دراسة فعالية التدخلات المختلفة في تغيير السلوك الغذائي.



المراجع العربية:

1. الكيلاني، عطية رمضان، و الأبيض، سالمه عبدالله. (2018). قراءة في نتائج مركز أورام مدينة مصراته خلال الأعوام من 2013 وحتى 2015. مجلة التربوي، ع13، 210 - 185. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/943832>
2. الرطب، أبو بكر محمد. (2021). دراسة وتقييم النظام الغذائي لأطفال المدارس في المرحلة العمرية من 6-12 سنة في بعض المدارس بمدينة مصراته / ليبيا. المجلة العربية للنشر العلمي، ع28، 307 - 327. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1436495>
3. أبوبكر، زينب أبوزيد، و عبدالقادر، عادل أبوبكر. (2022). المشكلات التي تواجه مريضات السرطان من المنظور الاجتماعي: دراسة إجتماعية على عينة من المريضات بمستشفى 1200 بنغازي. مجلة أبحاث، ع19، 493 - 474. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1358614>
4. أبو حمور، شروق عيسى أحمد، و درويش، خليل. (2015). (المشكلات الاجتماعية الناجمة عن الامراض المزمنة: الفشل الكلوي و السرطان : دراسة مسحية على المرضى المراجعين لمستشفى البشير و مستشفى الاردن) رسالة دكتوراه غير منشورة). الجامعة الاردنية، عمان. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/716944>
5. بدور، غازي. (1969). السرطانات: خصائصها، اسبابها إلتها الامراضية. مجلة جامعة تشرين للدراسات والبحوث العلمية، مج 2، ع 2، 32 - 24. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/371461>
6. داؤد، يحي محمد علي محمد أحمد، و حمد النيل، معاوية إبراهيم. (2018). (التحليل الإحصائي لحالات الإصابة بمرض السرطان بولاية شمال كردفان) رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم درمان الاسلامية، أم درمان. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/999119>
7. زايد، جميلة علي أحمد. (2022). دراسة عن مدى انتشار سرطان الثدي في المنطقة الوسطى من ليبيا حسب البيانات المسجلة من المعهد القومي لعلاج الأورام "مصراته" ليبيا لمدت ثماني سنوات. مجلة القلعة، ع19، 275 - 264. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1352541>
8. عبدالحמיד، سلوى محمد هانى. (2015). المتغيرات النفسية والاجتماعية المؤثرة في الأمراض السرطانية: بحث تطبيقي في مركز العلاج الكيميائي بمستشفى الدمرداش بمحافظة القاهرة. مجلة الآداب، ع112، 471 - 496. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/735926>
9. غانم، غسان. (2020). الحرب علي السرطان: معجزة المايكروبيوتك. مجلة الأدب العلمي، ع84، 85 - 103. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1260942>



10. فتحي، عبدالفتاح محمد. (2012). مرض السرطان من منظور طبي - اجتماعي: دراسة اجتماعية تحليلية. مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، مج 12، ع 1، 568 - 545. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/433708>

المراجع الأجنبية:

1. Alramah, M. A. (2022). The Spatial Patterns of Liver Cancer in Libya: Standardized Morbidity Ratio and Poisson-Gamma Model, Based Analysis of Cancer Registry Data, 2020. Journal of Al-Zaytoonah University, Issue 42, 283-296. Retrieved from <http://search.mandumah.com/Record/1299101>
2. Aziz, M. A. S., and Abdel Aal, M. M. A. (2016). Statistical Model to Determine the Factors that Affect Liver Cancer. Scientific Journal of Economics and Trade, Vol. 3, 79-95. Retrieved from <http://search.mandumah.com/Record/810787>