

## الجامعة الأميركية في بيروت تنبّه: اللبنانيون يزدادون بدانة الخميس 10 حزيران 2010

أظهرت دراستان أجرتهما الجامعة الأميركية في بيروت أن لبنان سيواجه موجة من الأمراض المتعلقة بالبدانة إذا استمرت نسبة زيادة الوزن بين البالغين والمراهقين والأطفال في لبنان.

وقد بيّنت نتائج هاتين الدراستين اللتين أجرتهما دائرة التغذية وعلوم الغذاء في كلية العلوم الزراعية والغذائية، مع كلية العلوم الصحية في العامين 1997 و2008 ازدياداً مضطرباً في نسبة السكان الذين يعانون من الوزن الزائد. وكان واضحاً في الدراسة التي أجريت في العام 1997 أن 53 بالمئة من اللبنانيين يعانون من الوزن الزائد وأن هذه النسبة مستمرة في الازدياد. وقد لوحظ في تلك الدراسة أن أكبر نسبة لمن يعانون من الوزن الزائد هي بين كبار السن، بينما ارتفعت نسبة زيادة الوزن بين الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 16 و19 سنة من 20 بالمئة في العام 1997 إلى 35 بالمئة في العام 2008 مع ازدياد نسبة البدانة التي وصلت إلى الضعفين.

واستنتجت الدراسة أن السكان في لبنان سيواجهون موجة من الأمراض المتعلقة بالبدانة إذا ما استمر الوضع على ما هو. ومع أن الوزن الزائد يعتبر داءً بحدّ ذاته، فإنه يعتبر أيضاً سبباً رئيسياً لحالات مرضية أخرى كمرض السكري من النوع الثاني، وارتفاع ضغط الدم، وبعض أنواع السرطان.

ووجدت الدراستان أن سبب البدانة الرئيسي في لبنان هو نوعية الغذاء السيء الذي يحتوي الكثير من الدهون والمشروبات الغازية. وبيّنت الدراستان أن الأشخاص البالغين الأقل تعليماً معرضون لأن يكونوا أكثر وزناً. واستنتجت الدراستان أن المراهقين وصغار السن الذين لا يقومون بحركات بدنية معرضون لزيادة الوزن أكثر من أي مجموعة أخرى.

وقالت عميدة كلية العلوم الزراعية والغذائية، نهلة حولا: إنّ المطلوب إزاء هذا البحث العلمي دعوة الحكومة والوكالات الدولية وأعضاء المجتمع المحلي إلى إعلان حالة الاستنفار لمحاربة هذا الداء. وطالبت أيضاً باتخاذ إجراءات فعالة لتخفيض عدد الأشخاص ذوي الوزن الزائد وذلك من خلال البرامج التعليمية المناسبة وحملات التوعية الصحية والبرامج التثقيفية.

الجدير بالذكر أن عدة كليات في الجامعة تعاملت مع مشكلة السمنة في السنوات الأخيرة، والأمثلة كثيرة، من البحث الذي أجراه فريق من المركز الطبي بقيادة الدكتور أنيس بركة ونشرت نتائجه في آب 2007 إلى محاضرات ألقتها ريم عفيفي ومرغريت دنكان وغيرهما في كلية العلوم الصحية، ثم إلى مؤتمر عن السمنة والتغذية بالتعاون بين دائرة التغذية وعلوم الغذاء في الكلية والجمعية اللبنانية لعلوم الغذاء والتغذية، عقد في 4 تشرين الأول 2009.