

مردم ایران بر چه اساسی غذا انتخاب می‌کنند؟

این که ایرانیان بر چه اساسی غذا انتخاب می‌کنند طی یک مطالعه بررسی شده است.

به گزارش سایت خبری پرسون، انتخاب غذا دربرگیرنده تصمیم‌هایی است که در زمان خرید، در طول مصرف غذا و یا بین این دو زمان، به صورت ناخودآگاه یا آگاهانه توسط فرد گرفته می‌شود. انتخاب غذا، خود ناشی از عوامل متعددی است. یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار در انتخاب غذا، اولویت، تمایل به مصرف و علاقه است. همچنین در دسترس بودن غذا تحت شرایط جغرافیایی و عوامل اقتصادی نیز در انتخاب غذا تاثیر دارد.

باید توجه داشت، انتخاب غذا نه تنها عاملی تاثیرگذار بر کشاورزی، محیط زیست، کسب و کار، فرهنگ و اقتصاد در سطوح محلی، منطقه‌ای، ملی و جهانی است، بلکه از تعیین‌کننده‌های مهم سلامت و رفاه افراد، خانواده‌ها و جوامع محسوب می‌شود.

دکتر سارا جلالی فراهانی؛ محقق مرکز تحقیقات تعیین‌کننده‌های اجتماعی سلامت پژوهشکده علوم غدد درون‌ریز و متابولیسم دانشگاه شهید بهشتی، درباره این موضوع گفت: شناخت و افزایش آگاهی درباره عوامل مؤثر بر انتخاب‌های غذایی، می‌تواند اثرات سودمندی در تصمیم‌گیری‌های مختلف از تولید و معرفی محصولات جدید به بازار در کسب و کارهای خصوصی تا برنامه‌ریزی برای سیاست‌گذاری‌های عمومی و طراحی مداخلات با هدف بهبود عادات غذایی داشته باشد. بر اساس شواهد موجود؛ انتخاب مواد غذایی به طور گسترده تحت تاثیر عوامل روانشناختی، اجتماعی و فرهنگی قرار دارد.

وی با اشاره به تفاوت‌های موجود در محرک‌های انتخاب غذا در کشورها و فرهنگ‌های مختلف، افزود: آگاهی از تفاوت‌های نژادی و فرهنگی در محرک‌های انتخاب غذا ضروری به نظر می‌رسد.

با توجه به اهمیت شناسایی محرک‌های انتخاب غذا، پژوهشگران مرکز تحقیقات تعیین‌کننده‌های اجتماعی سلامت پژوهشکده علوم غدد درون‌ریز و متابولیسم دانشگاه شهید بهشتی مطالعه‌ای با هدف ارزیابی روایی و پایایی پرسشنامه انتخاب‌های غذایی جهت شناخت مهم‌ترین محرک‌های انتخاب غذا در بزرگسالان ایرانی انجام شد.

دکتر جلالی فراهانی در توضیح روش این مطالعه گفت: اولین گام در بررسی انتخاب‌های غذایی و عوامل مؤثر بر آن‌ها در یک جامعه، دسترسی به یک ابزار معتبر برای جمع‌آوری داده‌های واقعی و معتبر است. پرسشنامه انتخاب‌های غذایی پرسشنامه‌ای است که برای اولین بار در انگلستان توسط Steptoe و Pollard ساخته شد و محرک‌های انتخاب غذا را از ۹ بُعد مختلف شامل سلامت، حالات روحی (خلق و خو)، راحتی، جاذبه حسی، محتوای طبیعی، قیمت، کنترل وزن، آشنایی با مواد غذایی و نگرانی اخلاقی ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه به طور وسیع برای بررسی محرک‌های انتخاب غذا توسط کشورهای مختلف استفاده شده است.

این پژوهشگر ادامه داد: برای ارزیابی روایی و پایایی گونه ایرانی پرسشنامه انتخاب‌های غذایی، نسخه فارسی این پرسشنامه توسط بیش از هزار نفر افراد بزرگسال ایرانی تکمیل شد که با توجه به تاثیر بیماری‌ها بر انتخاب‌های غذایی افراد، پس از حذف افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن، داده‌های مربوط به حدود ۹۰۰ فرد مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

بنا به اظهار این محقق؛ یافته‌های مطالعه از اعتبار کافی نسخه ایرانی پرسشنامه انتخاب‌های غذایی پشتیبانی کرد، همچنین نتایج نشان داد که مهم‌ترین محرک‌های انتخاب غذایی شامل جاذبه حسی، محتوای طبیعی و سلامتی بود و آشنایی با مواد غذایی و نگرانی اخلاقی، کم‌اهمیت‌ترین محرک‌های انتخاب غذا در گروه‌های مختلف جمعیتی ایرانیان بود.

دکتر جلالی فراهانی در پایان متذکر شد که این یافته‌ها اطلاعات مفیدی را برای بازاریابی مواد غذایی در ایران و همچنین برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری‌های بهداشتی با هدف ترویج عادات غذایی سالم‌تر در ایرانیان ارائه می‌دهد.