

علاج السمنة العائلي لا يزيد أعراض اضطرابات الأكل لدى الشباب ذوي السمنة المفرطة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مايو 1, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). علاج السمنة العائلي لا يزيد أعراض اضطرابات الأكل لدى الشباب ذوي السمنة المفرطة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=121160>

هل علاج السمنة المفرطة لدى الشباب يؤدي إلى ظهور اضطرابات الأكل؟ دراسة جديدة تلقي الضوء

ألا يخشى المرء أن يكون العلاج نفسه هو السبب في مشكلة جديدة؟ هذا السؤال يتردد صداه في أذهان الأطباء النفسيين والمتخصصين في علاج السمنة، خاصةً عندما يتعلق الأمر بالشباب. فالعلاج السلوكي الأسري للسمنة المفرطة، على الرغم من فعاليته في خفض الوزن، قد يثير مخاوف بشأن احتمال ظهور اضطرابات الأكل. هل التركيز على النظام الغذائي والوزن يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات غير صحية تتعلق بالطعام وصورة الجسم؟ هذا ما تسعى دراسة حديثة بقيادة دانييلسن وزملائها إلى الإجابة عليه.

الإطار النظري

العلاج السلوكي المعرفي واضطرابات الأكل

تستند العديد من العلاجات النفسية لاضطرابات الأكل، مثل فقدان الشهية العصبي والشره المرضي العصبي، إلى مبادئ العلاج السلوكي المعرفي (CBT). يركز العلاج السلوكي المعرفي على تحديد وتغيير الأنماط السلوكية والفكرية غير الصحية. في سياق اضطرابات الأكل، يهدف العلاج إلى تحدي الأفكار المشوهة حول الوزن والشكل، وتطوير استراتيجيات صحية للتعامل مع المشاعر، وتعزيز سلوكيات الأكل الطبيعية. ومع ذلك، فإن تطبيق مبادئ مماثلة في علاج السمنة المفرطة قد يكون له نتائج مختلفة. ففي حين أن الهدف هو تحسين الصحة، فإن التركيز المفرط على تقييد السعرات الحرارية أو تغيير الوزن قد يؤدي إلى ظهور سلوكيات شبيهة باضطرابات الأكل لدى بعض الأفراد.

نظرية التقييم المعرفي

تلعب نظرية التقييم المعرفي دوراً هاماً في فهم العلاقة بين صورة الجسم واضطرابات الأكل. تفترض هذه النظرية أن الأفراد يقيمون أنفسهم بناءً على معايير ثقافية واجتماعية. عندما يشعر الأفراد بأنهم لا يلبون هذه المعايير، فقد يعانون من مشاعر سلبية تجاه أجسادهم، مما قد يؤدي إلى سلوكيات غير صحية مثل تقييد الطعام أو الإفراط فيه. في سياق علاج السمنة، قد يؤدي التركيز على فقدان الوزن إلى زيادة الوعي بصورة الجسم وتعزيز المقارنات الاجتماعية، مما يزيد من خطر ظهور مشاعر سلبية تجاه الجسم.

منهجية البحث

تصميم الدراسة والمشاركين

أجرى دانييلسن وزملائها دراسة مستقبلية لمتابعة التغيرات في أعراض اضطرابات الأكل لدى مجموعة من الشباب الذين يعانون من السمنة المفرطة. شملت الدراسة 74 شاباً تتراوح أعمارهم بين 10 و 18 عاماً، حيث كانت نسبة الإناث 58٪. كان متوسط مؤشر كتلة الجسم لديهم (3.11 BMI SDS)، مما يشير إلى درجة عالية من السمنة. تم إخضاع المشاركين لبرنامج علاجي سلوكي أسري لمدة 17 جلسة، يهدف إلى تحسين عادات الأكل وزيادة النشاط البدني وتعزيز الدعم الأسري.

أدوات القياس

تم تقييم أعراض اضطرابات الأكل قبل وبعد العلاج باستخدام استبيان فحص اضطرابات الأكل للشباب (Y-EDE-Q). يقيس هذا الاستبيان مجموعة متنوعة من الأعراض، بما في ذلك تقييد النظام الغذائي، والقلق بشأن الأكل والوزن والشكل. يتضمن الاستبيان درجة إجمالية ومقاييس فرعية لكل من هذه الأعراض. استخدم الباحثون نماذج خطية مختلطة قوية ونماذج مختلطة معقدة لتحليل التغيرات في الدرجات بمرور الوقت.

النتائج

أظهرت النتائج أن العلاج السلوكي الأسري للسممة المفردة لم يؤدي إلى زيادة في أعراض اضطرابات الأكل لدى الشباب. في الواقع، لوحظ انخفاض طفيف في الدرجة الإجمالية للاضطرابات الغذائية، على الرغم من أن هذا الانخفاض لم يكن ذا دلالة إحصائية. قبل العلاج، سجل 20.3٪ من الشباب درجة أعلى من الحد الأدنى السريري للخطر في استبيان Y-EDE-Q (أكثر من 2.5)، بينما انخفضت هذه النسبة إلى 13.5٪ بعد العلاج، ولكن هذا التغيير لم يكن ذا دلالة إحصائية أيضاً.

الأكثر أهمية، لم يتم تشخيص أي من المشاركين باضطراب أكل سريري في أي من نقاط التقييم. قبل العلاج، أبلغ أربعة مشاركون عن تعرضهم لنوبة أكل بنهم واحدة على الأقل في الأسبوع، بينما لم يبلغ أي منهم عن ذلك بعد العلاج. لوحظ انخفاض كبير في القلق بشأن الشكل، مما يشير إلى أن العلاج قد ساعد الشباب على تطوير صورة أكثر إيجابية عن أجسادهم. ومع ذلك، لم يتم العثور على أي تغييرات في تقييد النظام الغذائي أو القلق بشأن الأكل أو الوزن.

تداعيات سريرية وعملية

تشير هذه النتائج إلى أن العلاج السلوكي الأسري للسممة المفردة يمكن أن يكون خياراً آمناً وفعالاً للشباب، دون زيادة خطر ظهور اضطرابات الأكل. بل إن العلاج قد يكون له تأثير إيجابي على صورة الجسم، مما يساعد الشباب على تطوير علاقة أكثر صحة مع أجسادهم. بالنسبة للمعالجين، تؤكد هذه النتائج على أهمية مراقبة أعراض اضطرابات الأكل لدى الشباب الذين يخضعون لعلاج السممة، ولكنها أيضاً توفر طمأنة بأن العلاج نفسه لا يشكل خطراً كبيراً.

بالنسبة للمرضى وأولياء الأمور، من المهم فهم أن التركيز على الصحة والعافية لا يعني بالضرورة التركيز على فقدان الوزن. يمكن للعلاج السلوكي الأسري أن يساعد الشباب على تطوير عادات أكل صحية وزيادة النشاط البدني وتعزيز الدعم الأسري، دون الحاجة إلى التركيز المفرط على الوزن أو الشكل. بالنسبة للجمهور العام، من المهم تحدي الصور النمطية غير الواقعية حول الوزن والشكل وتعزيز قبول الجسم الإيجابي.

السياق الثقافي العربي

عند النظر في هذه النتائج في السياق الثقافي العربي، من الضروري مراعاة بعض الفروق الدقيقة. في العديد من المجتمعات العربية، هناك وصمة عار قوية مرتبطة بالسممة، وقد يكون هناك ضغط اجتماعي كبير على الأفراد لفقدان الوزن. بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك معايير جمالية صارمة تؤكد على النحافة، مما قد يزيد من خطر ظهور اضطرابات الأكل لدى الشباب.

في هذا السياق، قد يكون العلاج السلوكي الأسري للسممة المفردة أكثر حساسية ثقافياً من العلاجات الأخرى التي تركز بشكل أكبر على فقدان الوزن. من المهم أن يأخذ المعالجون في الاعتبار القيم والمعتقدات الثقافية للمرضى وأسرتهم، وأن يساعدوهم على تطوير أهداف واقعية وقابلة للتحقيق. بالإضافة إلى ذلك، قد يكون من المفيد دمج عناصر من الثقافة العربية في العلاج، مثل استخدام القصص أو الأمثال الشعبية لتعزيز الرسائل الصحية.

من المهم أيضاً ملاحظة أن الوصول إلى خدمات الصحة النفسية قد يكون محدوداً في بعض المناطق العربية، مما قد يجعل من الصعب على الشباب الذين يعانون من السمنة المفرطة أو اضطرابات الأكل الحصول على الرعاية التي يحتاجونها. لذلك، من الضروري زيادة الوعي بأهمية الصحة النفسية وتوسيع نطاق الوصول إلى الخدمات الصحية.

اتجاهات مستقبلية وقيود

على الرغم من أن هذه الدراسة تقدم رؤى قيمة، إلا أنها لا تخلو من القيود. أولاً، كانت الدراسة محدودة الحجم، مما قد يحد من قدرة النتائج على التعميم على مجموعات أخرى. ثانياً، كانت الدراسة مستقبلية، مما يعني أنها لا تستطيع إثبات علاقة سببية بين العلاج السلوكي الأسري وأعراض اضطرابات الأكل. ثالثاً، اعتمدت الدراسة على تقارير ذاتية من المشاركين، مما قد يكون عرضة للتحيز.

تشمل الاتجاهات المستقبلية في هذا المجال إجراء دراسات أكبر وأكثر تنوعاً، واستخدام تصميمات تجريبية عشوائية للتحقق من العلاقة السببية بين العلاج السلوكي الأسري وأعراض اضطرابات الأكل، ودمج مقاييس موضوعية لتقييم سلوكيات الأكل وصورة الجسم. بالإضافة إلى ذلك، من المهم إجراء المزيد من البحوث حول فعالية العلاج السلوكي الأسري في سياقات ثقافية مختلفة، وتطوير تدخلات حساسة ثقافياً.

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليم View Course → أصول التربية والتعليم View Course → التربية البيئية والتنمية المستدامة View Course →

Reference

Danielsen Y.S. (2026). *Youth with severe obesity do not demonstrate increased eating disorder symptoms following family-based behavioral obesity treatment*. Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia (Bulimia and Obesity), 31(1).

DOI: [10.1007/s40519-026-01839-3](https://doi.org/10.1007/s40519-026-01839-3)