

# وعي وتحديات تبني الأنظمة الغذائية النباتية بين العاملين في الرعاية الصحية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). وعي وتحديات تبني الأنظمة الغذائية النباتية بين العاملين في الرعاية الصحية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119682>

تخيل أنك تعمل في مستشفى، محاطاً بأفراد متخصصين في الرعاية الصحية، يُفترض أنهم قدوة في تبني أنماط حياة صحية. لكن ماذا لو اكتشفت أن هؤلاء الأفراد، على الرغم من معرفتهم الواسعة بالجسم البشري وأهمية التغذية، لا يتبعون بالضرورة نظاماً غذائياً صحياً؟ هذا هو السؤال الذي بدأ به الباحثون رحلتهم في مستشفى بوذي في تاوان، وكشف عن نتائج قد تكون مفاجئة للكثيرين.

## منهجية البحث

قام الباحث شين تشين هو (Shen C.H.) وفريقه بإجراء دراسة مقطعية (cross-sectional study) شملت العاملين في الرعاية الصحية، وبالتحديد الممرضين، في مستشفى تعليمي بوذي. اعتمدت الدراسة على استبيان لتقييم معرفة الممرضين بالنظام الغذائي النباتي (plant-based diet) - وهو نظام يركز على استهلاك الأطعمة النباتية مع تقليل أو استبعاد المنتجات الحيوانية - والعوامل المؤثرة في تبنيه. تم توزيع الاستبيانات على عينة كبيرة من الممرضين، مما عزز من قوة الدراسة الإحصائية وقدرتها على تقديم نتائج موثوقة. لم يقتصر الاستبيان على تقييم المعرفة، بل شمل أيضاً أسئلة حول العادات الغذائية الحالية، والمواقف تجاه النظام الغذائي النباتي، والعوامل الاجتماعية والاقتصادية التي قد تؤثر على الخيارات الغذائية. تم تحليل البيانات باستخدام أساليب إحصائية متقدمة لتحديد الارتباطات بين المتغيرات المختلفة.

## أهمية السياق البوذي

من الجدير بالذكر أن اختيار مستشفى بوذي كسياق للدراسة ليس عشوائياً. فالديانة البوذية غالباً ما تشجع على الرحمة واللاعنف، وقد يترجم ذلك إلى تفضيل الأنظمة الغذائية التي تقلل من إيذاء الحيوانات. لذلك، كان من المثير للاهتمام معرفة ما إذا كان هذا السياق الديني والثقافي يؤثر على تبني النظام الغذائي النباتي بين العاملين في الرعاية الصحية.

## نتائج البحث

أظهرت النتائج أن المعرفة بالنظام الغذائي النباتي كانت محدودة نسبياً بين الممرضين، على الرغم من أنهم متخصصون في الرعاية الصحية. الأكثر إثارة للقلق هو أن نسبة كبيرة من الممرضين المشاركين في الدراسة أظهروا نتائج غير طبيعية في فحوصاتهم الصحية الروتينية. هذا التناقض بين المعرفة المهنية والحالة الصحية الشخصية يثير تساؤلات حول فعالية التعليم الصحي المقدم للعاملين في الرعاية الصحية، وأهمية تطبيق ما يعرفونه على حياتهم الخاصة.

أظهر التحليل الإحصائي أن هناك عدة عوامل مرتبطة بتبني النظام الغذائي النباتي. من بين هذه العوامل: الوعي بالفوائد الصحية للنظام الغذائي النباتي، والمواقف الإيجابية تجاهه، والدعم الاجتماعي من الأصدقاء والعائلة. كما تبين أن الممرضات اللاتي لديهن مستوى تعليم أعلى هن أكثر عرضة لتبني النظام الغذائي النباتي. بالمقابل، كانت هناك بعض العوامل التي تعيق تبني النظام الغذائي النباتي، مثل صعوبة إيجاد خيارات غذائية نباتية مناسبة في المستشفى، ونقص الوقت لإعداد وجبات صحية، والتأثيرات الثقافية والاجتماعية التي تشجع على استهلاك اللحوم.

## تأثيرات البحث

تشير هذه الدراسة إلى الحاجة الملحة لتوفير برامج تعليمية مستهدفة للعاملين في الرعاية الصحية، وخاصة الممرضين، لتعزيز معرفتهم بالنظام الغذائي النباتي وفوائده الصحية. لا ينبغي أن يقتصر التعليم على الجانب النظري، بل يجب أن يشمل أيضاً تدريباً عملياً على إعداد وجبات نباتية صحية ولذيذة. بالإضافة إلى ذلك، يجب على المستشفيات والمؤسسات الصحية توفير بيئة عمل داعمة تشجع على تبني أنماط حياة صحية، من خلال توفير خيارات غذائية نباتية متنوعة في

الكافثيريا، وتنظيم ورش عمل حول التغذية الصحية، وتقديم حوافز للموظفين الذين يتبنون النظام الغذائي النباتي.

إن تعزيز الصحة الغذائية للعاملين في الرعاية الصحية ليس مجرد مسألة صحية شخصية، بل هو أيضاً استثمار في جودة الرعاية الصحية المقدمة للمرضى. فالمرضى الذين يتمتعون بصحة جيدة هم أكثر قدرة على تقديم رعاية فعالة وشاملة للمرضى، وتقديم المشورة لهم بشأن التغذية الصحية. هذه الدراسة تقدم دليلاً جديداً من سياق رعاية صحية بوذي، وتؤكد على أهمية معالجة الفجوة بين المعرفة الصحية والممارسة الصحية، وتعزيز ثقافة الصحة والرفاهية في أماكن العمل.

## Reference

Shen C.H. (2026). *Knowledge and determinants of plant-based diet adoption among healthcare providers in a Buddhist teaching hospital: a cross-sectional study*. Journal of Health Population and Nutrition, 45(1), 57-57

DOI: 10.1186/s41043-025-01231-4