

بررسی نگرش نوجوانان به مصرف غذاهای پرکالری و فست فودها در شهر کرمانشاه در سال ۱۳۹۶

پروین چوپانی

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه رازی کرمانشاه

نام نویسنده مسئول:

پروین چوپانی

چکیده

مقدمه: بررسی الگوهای تغذیه ای خصوصاً در نوجوانان به عنوان قشر آینده ساز هر کشوری به یکی از دغدغه های اصلی محققین علوم تغذیه و اجتماعی تبدیل شده است. روند فزاینده زندگی صنعتی و افزایش گرایش به مصرف غذاهای آماده با آثاری زیانبار و گاه جبران ناپذیر در بین نوجوانان ضرورت آگاهی از دیدگاهها و نگرش های این قشر از جامعه را بیش از پیش آشکار می سازد در این تحقیق سعی بر آن شده تا این نگرش ها بررسی شود.

روش : در این پژوهش تعداد ۱۵۰ نفر نوجوان (۷۶ نفر دختر و ۷۴ نفر پسر) از مناطق برخوردار و معمولی با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند پرسش نامه استاندارد نگرش به مصرف غذاهای آماده هیون به هر یک از آنها داده شد، داده های بدست آمده توسط آزمونهای آنالیز واریانس (Anova) و t مستقل نرم افزار spss-16 تحلیل شد.

نتایج : یافته های این پژوهش نشان داد که محل سکونت، رشته تحصیلی و اشتغال پدر بر نگرش مصرف غذاهای آماده در نوجوانان رابطه ای نداشته، اما وضعیت اقتصادی، جنسیت ، وضعیت اشتغال مادر و تحصیلات والدین رابطه معنی داری داشته است. بحث : در این پژوهش نوجوانان دارای خانواده متمکن و مادران شاغل نگرش مثبت تری به مصرف غذاهای آماده داشتند همچنین گرایش دختران بیش از پسران بود. نتیجه گیری : به دلیل شیوع مصرف غذاهای آماده خصوصاً در دختران نوجوان و تاثیر این امر بر سلامت آنها و نسل آینده، ضروریست با استفاده از برنامه های آموزشی مصرف اینگونه مواد غذایی را محدود کرد.

واژگان کلیدی: فست فود، نوجوانان، تغذیه، سبک زندگی.

مقدمه

در گذشته های نه چندان دور بیماریهای عفونی مهم ترین عامل مرگ و میر در جوامع بشری بود در دهه های اخیر با بهبود وضعیت بهداشتی، دسترسی به مواد غذایی کافی و پیشرفتهای پزشکی این مشکلات تا حدود زیادی برطرف گردیده است [۱] در مقابل امروزه مشکلات تغذیه ای یک عامل مهم سبب شناسی مرگ و ناتوانی می باشد [۲]. مطالعات زیادی ارتباط بین رژیم غذایی و شیوع بیماری را نشان داده اند [۳-۷]. در حال حاضر علت اصلی مرگ و میر در جوامع صنعتی و مخصوصاً کشورهای در حال توسعه بیماریهای قلبی عروقی، انواع سرطانها، چاقی و دیابت می باشد که در درجه اول ناشی از تغذیه و عادات غذایی نامناسب می باشد [۸-۱۰] عادات غذایی علاوه بر اینکه پاسخگوی نیازهای غریزی و فیزیولوژیک است یک رفتار فرهنگی نیز می باشد و با پیشرفت علم شاهد تغییر در سنتها و آداب فرهنگهای بومی مخصوصاً در زمینه تغذیه و آداب و رفتارهای غذایی و استفاده از فست فودها هستیم [۱۱]. غذاهای فوری (فست فودها) غذاهایی هستند که علاوه بر کم هزینه بودن و خوشمزه بودن (به دلیل مواد افزودنی و نمک) [۱۲] خیلی سریع و آسان تهیه می شوند [۱۳] و شامل انواع ساندویچ، چیز برگر، مرغ، ماهی، میگو سوخاری، هات داگ، سیب زمینی سرخ کرده، ناگت مرغ، انواع پیتزها و سوسیس و کالباس می باشد. کارشناسان تغذیه و بهداشت غذاهای فوری را به دلیل داشتن کالری زیاد و اسید چرب ترانس عامل بیماریهای مختلف می دانند [۱۴، ۱۵]. هر چند عواملی نظیر توزیع های ماهواره ای و اینترنت سبب گسترش الگوهای رفتاری یکسانی در جوامع بشری خصوصاً در بین نوجوانان شده است که مطالعات نشان می دهند نگرش به مصرف غذاهای آماده در تمام جوامع یکسان نیست [۱۶] و تابع شرایط اجتماعی، فرهنگی و اجتماعی آن جامعه است [۱۷، ۱۸].

از طرفی سازمان جهانی بهداشت یکی از مهم ترین مشکلات بهداشت در دنیای معاصر را بیماریهای ناشی از آلودگی مواد غذایی می داند که موجب ایجاد مشکلات اجتماعی و اقتصادی برای آنها می شود و فاکتورهای زیر را در بیماریهای ناشی از آلودگی مواد غذایی دخیل می داند که عبارتند از: ذخیره سازی نامناسب غذا (دما / زمان)، آلوده شدن ابزار، تهیه غذا از منابع ناسالم، بهداشت شخصی ضعیف و ناکافی بودن پخت می باشد [۱۹، ۲۰]. سازمان جهانی خوار و بار کشاورزی نارساییهای تغذیه ای را ناشی از عدم آشنایی به جیره غذایی و چگونگی تغذیه می داند و آنرا ناشی از فقدان مواد غذایی نمی داند [۲۱]. در سالهای اخیر اهمیت تغذیه صحیح به عنوان یکی از جنبه های مهم در شیوه زندگی مورد تاکید قرار گرفته و گرایش به سمت رژیمهای غذایی سالم افزایش یافته است [۲۲].

بیش از یک پنجم از کل جمعیت جهان را نوجوانان تشکیل می دهند که ۸۴ درصد از نوجوانان در جوامع در حال توسعه زندگی می کنند و بیش از ۲۰ درصد از کل جمعیت کشور ما را گروه سنی ۱۹-۱۰ سال تشکیل می دهد که سلامت و پیشرفت آنها برای آینده اقتصادی و اجتماعی کشور بسیار اهمیت دارد [۲۳، ۲۴]. نیاز به مواد مغذی در دوران نوجوانی، به دلیل دو برابر شدن توده بدنی به طور قابل ملاحظه ای بالاتر می رود. بنابراین توجه به وضعیت تغذیه ای این گروه از جامعه به دلیل اینکه یکی از بحرانی ترین و مهمترین دوران رشد و تکامل را می گذرانند ضروری است [۲۵]. مطالعات انجام شده در کشور ما بر روی نوجوانان نشان دهنده وضعیت تغذیه ای نامطلوب در این رده سنی است [۲۶-۲۹].

مطالعه های اخیر حاکی از افزایش شیوع بیماری های مزمن غیر واگیر در نوجوانان است. براساس یافته های مطالعه قند و لیپید تهران، ۴/۳ درصد از نوجوانان منطقه ۱۳ تهران چاق و ۱۳/۳ درصد دچار اضافه وزن هستند، ۱۸ درصد از نوجوانان دچار هیپرکلسترولمی بالا هستند [۳۰]. طبق مطالعات انجام شده، عادات غذایی در سنین جوانی و نوجوانی رفتار غذایی افراد را در بزرگسالی شکل می دهد و نوجوانان ما در امر تغذیه به سمت زندگی به سبک غربی حرکت می کنند [۳۱-۳۲].

در مطالعه دادخواه دختران نوجوان تنقلا و غذای آماده بیشتر و لبنیات کمتری مصرف می کردند زیرا نوجوانان اغلب تمایل دارند که وعده های غذایی را با دوستانشان خارج از منزل صرف کنند همین عادات غذایی می تواند در بزرگسالی ادامه یابد [۳۳]. در مطالعه امیدوار نیز به مصرف ناکافی میوه و سبزی در نوجوانان دانش آموز اشاره شده که ۹۰ درصد دانش آموزان دارای عملکرد نامطلوب تغذیه ای بودند و تمرکز بر عوامل روانشناختی و رفتاری به عنوان عامل کلیدی تدوین راهکارهای تغییر رفتار پیشنهاد شده است [۳۴]. تحقیق حاضر در نظر دارد، نگرش نوجوانان به مصرف غذاهای آماده را در جامعه مورد بررسی قرار داده و در راستای کمک به حل مشکلات تغذیه ای این قشر، عوامل موثر بر آن را مورد شناسایی قرار دهد.

ابزار و روش

این مطالعه از نوع توصیفی- مقایسه ای است که به صورت مقطعی در سال ۱۳۹۳ انجام شده و به منظور بررسی و مقایسه نگرش نوجوانان به مصرف غذاهای آماده و پرکالری (فست فود) در شهر کرمانشاه انجام شد. در این پژوهش، پرسش نامه استاندارد نگرش به غذاهای آماده هیون استفاده گردید که دارای ۱۲ سؤال بوده و در آن از آزمودنیها خواسته شد به سؤالات پاسخ دهند. سؤالات جنبه های مختلفی

یافته ها

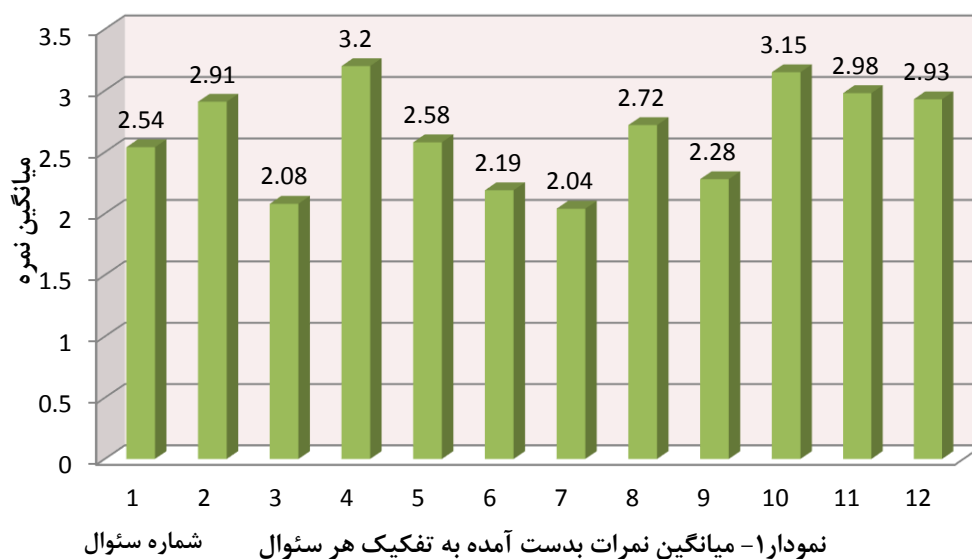
در جدول شماره ۱ وضعیت دموگرافیکی- اجتماعی افراد مورد مطالعه شامل سن ، وضعیت اشتغال والدین ، وضعیت تحصیلات والدین و وضعیت اقتصادی خانواده نشان داده شده است. یافته ها نشان داد میانگین سنی نوجوانان که وارد این مطالعه شدند $18/33 \pm 0/47$ بود که ۵۰ درصد از آنها (۷۶ نفر) دختر و $49/3$ درصد (۴۷ نفر) پسر بودند. حدود ۱۵ درصد والدین نوجوانان دارای تحصیلات دانشگاهی ، ۶۳ درصد از دانش آموزان دارای خانواده ای با وضعیت اقتصادی متوسط ، ۲۱ درصد ضعیف و ۱۶ درصد خوب بودند . شغل پدر ۷۴ درصد از نوجوانان آزاد و ۹۱ درصد از مادران خانه دار بود .

درصد	جمع کل	جمع	جنس		متغیر	
			دختر	پسر		
۸۰%	۱۲۰	۶۱	۲۵	۳۶	زیر دیپلم	
		۵۹	۲۶	۳۳	دیپلم متوسطه	
۲۰%	۳۰	۲۶	۱۵	۱۱	دانشگاهی	
		۴	۳	۱	تکمیلی	
۸۹%	۱۳۳	۸۶	۴۳	۴۳	زیر دیپلم	
		۴۷	۲۴	۲۳	دیپلم متوسطه	
۱۱%	۱۷	۱۳	۷	۶	دانشگاهی	
		۴	۲	۲	تکمیلی	
۱۸%	۱۵۰	۲۷	۰	۲۷	ریاضی فیزیک	
۵۰%		۷۵	۲۸	۴۷	علوم تجربی	
۳۲%		۴۸	۴۸	۰	علوم انسانی	
۱۶%	۲۴	۲۴	۱۹	۵	خوب	
۶۳%	۹۴	۹۴	۴۴	۵۰	متوسط	
۲۱%	۳۲	۳۲	۱۳	۱۹	ضعیف	
۲۶%	۳۹	۳۹	۱۹	۲۰	دولتی	پدر
۷۴%	۱۱۱	۱۱۱	۵۷	۵۴	آزاد	
۹۱%	۱۳۷	۱۳۷	۶۹	۶۸	خانه دار	مادر
۹%	۱۳	۱۳	۷	۶	شاغل	

جدول شماره ۲ سوالات پرسش نامه و میانگین نمرات نگرش به غذاهای آماده به تفکیک هر سؤال نشان می دهد میانگین نمره اکتسابی پرسش نامه ها $31/65 \pm 4/43$ می باشد. این جدول و نمودار شماره ۱ نشان می دهد که بالاترین نمره مکتسبه مربوط به سوالات شماره چهار و ده بوده یعنی طعم خوب، خوشمزه و چربی بالا، بیشترین دلیل مصرف غذاهای آماده بوده است در حالیکه سوالات شماره هفت و سه کمترین نمره را به خود اختصاص داده یعنی توجه به بهداشت مواد غذایی و ارزشهای تغذیه ای کمترین انگیزه را برای مصرف فست فودها ایجاد می کند.

جدول ۲- پرسش ها و میانگین نمرات نگرش به غذاهای آماده

متغیر	جنس		میانگین
	پسر	دختر	
۱- مصرف غذاهای آماده برای من امری عادی است .	$2/37 \pm 0/82$	$74/0 \pm 71/2$	$2/54 \pm 0/79$
۲- فکر می کنم که مصرف غذاهای آماده برای سلامتی مضر است	$2/93 \pm 0/89$	$96/0 \pm 89/2$	$2/91 \pm 0/92$
۳- فکر میکنم مصرف غذاهای آماده نیازهای تغذیه ای بدن را فراهم می کند	$2/14 \pm 0/82$	$2/02 \pm 0/79$	$2/08 \pm 0/81$
۴- فکر می کنم که غذاهای آماده لذیذ هستند .	$2/98 \pm 0/99$	$3/40 \pm 0/81$	$3/20 \pm 0/93$
۵- فکر می کنم که فروشگاههای عرضه غذاهای آماده محیطی دلپذیر هستند.	$2/47 \pm 1/00$	$2/69 \pm 0/93$	$2/58 \pm 0/97$
۶- فکر می کنم که فروشگاههای غذاهای آماده تمیز و بهداشتی هستند .	$2/29 \pm 0/87$	$2/09 \pm 0/75$	$2/19 \pm 0/81$
۷- فکر می کنم که غذاهای آماده بهداشتی و مطمئن هستند .	$2/09 \pm 0/84$	$1/98 \pm 0/79$	$2/04 \pm 0/81$
۸- فکر می کنم حجم غذاهای آماده به اندازه ایست که احساس سیری نمایم	$2/54 \pm 0/92$	$85/0 \pm 90/2$	$2/72 \pm 0/90$
۹- فکر می کنم که غذاهای آماده نمک زیادی دارد .	$2/25 \pm 0/98$	$89/0 \pm 31/2$	$2/28 \pm 0/93$
۱۰- فکر می کنم که غذاهای آماده چربی زیادی دارند .	$3/20 \pm 0/85$	$82/0 \pm 10/3$	$3/15 \pm 0/84$
۱۱- فکر می کنم که غذاهای آماده مرا چاق خواهد کرد .	$2/75 \pm 0/99$	$91/0 \pm 2/3$	$2/98 \pm 0/97$
۱۲- فکر می کنم که غذاهای آماده پرکالری هستند .	$91/0 \pm 85/2$	$97/0 \pm 1/3$	$2/93 \pm 0/94$
جمع کل	$30/5 \pm 91$	$32/36 \pm 3/7$	$31/65 \pm 4/43$



در جدول شماره ۳ مقایسه نگرش نوجوانان به مصرف غذاهای آماده با استفاده از آزمون t مستقل با در نظر گرفتن جنسیت، وضعیت اشتغال و محل سکونت نشان داده شده است. با اطمینان ۹۵٪ میتوان قضاوت کرد که نگرش به غذاهای آماده در نوجوانان دختر و پسر اختلاف معنی داری داشته و دختران در این مطالعه نگرش بالاتری نسبت به مصرف غذاهای آماده داشتند همچنین با خطای کمتر از ۵٪ وضعیت اشتغال پدر بر نگرش به مصرف غذاهای آماده نوجوانان تاثیری نداشته در حالیکه نوجوانان با مادران خانه دار غذاهای آماده کمتری مصرف می کردند. از طرفی جدول شماره ۳ نشان می دهد که محل سکونت تاثیری بر نگرش به مصرف غذاهای آماده در نوجوانان نداشت.

جدول ۳- مقایسه نگرش نوجوانان به مصرف غذاهای آماده بر حسب متغیرهای جنس، محل سکونت و اشتغال والدین

متغیر	t	df	معنی داری (sig.)	درصد خطا (p-value)
جنس	۲/۰۲	۱۴۸	۰/۰۱	۰/۰۵
وضعیت اشتغال مادر	-۲/۱۵	۱۴۸	۰/۰۳	۰/۰۵
وضعیت اشتغال پدر	۰/۸۱	۱۴۸	۰/۰۹	۰/۰۵
محل سکونت	۰/۴۶	۱۴۸	۰/۲۷	۰/۰۵

جدول شماره ۴ بررسی معنی داری تاثیر پارامترهای رشته تحصیلی، وضعیت اقتصادی، تحصیلات پدر و تحصیلات مادر را نشان می دهد آزمون واریانس یکطرفه (Anova) نشان داد که رشته تحصیلی نوجوانان با اطمینان ۹۵٪ تاثیری در نگرش نوجوانان به مصرف غذاهای آماده ندارد در صورتیکه با استفاده از این آزمون متغیر وضعیت اقتصادی پارامتری تاثیر گذار بر نگرش بوده و نوجوانانی که در خانواده های مرفه تر زندگی می کردند گرایش بیشتری به مصرف غذاهای آماده داشتند. همچنین با استفاده از این آزمون با ۰/۹۵ اطمینان می توان قضاوت کرد که نوجوانان دارای والدین با سطح تحصیلات بالا نگرش مثبت تری به مصرف غذاهای آماده داشتند.

جدول ۴- آنالیز واریانس یکطرفه جهت بررسی معنی داری تاثیر پارامترهای رشته تحصیلی، وضعیت اقتصادی، تحصیلات پدر و تحصیلات مادر

شرح	مجموع مجذورها	میانگین مجذورها	درجه آزادی	F	معنی داری (sig.)
رشته تحصیلی	مابین گروهها	۷۸/۹	۳۴/۴۹	۲/۰۳	۰/۱۴
	درون گروهها	۲۸۵۶/۹۸	۱۹/۴۳		
وضعیت اقتصادی	مابین گروهها	۱۵۲/۶۳	۷۶/۳۱	۴/۰۳	۰/۰۲
	درون گروهها	۲۷۸۳/۳۴	۱۸/۹۳		
تحصیلات پدر	مابین گروهها	۸۷/۱۳	۲۹/۰۴	۱/۴۸	۰/۰۳
	درون گروهها	۲۸۴۸/۸۳	۱۹/۵۱		
تحصیلات مادر	مابین گروهها	۷۶/۴۰	۲۵/۴۷	۱/۳	۰/۰۲
	درون گروهها	۲۸۵۹/۵۶	۱۹/۵۹		

بحث و نتیجه گیری

نوجوانی یکی از حساسترین و با ارزشترین برهه های زمانی در زندگی هر فردی است زیرا در این دوران روند تکامل جسمی و روانی، شخصیتی شکل گرفته و سنگ بنای عادات و رفتار وی را در بزرگسالی تشکیل می دهد [۳۶]. یکی از مهمترین مباحث مربوط به این دوران مبحث تغذیه، بالاخص نگرش به مصرف غذاهای آماده است. بر اساس تحقیقات صورت گرفته، رعایت رژیم غذایی مناسب بواسطه مصرف غذاهای سنتی سالم در کنار اصلاح سبک زندگی، نقش پیشگیرانه ای در کاهش ابتلا به بیماریهای مزمن از جمله بیماریهای قلبی و انواع سرطانها دارد. جامعه آماری این پژوهش، نوجوانان پسر و دختری بودند که اختلاف سنی چندانی با هم نداشتند لذا بحث تاثیر پارامتر سن در نگرش آنها منتفی است. از طرفی تاثیر رشته تحصیلی نیز در نگرش آنها معنی دار نبود به عبارت دیگر نوجوانان با رشته های تحصیلی مختلف با اطمینان ۰/۹۵ دارای نگرش یکسانی به مصرف غذاهای آماده بودند که در توجیه آن می توان گفت این طیف سنی، حتی در صورت داشتن اطلاعات فیزیولوژیک (نوجوانان با رشته علوم تجربی) به دلیل کمی سن و تجربه ناکافی توجه چندانی به عوارض زیانبار و چه بسا مرگبار این مواد غذایی نمی شود چرا که انسان در این سن عقیده دارد بیماریهایی نظیر فشار خون، چربی خون، دیابت و... مختص ایام بزرگسالی است و در سنین کم رخ نمی دهد غافل از این واقعیت که بیماریهایی که در ایام بزرگسالی بروز می کند بطور عمده بدلیل سبکهای نادرست تغذیه و مصرف غذاهای ناسالم نظیر غذاهای آماده که حاوی نمک، چربی و مواد افزودنی غیر مجاز فراوانی هستند که در سنین نوجوانی و جوانی مورد استفاده قرار گرفته اند [۲۳].

در مبحث تاثیر جنسیت بر مصرف غذاهای آماده، علیرغم اینکه در برخی از تحقیقات مردان بزرگسال و جوان بواسطه عواملی نظیر داشتن مشغله کاری، سرگرمی، گذراندن اوقات بیشتر با دوستان، نداشتن وقت یا حتی بیکاری به مصرف غذاهای آماده نگرش مثبت تری به نشان داده اند [۳۷]، در تحقیق حاضر دختران نوجوان نگرش مثبت تری به مصرف اینگونه غذاها داشته اند دلیل این امر را نیز می توان در کم تجربگی و ناپختگی این رده سنی جستجو کرد. زیرا خانم های جوان بواسطه خصوصیات فیزیولوژیک، روانی و همچنین داشتن اطلاعات نسبتا کافی تغذیه ای، پزشکی، بهداشتی و اجتماعی تمایل به داشتن اندامی متناسب و لاغر اندام را جهت مقبولیت بیشتر اجتماعی ترجیح می دهند [۲۳] در حالیکه در دختران نوجوان شخصیت اجتماعی و ابعاد جسمی، روانی آنها بطور کامل شکل نگرفته لذا هراسی از چاقی و بیماریهای مربوط به تغذیه ناسالم در آنها بوجود نمی آید.

در این پژوهش پارامتر محل سکونت افراد تاثیری معنی دار بر نگرش آنها به مصرف غذاهای آماده نداشت به نظر می رسد دلیل این امر اختلاف کم طبقاتی خانوارهای بالا و پایین شهر باشد. از نظر تاثیر گذاری پارامتر اشتغال والدین بر نگرش نوجوانان، تنها اشتغال مادران بر آن تاثیر گذار بوده و فرزندان مادران خانه دار نگرش کمتری به مصرف غذاهای آماده داشتند، بدیهی است مادران خانه دار به دلیل صرف وقت بیشتر در منزل و طبخ غذا، بالطبع غذاهای با طعم بهتری آماده نموده و تمایل کمتری به مصرف غذاهای آماده در خارج از منزل دارند که با نتایج بدست آمده در تحقیق کمال کوهی و همکاران مطابقت دارد [۳۸].

در خصوص تاثیر پارامتر وضعیت اقتصادی بر نگرش به غذاهای آماده، چنانکه عنوان گردید نوجوانان با وضعیت اقتصادی مرفه تر گرایش بیشتری به مصرف اینگونه مواد غذایی داشتند چرا که منبع درآمد می تواند عاملی تعیین کننده در انتخاب سبک زندگی و انتخاب الگوی تغذیه ای افراد باشد [۳۲]. واضح است افراد با درآمد بالاتر به مواد غذایی صرفا به عنوان عاملی جهت رفع نیازهای فیزیولوژیک نمی نگرند بلکه بدنبال کسب لذت بیشتر و تنوع بخشی به این جنبه از زندگی هستند بهمین دلیل جهت وقت گذرانی و سرگرمی و گذراندن اوقات بیشتر با دوستان غذاهای آماده مصرف می کنند، در تحقیق پرستو یار محمدی و همکاران نیز افراد با سطح در آمدی بالاتر مصرف غذاهای آماده بیشتری داشتند [۱۲]. سطح بالای تحصیلات والدین نیز پارامتری تاثیر گذار بر نگرش به غذاهای آماده بوده بنحویکه نوجوانان با داشتن والدین تحصیل کرده تر، نگرش مثبت تری به استفاده از غذاهای آماده داشتند به نظر می رسد دلیل این امر را بتوان در وضعیت مناسبتر اقتصادی اینگونه خانواده ها جستجو کرد زیرا والدین با سطح تحصیلات بالاتر معمولا دارای موقعیت شغلی بهتر و درآمد بالاتری می باشند و بالطبع فرزندان آنها نیز در انتخاب غذای خود از اختیار و آزادی بیشتری برخوردارند [۱۲].

منابع و مراجع

- [1] Mazloomi S, Zare A, Mozafari H, Fallah Zadeh H, Fazel Poor S. Survey of Effectiveness of Educational Theatre on Knowledge, Attitude and Behavior of Women's in Consumption of Oil and Fats. *Journal of health faculty* 2013;12(2):12-38.
- [2] Shafa Khah M, Moatri M. Evaluation of stages change diet nutrition and attitude to nutrition among nurse and midwife students shiraz faculty. 2009;4(13):71-80.
- [3] Khatoon AB, Asia B. Metabolic syndrome, cardiovascular disease and type - 2 diabetes. *J Pak Med Assoc* 2007; 57(10):511-515.
- [4] O'Rahilly S, Farooqi IS. Genetics of obesity. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci*, 2006;361:1095-1105.
- [5] Kohn M, Rees JM, Brill S, Fonseca H, Jacobson M, Katzman DK, et al. Preventing and treating adolescent obesity: A position of paper of the Society for Adolescent Medicine. *J Adolesc Health* 2006;38:784-787.
- [6] Klein S, Sheard NF, Pi-Sunyer X, Daly A, Wylie-Rosett J, Kulkarni K, et al. Weight management through lifestyle modification for the prevention and management of type 2 diabetes: rationale and strategies. A statement of the American Diabetes Association, the North American Association for the Study of Obesity, and the American Society for Clinical Nutrition. *Am J Clin Nutr* 2004;80:257-263.
- [7] Dokken BB, Tsao TS. The physiology of body weight regulation: are we too efficient for our own good?. *Diabetes Spectrum* 2007; 20(3):166-170.
- [8] Khademi N, Mansoori F, Laghaie Z. Evaluation nutritional patterns in staff of health center Kermanshah medical sciences university and prevalence cardiovascular diseases. *Journal health work* 2009;3(3):83-89.
- [9] Tavakoli H, Sanaie H, Karimi A, Tavakoli R. Evaluation knowledge, attitude and function a military population to proper pattern of food consumption. *Journal of military medicine* 2008;2(10):129-136.
- [10] J Koohpayehzadeh, M.R. Mohammad Hassani, S.H. Mirkhani. Study of Correlation between Nutritional Factors and Acute Myocardial Infarction. *Journal of Iran University of Medical Sciences* 2006; 13(50):147-153.
- [11] Fazelpour SH, Baghianimoghadam, Nagharzadeh A, Fallahzadeh H, Shamsi F, Khabiri F. Assessment of Fast Food Consumption Among People of Yazd City. *Journal of Yazd Health faculty* 2011;10(2):25-34.
- [12] Yarmohammadi P, Sharifirad G.R, Azadbakht L, Morovati M.A, Hassanzadeh A. Predictors of Fast Food Consumption among High School Students Based on the Theory of Planned Behavior. *Journal of health reseaches system* 2011;7(4):443-453.
- [13] Golzarand M, Bahadoran Z, Mirmiran P, Hosseini-Esfehani F, Hosseinpanah F, Azizi F. Amount of fast food consumption and its association with diet quality and anthropometric measurements: Tehran Lipid and Glucose Study. *Pejouhandeh* 2012;16(7):314-21.
- [14] Boshtam M, Zare K, Sadeghi S, Sajadi F, Shahrokhi S, Boshtam M, Parsa A. Impact of nutritional interventions on food consumption pattern changes of workers and staff. *Zahedan J Res Med Sci (ZJRMS)* 2011; 13(5): 31-37.
- [15] kelishadi R, Sadri G.H, Hashemi M, Nezal S, Ali Khasi H, Nasrollah B.D, Ansari R, Shamsi R, Rafiee S, Shahab M. Situation blood lipid and nutrition diet lipid OF ADOLESCENT: Isfahan healthy heart program-Promotion Heart Health from Childhood. *Journal of Semnan University of Medical Sciences* 2003;4(3):167-176.
- [16] Parker R.S, Schaefer A.D, Hermans C.M. An Investigation into Teens' Attitudes Towards Fast-Food Brands in General: A Cross-Cultural Analysis. *Journal of Foodservice Business Research* 2006;9(4) 25-38.
- [17] A.H.B. Sajani Rasanthika, T.S.L.W. Gunawardana. Fast food consumption: Identifying working women's attitudes towards consumption of fast food. *Proceedings of the 2nd International Conference on Management and Economics* 2013.

- [18] Tabassum A , Rahman T. Differences in Consumer Attitude towards Selective Fast Food Restaurants in Bangladesh: An Implication of Multi attribute Attitude Model. *World Review of Business Research* 2012; 2(3): 12-27.
- [19] Faraj Zadeh D, Rashidi H, Tavakoli R, Rafati H. Assessment Commander's perceptions a military forces about Their responsibility for Feeding soldiers. *Journal of military medicine* 2008;1(10):45-50.
- [20] Jahed G, Golestani Far H, Ghodsi R, Mohammadi M. The knowledge and attitude of students in relation with health and food safety at Tehran university of medical sciences. *J Research & Health* 2012; 2:154-161.
- [21] Assessment of knowledge, attitude and practice urban families about nutrition practical principles. . *Journal Iran Epidemiology* 2009;5(2):11-18.
- [22] Barzegari A, Ebrahimi M ,Azizi M ,Tabesh S. Nutrition knowledge, attitude and practices of college's students of Payam Nour University of Golestan. *Journal practical athletic physiology* 2011;7(13):39-54.
- [23] Jalali S, Ramazani F, Baradaran M, Malek Afzali H, Nilofar P. Assessment qualitative adolescent attitude about nutrition patterns and beliefs. *Journal of Islamic Azad University of Medical Sciences* 2010;20(4):258-264.
- [24] Hazavehei SMM, Pirzadeh A, Entezari MH, Hasanzadeh A. The effect of educational program based on BASNEF model on the nutritional behavior of students. *Zahedan J Res Med Sci (ZJRMS)* 2010; 13(1): 23-29.
- [25] Mirmiran P, Azadbakht L. Planning a healthy diet during life spam. *Tehran: Tabib Pub* 2003; 80-83.
- [26] Doost-Mohammadian A, Keshavarz A, Dorosty AR, et al. The relationship between some food factors with the weight status of high of high school adolescent girls in Semnan, 2004 *Persian.Iran J Nutr Sci* 2006;1(3), 51-60.
- [27] Alavi-Naeini AM, Jazayeri A, Chamary M and Hamed S. [Comparison of the nutritional status of adolescent girls in the secondary schools of two educational districts of Kerman] *Persian. Payesh* 2008 ; 7(3) 287-293.
- [28] Jafari S, Keshavarz A, Dorosty AR. Factors associated with the nutritional status of adolescent girls based on body mass index in Sari .*Iran J Nutr Sci* (2006) 2(2), 51-56.
- [29] Salmani-Barough N, Pashaeypour S, Rezaiepour A and Kazemnejad A. [Study of quality of snacking in adolescents (12-18 years old)] *Persian. Iran J Hayat* 2006;12(4):21-29.
- [30] Azizi F, Rahmani M, Emami H, Mirmiran P, Hajipour R, Majid M, et al Cardiovascular risk factors in Tehran urban population: Tehran Lipid and Glucose Study (final report of the first phase). *Pejouhesh: Journal of the Faculty of Medicine* 2002;26,43-56.
- [31] Hamayeli M, Mirimiran P, Alaii F, Azizi F. Changes in Nutritional Knowledge, Attitude, and Practices of Adolescents in District 13 of Tehran after 4 Years of Education. *Iranian Journal of Endocrinology & Metabolism*. 2009;11(3):235-243.
- [32] Mohamamdi M, Jalayeri F, Ahmadian Yazdi N, Vahedia M, Setayesh Y, Navayi M. Female University Students' Awareness and Attitude towards Weight Control in the Dorms of Mashad University of Medical Sciences, Iran, 2009. *The Journal of research of committee students at sazevar University of Medical Sciences, Iran*.2009;15(1):5-9.
- [33] Dadkhah-Piraghaj M, Amini M, Houshiar-Rad A, et al [Qualitative and quantitative dietary assessment of primary school children in Tehran] *Persian. Iran J Nutr Sci* 2008;3(1):31-44.
- [34] Omidvar N, Egtesadi S, Ghasi-Tabatabai M, et al.[Psychosocial correlates of low fruit and vegetable intake among adolescent boys and girls in Tehran] *Persian. Iran Ecology Food Nutrition* 2003;42(6):385-397.
- [35] Seo H, Lee S.K, Nam S. Factors influencing fast food consumption behaviors of middle-school students in Seoul: an application of theory of planned behaviors. *Nutr Res Pract* 2011;5(2):169-178.
- [36] Mohammadi Zeidi I, Pakpour A. Effectiveness of educational intervention based on theory of planned behavior for promoting breakfast and healthy snack eating among elementary school students. *Razi Journal of Medical Sciences* 2013;20(112):67-78.

- [37] Dave J.M, An L.C, Jeffery RW. Ahluwalia J.S. Relationship of Attitudes Toward Fast Food and Frequency of Fast-food Intake in Adults. *Obesity* 2009;17 (6): 1164–1170.
- [38] Koochi K, Mortaza M, Robab A. Evaluation the amount tendency of students toward fast food and effective factors to it. *Journal of biological ethic*. 2013;3(8):157-184.