

# دراسة: رفض الأطفال لتناول الطعام قد يكون سببه وراثيا



الأحد 17 ديسمبر 2017 02:12 م

يُرهق الأطفال أمهاتهم وهن يحاولن إقناعهم بتناول أنواع معينة من الطعام، وربط الخبراء هذا الرفض بعوامل تربوية ونفسية، لكن دراسة أمريكية جديدة ربطته بعامل وراثي

ونشرت صحيفة "إندبندنت" البريطانية خبرا، أشارت فيه إلى أن باحثين من جامعة "إلينوي" في الولايات المتحدة الأمريكية قاموا بدراسة؛ لفحص ما إذا كانت الوراثة يمكن أن تؤثر على ميل الطفل إلى أن يكون أكلا صعبا إرضاءه

وكان الباحثون قادرين على تقييم ما إذا كان يمكن صياغة العلاقة بين طبيعة الطفل أثناء الأكل وبين تنشئته، من خلال تقييم الصفات الجسدية لـ 153 طفلا من مرحلة ما قبل المدرسة، ومقارنتها مع الدراسات الاستقصائية التي أجاب عليها والدا الطفل حول تنشئته

وخلصت الدراسة إلى أنه في حين هنالك العديد من العوامل التي قد تكون السبب في أن يكون الطفل صعب الإرضاء على طاولة الطعام، فإن تركيبه الوراثي يمكن أن يلعب دورا

وقال الباحثون: "إن التطلب في الأكل منتشر بين الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، ويرتبط بخطر نقص الوزن وزيادته، والجينات ذات الصلة بالإدراك الكيميائي قد تلعب دورا في سلوك الأطفال الصعب إرضاءه".

لذلك، يمكن للآباء والأمهات أن يكفوا عن تحميل أنفسهم المسؤولية، بحسب الباحثين

وأضافت الصحيفة: "في حين أننا يمكن أن نعزو بعضا من عادات الأكل هذه لعامل الوراثة، إلا أن هنالك أسبابا أخرى لتفسير تصرفات الأطفال الماكرة خلال أوقات الوجبات".

ووصفت "سارة شينكر"، اختصاصية تغذية ومتخصصة في الطهي للأطفال الصغار ومعالجة الأكل الشاق، كيف يتسبب بعض الأطفال في فوضى خلال الوجبات من أجل إثبات وفرض أنفسهم

وقالت "شينكر": "إنه عادة ما يُعتقد أن الأطفال يصحبون صعب الإرضاء مع الطعام كوسيلة لاستعادة قدر قليل من السيطرة وإثبات ذاتهم أمام أهاليهم، الذين يسيطرون على كل شيء".

وتابعت: "معظم الأطفال يتجاوزون هذه المرحلة، ولا توجد أي عواقب على الصحة، ولكن إذا أصبحت الوجبات عبارة عن معركة غير سارة، يمكن أن يكون لها تأثير على سلوكيات تناول الطعام في المستقبل، حيث يكون النظام الغذائي غير متوازن، ويفتقر إلى المغذيات".

ووفقا لمستشفى UCSF Benioff للأطفال في سان فرانسيسكو، فإن بعض الأطفال يقلدون الطريقة التي يأكل بها آباؤهم، لذلك، إذا لم تتجاوز عادات الأكل الخاصة بك، هناك احتمالات أن تمررها لذريتك

وينصح المستشفى الأهل باستخدام مجموعة متنوعة من الألوان الغذائية الزاهية والقوام، كوسيلة لجذب اهتمام الأطفال الصغار في الطعام الذي يأكلون

وفي حين أن علم الوراثة يمكن أن يجعل الأطفال أكثر ميلا لتجربة أطعمة جديدة، هنالك العديد من الحيل التي يمكن أن يطبقها الكبار لتحسين الطريقة التي يأكل بها أطفالهم، وتشجيعهم على اتباع نظام غذائي أكثر توازنا

