

الفصل السادس: خلاصة ومناقشة وتوصيات

تمهيد:

يحتوي هذا الفصل وصفاً للفصول النظرية والمنهجية، حيث يتطرق إلى مناقشة التساؤلات التي تناولتها الدراسة في ضوء ما توصلت إليه من نتائج، مرفقاً بها أهم التوصيات على ضوء نتائج هذه الدراسة.

أولاً: ملخص الدراسة

ناقشت الدراسة الحالية موضوع السمنة لدى المرأة السعودية؛ متناولة الأسباب الصحية والاجتماعية والتداعيات، كدراسة في علم الاجتماع الطبي في ضوء المنهجين الكمي والكيفي معتمدة على كلٍّ من الاستبانة والمقابلة في جمع بيانات الدراسة، وجاءت في ستة فصول، شمل الفصل الأول مقدمة وعرضاً لمشكلة الدراسة، وهي التعرف على الأسباب الصحية والاجتماعية لدى المرأة السعودية، وما الممارسات التي تلجأ إليها المرأة السعودية للتخلص من السمنة؟ بالإضافة لتداعيات هذه السمنة على الحياة الاجتماعية بجوانبها المختلفة ونظرة المرأة السعودية لجسدها وصورته في بيئتها، والتي نبعت أهميتها من الناحية العلمية لتغطية النقص في الدراسات الاجتماعية، والتوصل إلى مجموعة من النتائج العلمية التي تساهم في فهم وتفسير ظاهرة السمنة لدى المرأة السعودية وآثارها الاجتماعية، والتعرف على مشكلة السمنة لدى المرأة بشكل خاص كونها الشخص الأكثر تضرراً من السمنة من حيث النواحي الصحية والاجتماعية والنفسية، بالإضافة إلى أهمية تطبيقية لاستخلاص مجموعة من النتائج حول الأسباب الصحية والاجتماعية للسمنة عند المرأة السعودية واستخلاص أهم التداعيات الصحية والاجتماعية لسمنة عند المرأة السعودية، كما عرض هذا الفصل أهداف الدراسة التي بلورت مشكلة الدراسة إلى مجموعة من الأهداف والتي في ضوءها وفي ضوء مشكلة الدراسة تم محاولة الإجابة عن هذه التساؤلات، كما عرض هذا الفصل مجموعة من المفاهيم حول السمنة، وزيادة الوزن وصورة الجسد. وتناول الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة الذي يتكون من النظريات المفسرة لموضوع دراستنا والدراسات السابقة المتعلقة بموضوعات السمنة والصحة العامة وصورة الجسد. وقد تناول هذا الفصل مبحثين، احتوى المبحث الأول على نظرية الفعل الاجتماعي، فأمكن تفسير السمنة لدى المرأة بوجود أنساق في بيئة المرأة نسق الأسرة والمتمثل بالوضع الاجتماعي والاقتصادي لها، ونسق الحي وهو النموذج المصغر للمجتمع

الكبير، ولكل نسق من هذه الأنساق دور مهم ووظيفة يؤديها بشكل متنغم ومتسق مع الأنساق الأخرى من أجل تحقيق عدة أهداف وغايات؛ لذا ساعدت نظرية الفعل الاجتماعي الدراسة الحالية في تفسير وفهم بعديين رئيسين، الأول: هو تأثير المرأة ورد فعلها للمؤثرات والمستحدثات والمحفزات والعادات والتقاليد الخاصة بأنماط الغذاء سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، بينما البعد الثاني: هو رد فعل المرأة للتخلص من السمنة نتيجة للعوامل الاجتماعية أيضاً من خلال نظرة النسق المحيط بها لها، وكذلك نظرهما لنفسها وللآخرين، ورد فعلها لما تراه في منصات التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام الحديث لأنماط وأشكال مختلفة لجسم المرأة المثالي. كما ساعدت نظرية إعادة الإنتاج الاجتماعي-ليبير بورديو الدراسة في تفسير رد فعل المرأة واتجاهها نحو التخلص من السمنة من منطلق إعادة الإنتاج الاجتماعي داخل مجتمعها لاكتساب مميزات اجتماعية، أو التخلص من معوقات اجتماعية أخرى تؤثر في نسقها الاجتماعي أو كونها أحد مفردات المجتمع التي تعيش فيه، حيث تلجأ المرأة إلى التخلص من السمنة لإرضاء زوجها، أو للحصول على فرصة أفضل للزواج، أو الحصول على مكانة اجتماعية أفضل، أو لتحسين الوضع الاجتماعي لها. في حين ساعدت نظرية الجسد على مراعاة وضع الجسد للمرأة كمؤشر للبناء الطبقي، والعادات التي تؤثر في شكل الجسد، بالإضافة إلى الاستفادة من النظرية في فهم الجسد الذي قد يخضع لعملية تشكيل أو نحت، حيث يُعتبر الجسد اجتماعياً من خلال استيعابه لعادات المجتمع وقيمه، وفسرت النظرية أهمية شكل الجسد للمرأة عنها للرجل، وكونه أحد عوامل الأنوثة، وهو ما ساعد أيضاً في صياغة هذه الأهداف الخاصة بشكل الجسد للمرأة في أدوات الدراسة.

في حين تناول المبحث الثاني مجموعة من الدراسات السابقة التي تم تقسيمها لدراسات متعلقة بالسمنة والصحة العامة، وهي محلية وعربية وأجنبية، بالإضافة إلى مجموعة من الدراسات المتعلقة بصورة الجسم "الجسد" وهي أيضاً دراسات محلية وعربية وأجنبية، حيث تم استخلاص أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة، كما تم استخلاص أهم نقاط الاستفادة من هذه الدراسات، والتي شملت الاستفادة في صياغة أهداف وتساؤلات الدراسة الحالية، وصياغة وتصميم أدوات الدراسة، بالإضافة إلى فهم موضوع الدراسة من خلال استعراض الأدبيات المختلفة التي تناولتها الدراسات السابقة المتوافقة مع موضوع الدراسة الحالية. كما تضمنت الدراسة الفصل الثالث بعنوان "السمنة والغذاء وصورة الجسد"، وفيه تم استعراض السمنة بإسهاب من خلال ثلاثة مباحث رئيسية، المبحث الأول يستعرض السمنة، وطرق قياسها، والأخطار المنسوبة إليها، والعوامل المؤثرة بها، ومشكلاتها، والسمنة في المملكة العربية السعودية، أما المبحث الثاني فقد تناول العادات الغذائية في المجتمع السعودي، وأخيراً ناقش المبحث الثالث الاهتمام بالجسد اجتماعياً، وطرق الاهتمام الجسدي الظاهرة بالمجتمع، والجسد ودلالاته الطبقية.

أما الفصل الرابع لهذه الدراسة فقد استعرض الإجراءات المنهجية للدراسة والمتمثلة في النقاط التالية: نوع الدراسة وهي دراسة ضمن الدراسات الوصفية التي تقوم على وصف طبيعة المشكلة وهي: " السمنة لدى المرأة السعودية الأسباب الصحية والاجتماعية والتداعيات"، بينما اعتمد منهج الدراسة على الأسلوب الكمي والأسلوب الكيفي، وشمل أيضاً مجتمع الدراسة الذي يتكون من شقين: الشق الأول المتمثل في النساء المترددات على عيادات السمنة بمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالحرس الوطني بجدة والبالغ عددهن (١٠٢٥) سيدة وفقاً لقاعدة بيانات مدينة الملك عبدالعزيز الطبية، جدة لعام (٢٠١٩م)، وتم استخدام أداة الاستبانة كأداة للدراسة حيث بلغت عينة الدراسة التي أصبحت قابلة للتحليل (٧٠٤) استبانة، والشق الثاني من مجتمع الدراسة المتمثل في مقدمي الخدمة الصحية من أطباء وأخصائيين اجتماعيين وأخصائيين نفسيين وأخصائيي التغذية طبية في عيادات السمنة بمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالحرس الوطني بجدة وبلغ عددهم (٩) وتم استخدام المقابلات كأداة لجمع بياناتها.

وجاء الفصل الخامس من الدراسة ليتناول عرضاً لنتائج الدراسة من خلال عرض نتائج البيانات الكمية بعرض النتائج المتعلقة بالبيانات الأولية لعينة الدراسة، وعرض لنتائج البيانات الخاصة بموضوع الدراسة من خلال الاجابة عن تساؤلاتها حول نمط الغذاء الشائع في المجتمع السعودي والمرأة السعودية بوجه خاص وتساؤل حول الأسباب الصحية لسمنة المرأة السعودية، وآخر عن الأسباب الاجتماعية، بالإضافة إلى تساؤل عن الممارسات التي تلجأ إليها المرأة السعودية للتخلص من السمنة، وتساؤل عن التداعيات الصحية والاجتماعية للسمنة عند المرأة السعودية، واختتمت النتائج الخاصة بالبيانات الكمية بتساؤل عن نظرة المرأة السعودية المصابة بمرض السمنة لجسدها وصورته في بيئتها الاجتماعية، ومدى تأثير الخصائص الديمغرافية للمرأة السعودية المصابة بمرض السمنة، وإجابتهن حول الأسباب الصحية أو الاجتماعية للسمنة، كما شمل الفصل مجموعة من النتائج الخاصة بالبيانات الكيفية وتم عرضها وفقاً لتساؤلات الدراسة.

ثانياً: مناقشة النتائج

١- النتائج المتعلقة بالبيانات الأولية لعينة الدراسة للاستبانة:

تضمنت الدراسة عينة من النساء اللواتي يتابعن في عيادات السمنة بمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالحرس الوطني بمدينة جدة، والتي غلب عليها الفئة العمرية من (٣١-٤٠) عاماً بنسبة (٤١,٥%)، وكما أوضحت أن الفئات العمرية من النساء الأكثر اهتماماً بموضوع السمنة وزيارة عيادات السمنة هي الفئة العمرية الأقل من (٥٠) عاماً، حيث ترغب المرأة أن تظهر بصورة جسد متسق، بينما جاءت نتائج العينة بأن النساء المتزوجات هي الفئة الأكثر تردداً على عيادات السمنة، حيث بلغت نسبتهن (٦١,٢%) من العينة، وهو ما تفسره الدراسة الراهنة بأن المرأة بعد الزواج تهتم بشكل جسدها ولا تهملها، ووجود تنوع في الحالة الزوجية للعينة تفسره الباحثة بأن هناك اهتماماً عاماً من المرأة السعودية في جميع حالاتها الاجتماعية بجسدها، وذلك بالتخلص من الوزن الزائد أو زيارة عيادات السمنة.

وأكدت النتائج أن تفرغ المرأة أو عدم عملها لم يؤثر على فرصة زيارتها لعيادات السمنة، وأن النسبة الأكبر من العينة لديهن عدد أطفال أقل أو من ليس لديهن أطفال، كما أن عامل الدخل المنخفض لم يؤثر على زيارة عيادات السمنة، وذلك لوجود نسبة كبيرة من عينة الدراسة من يقمن بزيارة عيادات السمنة من أصحاب الدخل من (٦٠٠٠-١٠٠٠٠) ريال بنسبة (٢٩,١%) من عينة الدراسة بينما نسبة (٢٧,٧%) من أصحاب الدخل الأقل من (٦٠٠٠) ريال، ويمكن تبريره بأن الخدمات الطبية المقدمة لمكافحة السمنة مجانية مما سهل للسيدات ذوات الدخل المنخفض على الحصول على هذه الخدمة والاهتمام بشكل اجسادهن والتخلص من السمنة.

ومن الجدير بالذكر أن النسبة الأكبر من العينة هن من الحاصلات على المؤهل الجامعي بنسبة (٥٥,١%)، مما كان له أثر في فهم وإحساس المرأة بأهمية شكل جسدها ووزنها الصحي والمتالي، وبالتالي أثر على ترددها على عيادات السمنة، بينما أظهرت النتائج على العينة محل الدراسة بأن نوعية حياة السكن أو نوعية السكن نفسه لم تؤثر بشكل كبير على زيارة عيادات السمنة.

٢- النتائج المتعلقة ببيانات الصحة العامة وخيارات العينة:

أكدت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من العينة يقضون ساعات نوم شبه طبيعية من (٦-٨) ساعات بنسبة (٥٠,٧%)، بينما نسبة كبيرة أيضاً من العينة يقضون أقل من (٦) ساعات في النوم حيث بلغت نسبتهن (٢٧,٣%)، وهو ما تم تفسيره بأنه قد يعود لظروف العمل أو المشاغل

الأسرية المختلفة، وأظهرت النتائج أيضاً أن هناك تنوعاً في اختيار نوعية الغذاء التي أثرت على زيادة الوزن حيث جاءت أعلى نسبة (٤٠,٣%) من عينة الدراسة يتناولن الحلوى بكثرة، يليها (٣٦,٦%) يتناولن المشروبات الغازية أثناء الطعام، ونسبة (٣٣,٤%) ممن يتناولن الأطعمة الغنية بالكربوهيدرات، و(٣١%) يتناولن الوجبات السريعة كثيراً، إذ إن نوعية الطعام العالي السرعات الحرارية تشكل النوعية الأساسية لدي السيدات اللواتي يترددن على عيادات السمنة والتغذية في بداية لجوئهن لهذه العيادات، وهو ما لمستته الباحثة أثناء لقاءها مع المختصين بأن نسبة كبير من المترددات على العيادات يفشلن في تنفيذ النظام الغذائي الصحي، ويلجأن إلى العمليات الجراحية بسبب عدم مواظبتهم على هذه الأنماط الغذائية الصحية، بينما هناك عدد من المبحوثات اجتهدن في ابتكار نظام غذائي قد يعتمد على نمط غذائي واحد مثل الفاكهة أو الخضروات مما يؤدي إلى فشله بعد فترة من الزمن بسبب عدم الالتزام والملل. أما بالنسبة لعدد محاولات تطبيق الحمية فوجد أن هناك عدداً من السيدات حاولن تطبيق برامج الحمية أكثر من مرتين بلغت نسبتهن (٣٣,٥%) من العينة، في حين أن (٢٥%) حاولن مرة واحدة أو مرتين، وشكلت نسبة (٤١,٥%) لمن لم يمارسن برامج الحمية الصحية، ويتضح مما سبق أن برامج الحمية قد تكون مفيدة لو تم الاستمرار والالتزام بها بطريقة سليمة وصحية وتحت إشراف مختصين، ولكن في حال عدم الالتزام بالحمية قد يتم اكتساب الوزن الزائد مرة أخرى، مما يؤدي إلى فشل برامج الحمية كنتيجة لعدم الاستمرارية وسوء التطبيق.

ويمكن الإشارة إلى أن هناك تبايناً بين من لديهن سمنة، فهناك تنوع في مستويات السمنة بالعينة: متوسطة، أو منخفضة، أو مفرطة، وتقاربت النسب ما بين سمنة متوسطة بنسبة (٢٨,٧%) من عينة الدراسة وسمنة منخفضة أو وزن زائد بنسبة (١٩,٦%) لكل منهما أو سمنة مفرطة بنسبة (١٤,٩%)، وهو السبب الرئيس للجوئهن إلى هذه النوعية من العيادات.

٣- النتائج المتعلقة بتساؤلات الدراسة:

التساؤل الأول: نوع ونمط التغذية الشائع في المجتمع السعودي.

توضح نتائج الدراسة أن أطعمة الوجبات السريعة، وتناول الأطعمة عالية الدهون أو ذات السرعات الحرارية المرتفعة منتشرة لدى المرأة في المجتمع السعودي، كما أظهرت النتائج أيضاً انتشار تناول الوجبات في أوقات متأخرة وقبل النوم، وشرب المشروبات الغازية والسكرية بكثرة، وأيضاً كثرة تناول الحلويات والشوكولاتة بكافة أشكالها المتنوعة، هذا بالإضافة إلى الأكل بسرعة وعدم مضغ الطعام جيداً، وتناول كميات كبيرة من الطعام، وقلة تناول الخضروات والفاكهة، وهذه النتائج جميعها انعكاس لنمط الحديث للغذاء داخل المجتمع السعودي:

وهو ما أكده أيضاً عرض نتائج المقابلات مع المتخصصين في المجال الطبي أن بعض الأنواع والأنماط الغذائية يمكن اعتبارها من مسببات السمنة لدى المرأة السعودية، فالوجبة الغذائية الرئيسة للأسرة السعودية هي (الكبسة) باختلاف طرق إعدادها وأنواعها التي تناسب ثقافة أطباف وشرائح المجتمع المختلفة وما تحويه هذه الوجبة من سرعات حرارية عالية، بالإضافة إلى بعض نوعيات الأغذية الأخرى المنتشرة في البيت السعودي والتي تحتوي على كميات كبيرة من السكريات والكاربوهيدرات والدهون، وأكدت نتائج المقابلات أيضاً على أن الوجبات السريعة والحلويات بمختلف أشكالها والمشروبات الغازية التي تحتوي على كميات عالية من السكر تعد من الأنماط الغذائية السائدة لدى الأسرة السعودية.

ومن خلال العرض السابق لنتائج هذا التساؤل يتضح أنها اتفقت مع بعض ما جاءت بها دراسة مصيقر وآخرون (٢٠٠٥) حول العادات الغذائية ونمط المعيشة والإصابة بالسمنة عند المراهقات في مدينة جدة، التي أكدت على قلة تناول الخضروات بشكل يومي لدى طالبات المدارس الحكومية، وارتفاع نسبة تناول الأطعمة السريعة وخصوصاً أمام التلفزيون.

ولم يقتصر هذا الاتفاق على الدراسات المحلية فقط بل هناك اتفاق مع دراسة مصيقر (٢٠٠٣) حول العوامل الغذائية المرتبطة بالبدانة عند النساء في دولة الإمارات العربية المتحدة، حيث أكدت أن من أسباب السمنة لدى المرأة الإماراتية هي أنماط الغذاء الحديثة بما في ذلك الأطعمة السريعة، والبعد عن تناول الفاكهة والخضروات.

وفي هذا الإطار يمكن القاء الضوء على (دوركام) من خلال التقاليد القائمة بالحمية وتأثير المجتمع والفعل الاجتماعي للفرد حول أنماط الطعام، حيث يمكن تفسير سلوك المجتمع السعودي الحديث والمرأة بوجه الخصوص حول غريزة الطعام، ورد فعلها حول هذه الغريزة والمغريات الجديدة في هذا المجال من مغريات إعلانات مطاعم الوجبات السريعة والحلويات، وهو ما جعل المرأة السعودية كعضو في المجتمع يغير من بعض تقاليده وعاداته الغذائية إلى أنماط غذائية حديثة على المجتمع، وهذا ما فسرتة النظرية خصوصاً لدى المراحل العمرية الصغيرة نسبياً.

ولا نستطيع أن نغفل دور الوفرة المادية والرخاء الاقتصادي الذي ساهم في التأثير على المجتمع السعودي بوجه عام والمرأة بوجه خاص كجزء من هذا المجتمع، حيث تأثرت بتغيير أنماطه الغذائية وفقاً للرخاء الاقتصادي في المجتمع السعودي حيث أصبح لديه القدرة المادية في تغيير أنماطه الغذائية التقليدية والانفتاح على أنماط غذائية أجنبية، وساعد أيضاً على الانفتاح الغذائي على سلع غذائية وأطعمة متنوعة ودخول أنواع من الأطعمة الغذائية من مجتمعات أخرى ووفرها المرتبطة بحركة الاستيراد ونتيجة لوجود نسب كبيرة من الجنسيات والاثنيات المتنوعة في المجتمع السعودي.

ومن هذه المنطلقات المختلفة التي تم عرضها سابقاً ترى الباحثة أن هذه النتائج والتفسيرات النظرية حول تأثير المجتمع السعودي عامة والمرأة السعودية على وجه الخصوص بأنواع وأنماط غذائية حديثة وهو نتيجة عدة عوامل منها تبادل الثقافات والانفتاح على المجتمعات الأخرى، ومن خلال الترويج عن طريق الدعاية والاعلان المغرية لهذه الأنماط في وسائل الاعلام المختلفة، الوجبات السريعة وكونها أكثر الأنماط الغذائية الحديثة المسببة للسمنة وخاصة في المجتمعات ذات مستويات الدخل المرتفع، وهو أيضاً ما أكده المختصون أثناء إجراء المقابلات أن التغيير في الأنماط الغذائية لدى المرأة السعودية من الأسباب الأساسية لهذه السمنة التي تلجأ المرأة لعلاجها، لذا نجد تأييد أفراد المجتمع لبعض الأنماط الغذائية الخاصة بالمجتمع السعودي وعلاقتها بالسمنة مثل الأغذية الغنية بالسكريات والدهون والنشويات كبعض الأغذية التقليدية والشعبية المتوارثة التي ترتبط بمناسبات معينة، في حين كانت هذه الأطعمة التقليدية تتوافق مع كمية العمل والجهد الذي كان يبذله أجدادنا ولم تكن تؤثر في زيادة أوزنهم ولم تؤد بهم إلى السمنة؛ وذلك لأنه يتم الاستفادة منها في الجهود المبذول في السابق، إلا أن نمط الحياة المدنية الآن يعتمد بشكل كبير على الوظائف المكتبية والعمالة المتزلية واستهلاك كميات قليلة من النشويات والدهون والسكريات والكربوهيدرات التي يتم تناولها في البيت السعودي عامة ومن المرأة السعودية بوجه خاص، لذا فإن هذه الأنماط سواء التقليدية أو الحديثة والشائعة لدى المجتمع السعودي أصبحت من مسببات السمنة الأساسية.

التساؤل الثاني: الأسباب الصحية لسمنة المرأة السعودية

اتفقت النتائج التي توصلت إليها الدراسة حول الأسباب الصحية لسمنة المرأة السعودية بشقيها الاستبانة والمقابلة، حيث اتفقت العينة على الأسباب الصحية كالعامل الوراثي للعائلة، والمشكلات الهرمونية عامة، بالإضافة إلى أمراض قصور الغدة الدرقية، والسمنة أثناء الطفولة، بالإضافة إلى مشكلة حرق سعرات حرارية أقل بسبب كبر السن، بينما جاءت بتأييد أقل لأسباب الأدوية الخاصة بالأمراض النفسية ووسائل منع الحمل، أو بسبب عدم الحصول على درجة كافية من النوم.

ومنها ما له علاقة بالحالة المرضية للمبحوثات كمرض السكري أو من يتناولن أدوية علاجية معينة، في حين اتفق عدد من المختصين في نفس المجال حول الأسباب الصحية لسمنة المرأة السعودية، حيث ركز الأطباء على الأمراض والأسباب الصحية المباشرة، بينما ركز الأخصائيون النفسيون والاجتماعيون على الصحة النفسية ومستوى التكيف الاجتماعي، وركز المختصون في مجال التغذية على الأسباب الصحية الخاصة بالتغذية أكثر من الأمراض المباشرة، ومن الأسباب الصحية التي تم عرضها هو الخلل الهرموني والاستعداد الوراثي واضطرابات الغدة الدرقية لدى المرأة أو الأسباب الجينية حيث قابلية المرأة جينياً لاكتساب الوزن، وأيضاً إهمال التغذية الصحية أثناء فترات الحمل

والولادة، وتأكيدهم على أن بعض أدوية الاكتئاب تؤدي إلى زيادة الوزن، وقد يكون هناك بعض الأمراض التي تؤثر على معدل حرق الجسم للغذاء، وجمعيتها جاء متفقاً مع ما أكدته نتائج الاستبانة.

من خلال العرض السابق نجد أن النتائج التي توصلت إليه الدراسة قد اتفقت مع بعض ما جاءت به الدراسات السابقة كدراسة ميمش وآخرون (Memish et al.,2013) حول السمنة والعوامل المرتبطة بها بالمملكة العربية السعودية، حيث أظهرت أن هناك أسباباً صحية للسمنة كونها بسبب بعض الأدوية العلاجية، أو بسبب عوامل وراثية أو جينية، وهو ما أيدته أيضاً دراسة آل سليمان (٢٠٠٧) حول العوامل الغذائية والصحية المرتبطة بالإصابة بالأمراض المزمنة لدى السيدات السعوديات، حيث تكتسب المرأة وزناً زائداً أثناء فترات الحمل والولادة وهو ما قد يصيبها بالسمنة.

وهنا نستطيع القول أن مقارنة بورديو عن الجسد تمكنت في مساعدتنا لفهم طبيعة الاختلاف بين المرأة والرجل فهناك بعض الأسباب الصحية النوعية المتعلقة بجسد المرأة مثل التغيرات الهرمونية أثناء فترات الطمث أو البلوغ أو التغيرات التي تحدث نتيجة للحمل والولادة، وهي خصائص تتميز بها المرأة عن الرجل. وقد تشكل أحد العوامل المسببة للسمنة أحياناً.

بينت الدراسة أن هناك مجموعة من الأسباب التي تؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة لدى المرأة السعودية ومنها الاستعداد الوراثي والأسباب الجينية واضطرابات الغدة الدرقية وبعض الأمراض التي تستخدم لعلاجها أدوية يكون في الغالب من آثارها الجانبية أنها قد تساعد على السمنة وزيادة الوزن كبعض الأمراض التنفسية وأمراض العظام وبعض الأمراض النفسية؛ لذا فإن هذه تعد من الأسباب التي لم تختلف فيها النساء السعوديات عن غيرهن من نساء العالم، هذا بالإضافة إلى الأسباب الصحية التي ترافق بعض الحالات الخاصة للمرأة مثل الحمل والولادة وفترات التغيرات الهرمونية المختلفة، وهي كذلك لا تختلف بين المرأة السعودية أو المرأة على مستوى العالم عامة.

التساؤل الثالث: الأسباب الاجتماعية لسمنة المرأة السعودية

وضحت النتائج التي تم عرضها سابقاً حول الأسباب الاجتماعية لسمنة المرأة وجود توافق كبير في آراء العينة حولها من منطلق أنها قد تختلف من فرد لفرد، ولكنها من السمات الاجتماعية المنتشرة في المجتمع السعودي، وقد تكون مسببة لسمنة المرأة السعودية، حيث تم الاتفاق على أن العادات الاجتماعية في تناول الأطعمة أثناء مشاهدة التلفزيون أو تصفح الإنترنت، والاعتقادات الغذائية السيئة من الأسباب الاجتماعية حول زيادة الوزن والسمنة.

كما أكدت نتائج آراء العينة أن العادات الاجتماعية الخاصة بالطعام مثل التعبير عن إكرام الضيوف بتقديم كميات كبيرة من الطعام المتنوع، بالإضافة إلى كثرة المناسبات التي تعد من الظواهر

الاجتماعية المنتشرة داخل المجتمع السعودي ومن مسببات السمنة، هذا بالإضافة إلى ضعف ممارسة الرياضة للمرأة السعودية؛ وذلك لعدم تشجيع الأسرة لها لممارسة الرياضة أو عدم توفر أماكن مناسبة لممارستها أو تشجيعها بصفة عامة على المحافظة على وزنها الصحي، جميعها قد تكون من الأسباب الاجتماعية المسببة للسمنة، ولم تهمل الأسباب الاجتماعية مشكلة الحمل والولادة والرضاعة كونه سبباً اجتماعياً صحياً مسبباً للسمنة لديها، أو مشكلة الأعباء الأسرية في تربية الأولاد التي كان عليها خلاف في آراء العينة حول كونه مسبباً رئيساً أم لا.

وجميع هذه النتائج توافقت بشكل كبير مع آراء المتخصصين بجميع التخصصات الطبية والغذائية والنفسية والاجتماعية حيث أكدوا أن أغلب السيدات المراجعات لعيادات السمنة لا يستطعن منع أنفسهن في الاحتفالات والمناسبات الاجتماعية من الأكل؛ وذلك لوجود المغريات والتفنن بطريقة بتقديم الأطعمة والحلويات.

ويعتبر عدم قدرة المرأة على الخروج للتريض بشكل حر ومنتظم من الأمور المرتبطة بالعادات والتقاليد الاجتماعية التي تؤدي إلى قلة أو انعدام النشاط البدني، وعدم توفر أندية رياضية رخيصة للسيدات، والأكل أثناء مشاهدة التلفاز، بالإضافة إلى ارتباط الكرم في المجتمع السعودي بالغذاء المقدم وارتباط التسلية والمرح بالأكل، وأضاف المختصون بعض المسببات الاجتماعية الأخرى التي لم تتطرق لها الاستبانة، وهي انتشار الوصفات الغذائية على وسائل التواصل الاجتماعي وسهولة الحصول على الأطعمة والأغذية عن طريق التطبيقات الإلكترونية لتوصيل الطعام إلى المنزل، أو كثرة المشاكل الاجتماعية التي تؤدي بالبعض منهن إلى الاتجاه للأكل العاطفي، حيث إن هذه الوسيلة تجعلهن يشعرن بالرضا عن أنفسهن، وتناول المختصون الأسباب الأسرية من منطلق مختلف كمشاكل الطلاق والاكثاب بعد الطلاق، وبعض الضغوط النفسية لمجاعة الحياة اليومية خاصة عند تعدد الأطفال وقلة الوقت المتبقي للاعتناء بنفسها. والسهر وقلة النوم عن المعدل الطبيعي جميعها قد تكون من هذه الأسباب الاجتماعية.

ومن خلال العرض السابق نجد أن النتائج حول الأسباب الاجتماعية لسمنة المرأة السعودية توافقت مع بعض ما جاءت به الدراسات السابقة، حيث توافقت مع دراسة الركبان (٢٠٠٥) حول تأثير ضعف النشاط البدني وعلاقته بالسمنة عند طلاب المدارس السعوديين، وهو ما أكدته دراسة الزهراني (٢٠٠٩) حول العادات السلوكية والممارسات الغذائية للطلبات الموهوبات بالمرحلة الابتدائية. يمكن المكرمة ومستويات الضعف البدني بسبب قلة النشاط البدني، في حين جاءت دراسة مصيقر وآخرون (٢٠٠٥) حول العادات الغذائية ونمط المعيشة وتأثيرها على الإصابة بالسمنة عند المراهقات في مدينة جدة، والتي أكدت ارتفاع نسبة الأكل أثناء مشاهدة التلفزيون وتصفح الإنترنت للمراهقات بمدينة جدة وعلاقته بالسمنة، وهو ما تناولته وأكدته أيضاً دراسة الجبير (٢٠٠٩)

حول المراهقين السعوديين من (١٠-١٥) عامًا بمدينة الرياض، وتناولت دراسة السالم (٢٠١٦) تأثير نمط الحياة السعودية في السمنة وزيادة الوزن كمسبب اجتماعي لهذه الظاهرة، حيث أكدت أن المناسبات الاجتماعية وتناول المشروبات السكرية والحلويات تنتشر داخ المجتمع السعودي ومسببة للسمنة، وهو ما استقصته دراسة ميمش وآخرون (Memish et al.,2013) حول السمنة والعوامل المرتبطة بها بالمملكة العربية السعودية والتغيير الاجتماعي الذي شهده المجتمع السعودي ولها تأثير في زيادة معدلات السمنة به.

ويمكن الإشارة إلى أن السمنة لدى المرأة قد ترتبط بنسق الأسرة المتمثل بالوضع الاجتماعي والاقتصادي لها، ونسق الحي وهو نموذج مصغر للمجتمع الكبير، بكل ما يحتويه من حدائق عامة، ساحات شعبية، مراكز صحية، أندية رياضية، وغيرها وأن لكل نسق من هذه الأنساق دور مهم، ووظيفة تؤديها بشكل متناغم ومتسق مع الأنساق الأخرى من أجل تحقيق عدة أهداف وغايات، ومنها: الصحة العامة لجميع أفراد المجتمع بشكل عام والمرأة بشكل خاص، والوقاية من الأمراض؛ لذلك قد ترتبط السمنة بالأسرة من خلال الطبائع الاجتماعية المؤثرة على زيادة الوزن كالحفلات الاجتماعية ونوعيات الطعام وطريقة الطعام أو قد تكون في نسق يشمل المنطقة أو الحي الذي تعيش فيه المرأة، وذلك بعدم توفر وسيلة تساعد على النشاط البدني أو توفر وسائل تساهم في زيادة الوزن مثل سهولة الحصول على الطعام الجاهز السريع، وأخيرًا النسق الأكبر الذي يشكل المجتمع كعنصر مؤثر على المرأة من الناحية الاجتماعية والتقاليد الدخيلة على المجتمع السعودي التي ساهمت في التقليد الذي قد يكون مضرًا مثل التباهي بالولائم الكبيرة وأنواع مختلفة من الطعام أو التباهي بتكرار الأكل من مطاعم الأكل السريع وانتشارها في المجتمع السعودي.

وهنا يمكن القول أن أفكار الناس وأماطهم الحياتية المتعلقة بالغذاء في الغالب ما هي إلا نتاج للمجتمع الذي يعيشون فيه، وهو ما يظهر بشكل جلي في التأثيرات الاجتماعية على العوامل المجتمعية المرتبطة بسمنة المرأة، حيث أكد بورديو على أن الوضع الاجتماعي والاقتصادي للفرد يلعب دورًا مهمًا سواء كان إيجابيًا أو سلبيًا على جسم الإنسان

وخلاصة ما سبق تؤكد دراستنا الحالية أن هذه النتائج تتوافق مع طبيعة المجتمع السعودي مثل انتشار المناسبات الاجتماعية التي تعتمد على الولائم والأصناف المتنوعة، ونتيجة لتعدد الحياة الاجتماعية وطغيان مظاهر الاستهلاك المرتبط بالوفرة المادية أصبح هناك توجهات اجتماعية نسائية مستحدثة ترتبط باللقاءات المجدولة على مدار الأسبوع سواء على مستوى علاقات الجيرة أو الصداقة، ومرتبطة بأصناف متنوعة من الطعام، وتعد في أحيان كثيرة نوعًا من أنواع الاحتفاء بتنوع الطعام أكثر من هدف الاجتماع والتحدث والتسلية، فهناك ما يسمى بالثلوثية أي اللقاء كل ثلاثاء سواء في

متزل أو مقهى أو مطعم أو الاثنية، هذا بالإضافة إلى الاحتفالات المستحدثة كالاحتفال بالطلاق وهو أمر نسائي صرف وتمت الإشارة إليه في عدد من وسائل التواصل الاجتماعي كنموذج من قبل بعض المشاهير ومن ثم أصبح عادة احتفالية يتم تقليدها من بعض السيدات. وفي الغالب لا ترتبط اجتماعات الطعام بما هو مستحدث فقط ولكن هناك مناسبات الزواج واستقبال المواليد الجدد والشعبه^(١) في منطقة الحجاز.

وأيضاً من الأسباب الاجتماعية عدم توفر أماكن رياضية للمرأة تساعد على ممارسة الرياضة بشكل سهل سواء داخل المدارس أو في الأحياء السكنية أو المنتزهات أو الأندية الرياضية المتخصصة، وإذا وجدت تكون في الغالب أسعارها مرتفعة جداً مقارنة بالأندية الرياضية الخاصة بالرجال، ويمكن الإشارة هنا إلى النظرة السلبية التي يوجهها بعض من أفراد المجتمع سواء ذكوراً أو إناثاً نحو ممارسة الرياضة للسيدات بسبب معتقدات دينية خاطئة ترتبط بالنظرة القاصرة والدونية للمرأة، في حين أن رؤية المملكة العربية السعودية (٢٠٣٠) جاءت لتقوم بتغيير جذري لمثل هذه المعتقدات الخاطئة وتحت على ممارسة الرياضة لجميع أفراد الأسرة السعودية دوماً تمييز كمطلب صحي وقائي.

التساؤل الرابع: الممارسات التي تلجأ إليها المرأة السعودية للتخلص من السمنة

عرضت النتائج في الفصل الخامس موافقة العينة على أهم الممارسات التي تلجأ إليها المرأة السعودية للتخلص من السمنة وهي اتباع حمية غذائية وتجنب الأطعمة مرتفعة الدهون والسكريات، بالإضافة إلى تنظيم تناول الوجبات ومراقبة الوزن وممارسة الرياضة بانتظام، بينما أيدت النتائج بعض الممارسات الأخرى ولكن بدرجات موافقة أقل وهي اللجوء إلى مؤسسات التغذية الصحية أو اللجوء إلى العمليات الجراحية لخسارة الوزن وأخيراً اللجوء إلى أدوية لخسارة الوزن والتي كانت مستبعدة من غالبية أفراد العينة، ويمكننا إيعاز ذلك لدرجة الوعي لدى السيدات بمخاطرها الطبية، واختلفت هذه النتائج بعض الشيء مع آراء المختصين في المجال الطبي حول هذه الممارسات حيث أكدوا وخصوصاً الأطباء منهم أن المرأة السعودية تستسهل عمليات الجراحة كأحد الإجراءات التي تساعد على التخلص من السمنة اعتقاداً منها أنها طريقة سهلة وسريعة ومضمونة، وأما نجد بعض الممارسات الأخرى كالرياضة والحمية صعبة نظراً لحاجتها إلى عزيمة واصرار ووقت.

كما أوضحت النتائج أن من هذه العمليات الجراحية عمليات تحويل المسار والتكميم والحلقة الطبية والبالون وغيرها، حيث أكد بعض المختصين أن (٩٥%) من المريضات اللاتي يترددن على العيادة ويتم تحويلهن إلى أخصائيات تغذية لاتباع نظام غذائي صحي يعدن لعمل العمليات الجراحية؛ وذلك لرغبتهم في النتيجة السريعة والمضمونة، وتطرق بعض الأخصائيين الغذائيين أثناء المقابلة إلى أن بعض

^١ الشعبه هي عادة وهي نمط احتفالي تراثي تشتهر به منطقة الحجاز وارتبط اسمها وزمن حدوثها بشهر شعبان وتحديداً بالنصف الثاني منه، ويقصد به توديع أيام الفطر واستقبال شهر رمضان الكريم.

النساء السعوديات يلجأ إلى استخدام الحميات غير الصحية التي تؤخذ من الإنترنت أو من تجارب سابقة لنساء ومنها حمية الماء وحمية العشرة أيام ورجيم التمر واللبن أو تقليل الأكل وأخذ وجبة واحدة في اليوم أو شرب الشورية الحارقة وشرب الشاي الصيني وشرب خل التفاح وغيره من المشروبات التي يعتقدن بتأثيرها في انزال الوزن في حين أوضح أن البعض يلجأ إلى أدوية التخسيس التي لها أعراض جانبية وخطرة ويؤدي ذلك إلى نتائج سيئة منها هبوط في الدورة الدموية أو هبوط مفاجئ للضغط ويؤدي إلى حالات من الإغماء للبعض أو أهن عند الذهاب لأخصائي التغذية لا يلتزم بالنظام الغذائي المقرر وذلك لرغبتهم بالحصول على نتائج سريعة.

واتفقت هذه النتائج إلى حد ما وخصوصاً نتائج المقابلات مع ما جاءت به دراسة المنصور (٢٠١٩) التي تناولت عمليات التحميل للنساء السعوديات أنموذجاً والتي تطرقت إلى اهتمام النساء السعوديات بعمليات التحميل ومنها عمليات الجراحة الخاصة بالتخلص من السمنة؛ وذلك بسبب توفر المادي لتنفيذ هذه العمليات، أو بسبب استسهالها، والتعرف على نتائجها السريعة من خلال مواقع التواصل والإعلام، في حين اتفقت بعض الشيء مع دراسة الكوت وريبولدز (Alqout & Reynolds, 2014) حول تجارب السمنة بين النساء السعوديات اللواتي يفكرن في جراحة لعلاج البدانة، والتي أظهرت أن النساء السعوديات يقمن باختيار الجراحة لعلاج البدانة لحماية الصحة والوصول إلى الشكل الأثوي التي تبغيه، وذلك تشجيعاً من بعض الأقارب الذين خضعوا لعملية جراحية لإجراء هذه العملية، وهذا يعكس اختيار الجراحة لشعورهن بأن الممارسات الأخرى صعبة أو لا يقدرن عليها، كما اتفقت بعض الشيء مع دراسة أكارد وآخريين (Ackard et al., 2002) حول تأثير اتباع نظام غذائي بين الطالبات بالكلية والصدمة الناجمة من الاضطراب في الطعام، وصورة الجسم، والمشاكل النفسية ذات العلاقة، حيث تؤكد صعوبة اتباع نظام غذائي وهو ما أظهرته النتائج.

ووفقاً للنتائج السابقة يظهر جلياً ما فسرتة نظرية الفعل الاجتماعي كرد فعل المرأة السعودية للتخلص من السمنة، حيث تتوافق بعض هذه النتائج مع نظرية الفعل الاجتماعي وآراء فير حول أن الضغوط الاجتماعية للمرأة المصابة بالسمنة تتفاعل بفعل اجتماعي نسبي وليس قوانين مطلقة وأنماط ثابتة للتصرف جراء هذا الموقف فمنهن من يلجئن للعمليات الجراحية وأخرى إلى برامج الحمية أو الرياضة وهناك أيضاً من يتعايشن مع هذا الموقف دون رد فعل واضح وهو ما يؤكد على عدم الحتمية في رد الفعل. أي أن الممارسات التي تلجأ إليها المرأة السعودية للتخلص من السمنة ليس المقصود قوانين مطلقة إنما توجهات تترك على الدوام مكاناً للمصادفة وللقرار الفردي. وهو يعد المجتمع نتاجاً لفعل الأفراد الذين يتصرفون تبعاً للقيم والدوافع وللحسابات العقلية.

كما أن النتائج حول الممارسات التي تلجأ إليها المرأة السعودية للتخلص من السمنة يمكن أن تكون نتيجة للعوامل الاجتماعية أيضاً من خلال نظرة النسق المحيط بها، وكذلك نظرتها لنفسها وللآخرين ورد فعلها لما تراه في وسائل التفاعل الاجتماعي والإعلام الحديث لأنماط وأشكال مختلفة لجسم المرأة المثالي، هذا بالإضافة إلى ما فسرتة نظرية إعادة الإنتاج الاجتماعي في تفسير رد فعل المرأة واتجاهها نحو التخلص من السمنة من منطلق إعادة الإنتاج الاجتماعي، وهو ما أكدته أيضاً نظرية الجسد لشكل الجسد للمرأة عنه للرجل وكونه أحد عوامل الأنوثة لديها، وهو ما جعلها تهتم بممارسات مختلفة للتخلص من السمنة كل حسب استطاعتها.

فالدراسة تؤكد أن هذه النتائج تتوافق مع ما تم ملاحظته في المجتمع السعودي رجالاً ونساء ولكن عند النساء أكثر في اللجوء إلى العمليات الجراحية للتخلص من السمنة، فقد أصبحت ظاهرة اجتماعية تحتاج إلى تقنين وإلى مراقبة للسيطرة عليها، وأن لا تكون هذه العمليات بآباً للاستغلال من قبل بعض الممارسين الصحيين لاستغلال احتياج المرأة للتخلص من السمنة وإجراء عمليات دون أن يكون هناك سبب صحي يستدعي ذلك، ولا بد من وجود بديل مضمون وآمن للمرأة، حيث توجد تجارب ناجحة كثيرة لبعض الممارسات الأخرى الصحية سواء كتنظيم الأكل أو اتباع حميات تحت إشراف مختصي التغذية، وأيضاً ممارسة نشاط رياضي جيد، وأن يكون ذلك كنظام حياة وليس لفترة محددة، وقد لوحظ في الفترة الأخيرة انتشار أفكار في المجتمع السعودي وحول العالم حول التغذية النباتية وأهميتها للجسم وأنها تساعد على الصحة كما أنها تجنب الأفراد من السمنة وتقيهم من أمراض عديدة.

التساؤل الخامس: النتائج الصحية لسمنة المرأة السعودية

وفي اتجاه النتائج الصحية لسمنة المرأة السعودية التي توصلت إليها الدراسة لم تختلف نتائج الاستبانة مع العينة كثيراً عن نتائج المقابلات، حيث تم الاتفاق على جميع المشاكل الصحية التي تناولتها الاستبانة، وهي الأمراض التالية: مرض السكري (النوع الثاني)، وارتفاع الكوليسترول، أو أمراض العظام والتهاب المفاصل، أو المشاكل النفسية، ومشاكل الحمل أو في الولادة، بالإضافة إلى هشاشة العظام، أو مشاكل ارتجاع المريء والحموضة المستمرة، وبعض أمراض القلب وضغط الدم، والمشاكل الخاصة بالصحة الجنسية، وهو ما أكدته آراء المختصين التي تنوعت بسبب تنوع التخصصات لديهم، حيث ركز الأطباء على الأمراض الجسدية مثل مشاكل العظام وخصوصاً المفاصل (الركب) ومشاكل الظهر بدرجة كبيرة، ونرى كثيراً من النساء السمينات يواجهن هذه المشاكل عند وصولهن لسن الأربعينات والخمسينات من العمر، وأيضاً الأمراض الأخرى كالضغط والسكر، ومرض النقرس، وصعوبة الإنجاب وتكيس المبايض ومشاكل في الحمل والولادة، كذلك النوبات القلبية والأمراض التنفسية كمتلازمة

انقطاع التنفس أثناء النوم، بينما ركزت بعض التخصصات الأخرى على أمراض صحية نفسية مثل الاكتئاب وسوء الهضم أو اضطرابات الهضم.

وجاءت النتائج هذه قريبة أو متشابهة إلى حدٍ كبير مع ما تناولته الدراسات السابقة حول المشاكل الصحية الناجمة عن السمنة، حيث أكدت دراسة خاشقي وآخرون (Khashoggi et al., 1994) والتي تناولت العوامل الاجتماعية والاقتصادية التي تؤثر على انتشار السمنة بين النساء المرضيات اللائي يتعالجن بمراكز الرعاية الصحية الأولية في مدينة جدة، وهو ما أكدته أيضاً دراسة ميمش وآخرون (Memish et al., 2013) التي تناولت السمنة والعوامل المرتبطة بها بالمملكة العربية السعودية والتي أشارت إلى وجود أمراض صحية كثيرة ترتبط بالسمنة أو تعد نتيجة لها كمرض السكري، وارتفاع الكوليسترول في الدم، وارتفاع ضغط الدم، وأكدت دراسة آل سليمان (٢٠٠٧) التي ناقشت العوامل الغذائية والصحية المرتبطة بالإصابة بالأمراض المزمنة لدى السيدات السعوديات على أن هناك ارتباطاً بين الإصابة بالأمراض المزمنة والسمنة في بعض الحالات داخل المجتمع السعودي.

وخلاصة ما سبق تؤكد الدراسة الراهنة أن هذه النتائج تتوافق مع المشاكل الصحية المعروفة لدى الجميع حول السمنة بل وأكدت جميع الدراسات حيث إن مشاكل الجهاز الحركي المفاصل والظهر من أهم الأضرار الصحية للسمنة، بالإضافة إلى مشاكل السكر والقلب والضغط والتنفس وهذه المشاكل جميعها أكدت الدراسات أنها قد تقل بزوال سببها الرئيس وهو السمنة، ما لم تكن المشكلة مشكلة وراثية، ولكنها أكدت أنه التخلص من السمنة قد يساعد في الشفاء بنسبة كبيرة من هذه الأمراض.

التساؤل السادس: النتائج الاجتماعية لسمنة المرأة السعودية

كان هناك اتفاق حول أهم النتائج الاجتماعية لسمنة المرأة السعودية في كل من الاستبانة للعينة والمقابلة مع المختصين، ومن هذه النتائج الخاصة بالمرأة نفسها صعوبة الحصول على مقاسات الملابس أو صعوبة الحركة في المناطق العامة وأثناء المناسبات الاجتماعية أو وجودها في عزلة اجتماعية وأنها تتجنب المشاركة في المناسبات الاجتماعية، أو وجود ضعف في الثقة بالنفس ومواجهة الآخرين، وأظهرت النتائج أن هناك أيضاً تأكيداً لنتيجة تساؤل الفرص في الزواج بسبب السمنة أو عدم القدرة على تنفيذ أعمال المنزل بالدرجة المطلوبة، أو وجود مشاكل أسرية مع الزوج بسبب السمنة، أو التعرض العام للإهانة والسخرية من الآخرين، كما أظهرت النتائج أيضاً أنها قد تكون في صورة ضعف العناية بأطفالها أو ضعف وقلة في المشاركات الاجتماعية من قبل المرأة،

بينما لم تعطِ النتائج وجود مشاكل في العملية التعليمية نتيجة الغياب كونه نتيجة من نتائج السمنة للمرأة السعودية.

وتقاربت هذه النتائج مع نتائج بعض من الدراسات السابقة حول الأبعاد الاجتماعية للسمنة حيث أكدت دراسة مصيقر وقشقرى (٢٠٠٥) حول العلاقة بين الأزياء والسمنة عند النساء السعوديات والتي أكدت أن السمينات أكثر ميلا للأقمشة المشجرة لإخفاء السمنة، وأنها تفضل ارتداء التنورة أو الفساتين الطويلة، وأنهن يحاولن ارتداء الملابس بشكل يخفي منطقة البطن، أي أن السمنة لها تأثير كبير في اختيار الملابس عند النساء، بينما توافقت مع دراسة السالم (٢٠١٦) حول تأثير السمنة ونمط الحياة لدى المراهقين لطلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض والتي أكدت تأثير السمنة على مشاركة المصاب بالسمنة وأسرته في حضور المناسبات الاجتماعية، وتوافقت مع نتائج دراسة الكندري (٢٠٠٥) حول التوافق الزوجي في بعض الخصائص الجسمانية وعلاقته ببعض المتغيرات التي أكدت تأثير الإصابة بالسمنة للمرأة في المجتمع الكويتي والمشاكل الزوجية أو قلة نسبة الإقبال على الزواج من المرأة السمينية، وعدم رغبتها في حضور المناسبات الاجتماعية نتيجة لسمنتها مما يزيد من نسبة العزلة والوحدة لديها، وكذلك ما تناولته دراسة محمد (٢٠١٧) حول تأثير السمنة وعلاقتها بتقدير الذات والرضا عن الحياة والعلاقات الاجتماعية لدى طالبات الجامعة، وأخيراً دراسة الحوراني (٢٠١٦) التي تناولت المكونات السوسيوثقافية لصورة الجسد بتطبيق مقولات علم اجتماع الجسد على عينة من الإناث في المجتمع الأردني، والتي توصلت إلى أن صورة الجسد وخصوصاً مشاكل السمنة لها ارتباط بترعة المرأة نحو المصالح العملية مثل العمل، والزواج، والعلاقات الاجتماعية، وأنه هناك ضغوطاً ثقافية للمرأة المصابة بالسمنة تأتي عن طريق الأسرة، والأصدقاء، أو قد تجد المرأة انتقاداً وتمراً من الأسرة والمجتمع المحيط بها، وهو ما يؤدي إلى العزلة والخجل من الناس بسبب مظهرها الخارجي.

وهنا تحديداً يظهر تأثير المحيط الاجتماعي كقوة ضغط على المرأة وأنها تتفاعل معه من خلال اتجاهها إلى خيارات التنحيف المختلفة والتخلص من السمنة لإرضاء زوجها، أو للحصول على فرصة أفضل للزواج، أو الحصول على مكانة اجتماعية أفضل، أو لتحسين وضعها الاجتماعي أو للحصول على العمل، أو للحصول على فرص في أن تعيش حياة صحية سليمة، وقد يتجه الضغط المجتمعي على السيدة السمينية بصورة سلبية كالتمر والاستهزاء، في حين تقاوم المرأة عوامل الضغط الاجتماعية على البدانة إما بالعزلة وعدم الرغبة في حضور المناسبات الاجتماعية؛ نتيجة لخجلها من جسدها أو لعدم توفر ما هو ملائم من ملابس لها.

والنتائج الاجتماعية التي تشكل جوهر موضوع الدراسة من حيث إنها مشاكل يومية قد تتعرض لها المرأة السمينية، والتي تؤرقها ويكون تفاعلها لا يقتصر عليها فقط بل تؤثر فيها ومجتمعها المحيط

بها، على عكس المشاكل الصحية التي قد تكون هي أكثر المتأثرين بها، فنجد أن المشاكل الاجتماعية تؤثر في المنظومة الاجتماعية داخل المجتمع السعودي بدايةً من الفرد والأسرة والمجتمع السعودي ككل، كالمشاكل الزوجية التي قد يكون من أسبابها السمنة لدى المرأة، فقد تكون منشغلة في بيتها وتربية أولادها فتفقد الاهتمام بنفسها، وقد يلجأ بعض الرجال من الزواج من غير السعوديات وهو ما يعزز الصورة النمطية السائدة بأن المرأة الأجنبية لديها القدرة على الاهتمام بنفسها وبشكل جسدها رغم ما لديها من مشاغل حياتية وذلك حسب رأي بعض المبحوثات بهذه الدراسة.

التساؤل السابع: نظرة المرأة السعودية لصورة جسدها في بيئتها الاجتماعية

وننتج هذا التساؤل جاءت بالاتفاق حول اهتمام المرأة السعودية بجسدها حيث إنها تبدأ من مقارنة جسدها دائماً بأقرانها من النساء إلا أنها تحاول إخفاء مستوى السمنة لديها عن طريق اللباس الواسع أو العباءة بالإضافة إلى أنها تحافظ على جسدها ورشاقته في مراحل العمر المختلفة، وتهتم بصورة جسدها قبل الزواج أكثر من بعد الزواج، وأن جسدها يعتبر من مقومات الأنوثة حيث إن المرأة المتزوجة تهتم برأي زوجها في جسدها وتحاول أن تحسن من شكل جسدها بعد فترات الولادة المتكررة، وتهتم المرأة أيضاً برأي الأقارب والأصدقاء في جسدها، حيث إن مظهر جسدها يؤثر في علاقتها الاجتماعية، وبسبب انتشار وسائل الاتصال الاجتماعي وفيما يخص الإعلام الجديد نجد أن المرأة السعودية تهتم بمقارنة جسدها بعروضات الأزياء ومشاهير الإعلام.

وهو ما أكدته أيضاً عدد من المختصين في المجال الطبي أثناء المقابلات من خلال تعاملهم المباشر مع الحالات فقد اتفقت الآراء حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي والإعلام بصورة عامة على تغير نظرة المرأة السعودية لجسدها ومقارنته بجسد المرأة بالمجتمعات الأخرى، وهذا ما قد يجعلها أكثر اهتماماً بهذه الصورة عما قبل وباختلاف الفئات العمرية، ولكنهم يروا أن الاهتمام يزداد في فترات المراهقة والشباب ومرحلة ما قبل الزواج وما بعده مباشرة، ولكن رأيت بعض الآراء أن نظرة المرأة لجسدها قد تختلف من سيدة لأخرى وهذا يخضع للبيئة الثقافية المحيطة بها ونمط التربية التي نشأت عليها، فهناك عدد من الأسر لا يرون زيادة الوزن أمراً سيئاً أو ضاراً، وهناك من ينظر إليه على أنه مسألة حياة أو موت، في الوقت الحالي مع بزوغ نجم وسائل التواصل الاجتماعي والمشاهير قد تصبح نظرة المرأة لجسدها مختلفة كمحاولة للوصول إلى الصورة التي تم الترويج لها في وسائل التواصل الاجتماعي، فالصفات السلبية أصبحت ترتبط بالسمنة، ويمكن القول أن كل هذه الصفات السلبية تنعكس سلباً على نظرة المرأة إلى جسدها، بالإضافة إلى عقد المقارنات مع الممثلات أو المذيعات أو رواد ومشاهير التواصل الاجتماعي الأمر الذي قد يجعل المرأة تشعر بالسوء من هيئتها وجسدها.

واتفقت هذه النتائج مع معظم الدراسات السابقة التي تناولت اهتمام المرأة بصورة جسدها حيث اتفقت مع دراسة الزائدي (١٤٢٧) حول صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية (القلق، الاكتئاب، الخجل) لدى عينة من المراهقين والمراهقات للمرحلتين الدراسيتين المتوسطة والثانوية داخل مدينة الطائف والتي أكدت أن المرأة أكثر اهتماماً من الرجل بصورة الجسد، في حين تناولت دراسة المنصور (٢٠١٩) دوافع واهتمام المرأة السعودية بالجسد من خلال عمليات التجميل، فأكدت على أن الجسد هوية للتعبير عن الذات وتحسين العلاقات الاجتماعية، ومدى تأثير الإعلام والانفتاح الثقافي على تنمية الاهتمام بالجسد، وتأثير العروض المغربية من قبل عيادات التجميل، وأكدته دراسة ريس (Reas, 2002) من منطلق العلاقة بين خسارة الوزن وصورة الجسم لدى الأفراد الذين يعانون من السمنة حيث أظهرت أن عملية إنقاص الوزن أدت إلى خفض الاستياء وعدم الرضا عن صورة الجسم، وهو ما أكدته أيضاً دراسة ماتز وآخرين (Matz et al., 2002)، وأضافت دراسة دونت وتيجمان (Dohnt&Tiggemann, 2006) إسهام الأقران وتأثيرات وسائل الإعلام في تنمية رضا الجسم واحترام الذات لدى الفتيات، وكذلك دراسة مصيقر (Musaiger, 2013) حول تأثير وسائل الإعلام الغربية على حجم جسم المرأة العربية.

ويمكن القول هنا أن هناك عدداً من العوامل الاجتماعية والثقافية التي تعمل متحالفة لتشكيل الصورة المقبولة اجتماعياً لجسد المرأة، منها ما يرتبط بالإعلام ومنها ما يعد مؤشراً طبقياً نوعياً خاصاً بالمرأة كاتجاه بعض السيدات إلى عمليات نحت الجسم لنيل القبول الاجتماعي وتعزيز الثقة بالنفس، في حين أن المفترض أن تكون الحمية الغذائية أسلوب حياة يرتبط مع متطلبات الحياة الاجتماعية الحديثة ومستوى الوعي الصحي والرغبة في تحقيق توازن بين صورة الجسد المثالي ونمط الاستهلاك الغذائي، دون أن يكون خاضعاً لضغط اجتماعي متعلق بمستوى رضا المرأة عن صورة جسدها ورغبتها في إرضاء الزوج أو المجتمع، وهو الأمر الذي يجعلها تلجأ إلى تحقيق هدف النحافة بشكل سريع وملمس عن طريق التدخل الجراحي أحياناً، فالحللول السريعة التي تلجأ لها المرأة للتحكم في الوزن قد تكون مؤشراً على قلة الثقة بالنفس وانعدام القدرة على التحكم بها، وهو أمر يرتبط بنواحي نفسية وتربوية أساسية تؤكد عليها الدراسة الراهنة.

ثالثاً: توصيات الدراسة:

في ضوء موضوع الدراسة المرتبط بسمنة المرأة السعودية وأسبابها الصحية والاجتماعية وتداعياتها وفي ظل كون هذه الدراسة محدودة المكان والزمان والأشخاص، فقد حرصنا أن نطرح مجموعة من التوصيات التي تم صياغتها في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، فقد حرصنا على الخروج بعدة توصيات قد تساهم في الحد من ظاهرة السمنة لدى المرأة في المجتمع السعودي، وهي كالآتي:

- توصي هذه الدراسة بمراقبة وزارة الصحة لعمليات جراحات السمنة، لتجنب الاستغلال التجاري لهذه العمليات دون الحاجة، بحيث تكون هي البديل الأخير أو الضروري للتخلص من السمنة.
- عمل برامج توعوية مكثفة من قبل وزارة الصحة ومن هيئة الغذاء والدواء للحث على العادات الغذائية الصحيحة كتناول الفاكهة والخضروات وكميات المياه المناسبة، وتجنب العادات غير الصحية التي قد تؤدي إلى السمنة كتناول كميات كبيرة من الطعام أو تناول الوجبات السريعة أو الأطعمة عالية السعرات الحرارية والسكريات.
- أن تقوم وزارة الصحة ببحث الأطباء ومسؤولي الرعاية الصحية للمرضى المصابين بأحد الأمراض المرافقة للسمنة مثل (أمراض القلب والضغط والسكري) بضرورة التخلص من السمنة كأحد الوسائل للتخلص من المرض نفسه.
- أن تقوم وزارة الإعلام بنشر الوعي المجتمعي حول ثقة المرأة بشكل جسدها الذي يرضيها ولا يؤثر على صحتها دون الانسياق وراء مواقع التواصل الاجتماعي وصور المشاهير في وسائل الإعلام المسموعة والمقروءة.
- نشر نماذج لنساء قمن بالتخلص من السمنة باتباع حمية صحية أو نمط غذائي صحي دون الحاجة إلى عمليات أو أدوية لها تأثيرات ضارة وذلك من خلال وسائل الإعلام المختلفة.
- توصي الدراسة بقيام وزارة الرياضة بتشجيع المرأة على ممارسة الرياضة من خلال زيادة عدد الأماكن والمناطق المناسبة لها والتي توفر لها الخصوصية لممارسة الرياضة.
- أن تقوم وزارة الرياضة بإنشاء أندية رياضية نسائية متخصصة في كل حي سكني، وأن تكون بأسعار رمزية لتستفيد منها جميع شرائح المجتمع.
- أن تقوم وزارة الرياضة بإجراء مسابقات وفعاليات حول الرياضة المجتمعية الخاصة بالمرأة لتشجيع على ممارسة المرأة للرياضة في مراحل العمر المختلفة كمبادرة للخطوة التي أطلقتها وزارة الصحة

مؤخراً في عام ١٤٤١هـ لتشجيع المجتمع السعودي على ممارسة رياضة المشي اليومي (٨٠٠٠) خطوة يومياً.

- أن تقوم وزارة التعليم بتشجيع ممارسة المرأة للرياضة في المدارس من خلال زيادة الفعاليات وتخصيص درجات تشجيعية للطالبات اللاتي يمارسن الرياضة ويحققن أهدافاً صحية مميزة، مما يساعد على تأهيل جيل جديد صحي من النساء السعوديات محب للرياضة.

- أن تقوم وزارة التعليم بإدراج التغذية الصحية في المناهج الدراسية وحث المدارس والجامعات على نشر ثقافة الغذاء الصحي المتكامل.

- أن تقوم وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية بعمل مسابقات وفعاليات رياضية اجتماعية للتخلص من السمنة داخل الهيئات الحكومية والخاصة كمسابقات لإنقاص الوزن بدون عمليات جراحية.

- أن تقوم وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية بنشر الوعي المجتمعي حول مرض السمنة كونه مرضاً يمكن التخلص منه، وزيادة الوعي لدى المجتمع حول عدم التنمر تجاه المصابين بهذا المرض.

- توصي الدراسة وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية بتطبيق الوزن المثالي حسب مؤشر كتلة الجسم كشرط للقبول في الوظائف الحكومية والخاصة لكلا الجنسين وذلك لتشجيع أفراد المجتمع على التخلص من السمنة.

- أن تقوم وزارة الشؤون البلدية والقروية بنشر ثقافة النشاط البدني والرياضة في نطاق المنتزهات، والعمل على توافر طرق آمنة لركوب الدرجات والسير لمسافات طويلة.