

معارف المرأة الريفية فى مجال الغذاء الوظيفى بمحافظة الغربية

أحمد ماهر الجوهري¹ ، عبد الباقي موسى الشايب¹ ، ليلى حماد الشناوي²، ايمان مصطفى عبدالمجيد²،
ايناس أحمد عطية²

¹ قسم الاقتصاد الزراعي - كلية الزراعة - جامعة طنطا - مصر.
² معهد بحوث الارشاد الزراعي والتنمية الريفية - مركز البحوث الزراعية - مصر.

Corresponding author: Attia, Enas Ahmad



J.Sust.Agri.Env.Sci (JSAES)

الكلمات الإرشادية
المعارف- المرأة الريفية- الغذاء الوظيفي.

الملخص

استهدف هذا البحث بصفة رئيسية دراسة معارف المرأة الريفية بالغذاء الوظيفي بمحافظة الغربية، وقد أجري هذا البحث في محافظة الغربية، حيث تم اختيار مركزين إدارياً عشوائياً، وأسفر الاختيار عن مركزي طنطا، والمحلة الكبرى، وتم اختيار قريتين من كل مركز عشوائياً، وأسفر الاختيار عن قريتي محلة مرحوم، ودفرة من مركز طنطا؛ وقريتي الهياتم، وشبرا بابل من مركز المحلة الكبرى، وباستخدام معادلة Krehcie, Morgan تم اختيار عينة عشوائية من الريفيات بلغ قوامها 367 مبحوثة من إجمالي الحائزين لأراضي زراعية بالقرى الأربع، والبالغ عددهم 15643 حائزاً وزوجة حائز، وتم توزيع العينة بنفس نسبة وجود هؤلاء الريفيات بكل قرية. وتم جمع البيانات بواسطة استمارة استبيان بالمقابلة الشخصية خلال شهري نوفمبر وديسمبر عام 2023، وتم استخدام التكرارات والنسب المئوية، والمتوسط الحسابي، ومعامل ثبات ألفا كرونباخ، ومعامل الارتباط البسيط لبيرسون، واختباري "ت"، "ف"، وأسلوب التحليل الإرتباطي والإنداري المتعدد التدريجي في تحليل البيانات وعرض النتائج. وتمثلت أهم النتائج فيمايلي:

- 1- أن نصف المبحوثات 50.14% من المبحوثات ذو مستوى معرفي منخفض بالغذاء الوظيفي إجمالاً.
- 2- وجود علاقة ارتباطية معنوية موجبة عند مستوي احتمالي 0.01 بين كل من: المستوى التعليمي للمبحوثة، الدخل الشهري لأسرة المبحوثة، مصادر المعلومات الغذائية، التعرض الإعلامي، المرونة الذهنية، الانفتاح الجغرافي، الإتجاه نحو الاغذية الصحية وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً.
- 3- أن متغيرات (سن المبحوثة، المستوى التعليمي للمبحوثة، عدد الأبناء فى أسرة المبحوثة، الدخل الشهري لأسرة المبحوثة، المنفق من الدخل على الغذاء، مستوي المسكن، مصادر المعلومات الغذائية، التعرض الإعلامي، المرونة الذهنية، قيادة الرأي، درجة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية، درجة الانفتاح الجغرافي، الاتجاه نحو الأغذية الصحية) مجتمعة تفسر 33.2% من التباين في معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً، وأن متغيرات (سن المبحوثة، المستوى التعليمي للمبحوثة، التعرض الإعلامي، الاتجاه نحو الأغذية الوظيفية) تسهم وحدها في تفسير 30.4% من التباين في معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً.

1- المقدمة

إن احتياجات الإنسان كثيرة ومتجددة، ومنها الغذاء الذي يعد أحد أسس البقاء، إذ كان الحصول على الغذاء المناسب منذ بدء الخليقة من أهم العوامل التي دفعت الإنسان إلى الخروج من الكهوف في محاولة لتحسين وضعه الغذائي.

فللغذاء أهميته القصوي في ضمان استقامة حياة الإنسان، بل أنه الشيء الذي يعتمد عليه في بناء جسمه، وتمتعه بعقل سليم وتكامل نموه، وصيانته ما يتلف من أنسجته وخلاياه، ومقاومته للأمراض المختلفة، ومصدر طاقته، وارتفاع قدرته على القيام بأنشطته المختلفة، والعمل والإنتاج، لذا يضع الإنسان الصحة في أعلى سلم أولوياته حيث لا يسبقها شاغل (أزهار الحميري، 2015، ص 326).

وبدون الغذاء، والتغذية السليمة يتعرض الإنسان لأمراض شتى، فالصحة والتغذية وجهان لعملة واحدة ومترابطتان ترابطاً وثيقاً (منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة، 2014، ص1). حيث يري كلاً من Ruamsup, (2014) أن الإنسان نعرفه من خلال ما يأكله (قل لي ماذا تأكل أقل لك من تكون)، فإذا كان الغذاء صحي أصبح الجسم سليماً. وأنه يجب النظر إلى الغذاء علي أنه وسيلة وليس هدفاً في حد ذاته، وأن وظيفته الأساسية هي استمرار الحياة في صحة وحيوية (ميادة إبراهيم، 2007، ص1).

ويوضح تقرير WHO, (2018), European Commission, (2019) أننا نواجه زيادة كبيرة في الأمراض الناجمة عن النظم الغذائية غير الصحية، ويضيف أن الأمراض المختلفة كأمراض القلب والأوعية الدموية، والجهاز التنفسي المختلفة، والسرطان، والسكري تقدر بأنها مسؤولة عن 83% من الوفيات، وأن هذه الأمراض مرتبطة ونتيجة عن النظم والأنماط الغذائية غير السليمة والصحية.

وفي هذا الشأن يري كلاً من Sharanyarani, (2016, P13) أن 60% من مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة المختلفة يمكن الوقاية منها من خلال إجراء تعديلات في نمط الحياة بما في ذلك التغيير في النظام الغذائي.

فالغذية التي تحفظ الصحة والرفاهية الجسدية والعقلية وتعززها غالباً ما يطلق عليها الأغذية الوظيفية، لذا تزايد الاهتمام بتلك الأغذية بشكل ملحوظ في العقد الأخير باعتبارها محاولة فعالة ليس فقط في تقليل أو منع حدوث وظهور العديد من الأمراض والمشكلات الصحية والمخاطر المرتبطة بها، ولكن أيضاً في علاجها وتخفيف أعراضها وآثارها، علاوة علي خفض التكاليف الباهظة للرعاية الصحية، وذلك عن طريق الغذاء بدلاً من الدواء (فارس، 2014، ص 88).

فالأطعمة الوظيفية أو كما تعرف بالأغذية المغذية الصحية العلاجية كما حددتها FFC، هي أغذية توفر فوائد إضافية تتجاوز التغذية والقوت الأساسى (Grubor, et al, 2020, p198)، وذات تأثير إيجابي

فعال علي وظيفة أو أكثر من وظائف الجسم المرغوبة، وبالتالي يمكن اعتبارها أداة قوية لمساعدة الأفراد علي تحسين صحتهم الجسدية والعقلية، (Liufu, Danik, 2020, P 345). وذلك عندما يتم استهلاكها بمستويات فعالة كجزء من نظام غذائي (John, Ankit, 2021, P63)، كما يعرف (Gibson, et al, 2000, P:27) الأغذية الوظيفية بأنها تحول الغذاء اليومي إلى منقذ محتمل وذلك بإجراء أي تعديل سواء بالإضافة أو الاستبعاد في مكوناته الغذائية لإحداث تأثير إيجابي أو فائدة صحية للجسم.

وقد أثبتت دراسات عديدة أجريت في بلدان مختلفة الآثار الصحية المرتبطة باستهلاك الأغذية الوظيفية، مثل الحد من مخاطر الإصابة بالسرطان وتحسين صحة القلب وتحفيز جهاز المناعة وتقليل أعراض انقطاع الطمث وتحسين صحة الجهاز الهضمي والحفاظ على صحة الجهاز البولي والتأثيرات المضادة للإلتهابات وتقليل ضغط الدم المرتفع والحفاظ على الرؤية والأنشطة المضادة للبكتريا والفيروسات وتقليل هشاشة العظام والتأثير المضاد للسمنة (مروة محمد، 2015، ص1)، ويضيف (Functional Foods, 2011) بأن الأغذية الوظيفية تساهم في تحسين الأداء البدني والمعرفي (الذاكرة، اليقظة، الانتباه)، والأداء والقدرة النفسية، والمزاج والحيوية، هشاشة العظام.

وقد توفر الأغذية الوظيفية التي تحتوي على مكونات نشطة بيولوجياً فوائد صحية مرغوبة تتجاوز التغذية الأساسية، وتلعب أدواراً مهمة في الوقاية من الأمراض المتعلقة بنمط الحياة (رمضان، 2020، ص:270).

المفهوم الشامل "ليكن الطعام هو دوائك والدواء هو طعامك" وثيق الصلة بجميع أوقات حياتنا، هناك ازدهار لفئة جديدة من الأطعمة تسمى الأطعمة الوظيفية التي تبرز دور الغذاء والنظام الغذائي في تعزيز الصحة والوقاية من الأمراض (Haripriya A, Uma, 14686) (Mageshwari, 2021, P).

بالإضافة إلى الخصائص المعدلة للمناعة والمضادة للفيروسات، تحتوي الأطعمة الوظيفية أيضاً على خصائص مضادة للجراثيم، ومضادة للفطريات، ومضادات الأكسدة، ومضادة للسرطان، ومضادة للإلتهابات، وخصائص واقية للأعصاب (Ben Saad, et al, 2019, P 1135).

مما سبق يتضح أنه إذا كان الغذاء الصحي هام للمجتمع ككل، فهو أكثر أهمية للمجتمع الريفي، باعتبار سكانه يمثلون 60% من سكان المجتمع المصري، وهذا يعني أن جماهير القرية المصرية هم القطاع الأكبر في المجتمع المصري (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، 2022)، وتعد الأسرة الريفية الوحدة الأولى التي يقوم عليها بناء المجتمع الريفي، كما تعتبر المرأة الريفية محور هذه الأسرة، حيث تقوم بالعديد من الأدوار الهامة والمؤثرة بالمجتمع، فهي المسؤولة الأولى عن استهلاك أفراد أسرتها للغذاء في جميع الأوقات (أماني سليمان، 2018، ص1)، (أسماء عامر، 2014، ص 2)، كما أنها

عن أن المعرفة الغذائية للمرأة الريفية تؤثر على مواقفها، وتطبيقها لسلوكيات وممارسات غذائية إيجابية صحية تقلل العبء البشري والاقتصادي للأمراض (McLeod, et al, 2011, p 670)، وبالتالي تحقيق نمط الحياة الصحي (Waidyatilaka, et al, 2019, P 144). ويتحمل جهاز الإرشاد الزراعي العبء الأكبر في تحقيق ذلك، وذلك باعتباره المحرك الرئيسي لتنمية القدرات المعرفية والسلوكية كماً ونوعاً للمرأة الريفية لتستوعب معها أن تحقيق صحة الغذاء يؤدي لتحقيق صحة أفراد الأسرة، وصحة المجتمع ككل ورفاهيته وتقدمه استناداً إلى أسس علمية موصى بها في هذا الشأن.

- 2- التعرف على العلاقات الارتباطية الثنائية بين المتغيرات المستقلة المدروسة وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً.
- 3- تحديد اسهام المتغيرات المستقلة المدروسة في تفسير التباين فيمعارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً.
- 4- **الفروض البحثية**
لتحقيق الأهداف البحثية السابقة تم صياغة

الفروض البحثية التالية:
الفرض الأول: توجد علاقة معنوية بين كل من المتغيرات المستقلة المدروسة وهي: (سن المبحوثة، المستوى التعليمي للمبحوثة، عدد الأبناء في أسرة المبحوثة، الدخل الشهري لأسرة المبحوثة، المنفق من الدخل على الغذاء، مستوى المسكن، مصادر المعلومات الغذائية، التعرض الإعلامي، المرونة الذهنية، قيادة الرأي، درجة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية، درجة الانفتاح الجغرافي، الاتجاه نحو الأغذية الصحية) وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي.

الفرض الثاني: توجد فروق معنوية بين متوسطات درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي عند تصنيفهم وفقاً لكل من (نوع الأسرة - عمل المبحوثة).

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية متعددة بين المتغيرات المستقلة المدروسة مجتمعة وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي.

الفرض الرابع: يسهم كل متغير من المتغيرات المستقلة إسهاماً معنوياً فريداً في تفسير التباين الحادث في معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي.

وللتأكد من مدى صحة الفروض تم اختبار الفروض الاحصائية المقابلة لكل منها في صورتها الصفرية.

- 5- **الطرق والأساليب البحثية**
المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية:

- الأغذية الوظيفية: تعرف على أنها مكون وظيفي أو منتج غذائي يضاف إلى الأطعمة التقليدية، والأغذية التي توفر فائدة فسيولوجية من خلال تغيير العملية أو التكنولوجيا الحيوية التي تؤثر بشكل إيجابي على الصحة، أو تساعد في منع أو علاج (Nelson, 2017). حالة مرضية، أو تعزز الأداء البدني أو العقلي

مؤشراً على صحة المجتمع (Weerasekara, et al, 2020,P3)

وانطلاقاً من ذلك فقد أكدت العديد من الدراسات والأبحاث العلمية أن نجاح المرأة الريفية في القيام بمسئولياتها في رعاية أسرتها غذائياً وصحياً، يعتمد على ما يتوافر لديها من المعلومات والمعارف الكافية والصحيحة المتعلقة بالعناصر الغذائية المختلفة من حيث وجودها في الأطعمة، واحتياج الجسم لها، ووظيفة كل منها، والأضرار والأمراض الناشئة عن نقصها أو زيادتها (الزاهي، وآخرون، 2015، ص 75)، لذا فإن المعرفة السليمة لأسس التغذية الوظيفية ذات تأثير إيجابي، وتعد مصدراً للصحة (Lin, Lee, 2015, P 222)، فضلاً

2- **المشكلة البحثية**
تلعب التغذية دوراً هاماً في حياة الشعوب ورفاهيتها وتقدمها، فهي أحد الاحتياجات الأساسية للإنسان، ومصدر الطاقة اللازمة ليقوم بأنشطته المختلفة في إعمار الأرض، والغذاء الصحي يؤدي إلي تمتعه بالصحة الجيدة، والرفاهية الجسدية والعقلية والنفسية، لذا فإن أولى المشكلات بالاهتمام في مجتمع ما هي ما يتعلق بغدائه الصحي لعله من آثار إيجابية على الأفراد والمجتمعات.

وتؤكد الدراسات أن مشاكل إنتشار الكثير من الأمراض المختلفة يرجع إلي أن المعرفة والمعلومات الغذائية لدي الأفراد ومنها المرأة الريفية هي العامل الرئيسي في بدء التغيير في الممارسات الغذائية الصحية، فإذا كانت تلك المعرفة ليست كافية أو غير صحيحة، يترتب عليها الممارسات الغذائية غير الصحيحة، وبالتالي لا يمكنها منع حوث المشاكل الصحية للأسرة، فالمستوى المعرفي المنخفض يعيق قدرة المرأة الريفية علي استهلاك أو تناول الأغذية الوظيفية.

ونظراً للصلة الوثيقة بين حياة الفرد وصحته وبين الغذاء، لذا فإنه من الضروري تزويد المرأة الريفية بالمعلومات الصحيحة المتعلقة بقواعد وأسس التغذية الوظيفية، والذي من الممكن أن يؤدي إلي توجيه ممارستها الغذائية هي وأفراد أسرتها توجيهها سليماً وصحياً، ومن ثم تتحسن صحة أفراد الأسرة والمجتمع. وهو ما استدعي التعرف علي معارف الريفيات في مجال الغذاء الوظيفي، ومحاولة الإجابة على التساؤلات التالية: ما هو المستوى المعرفي للريفيات بالغذاء الوظيفي ؟ وما هي العوامل المحددة لمعارف الريفيات بالغذاء الوظيفي؟.

- 3- **أهداف البحث**

يستهدف هذا البحث بصفة رئيسية التعرف علي معارف الريفيات بالغذاء الوظيفي، وذلك من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية:

- 1- التعرف على مستوى معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي من حيث: (مفهوم الغذاء الوظيفي، محتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية المختلفة ومصادرها، وظائف الأغذية المختلفة)، وإجمالاً.

الدخل الشهري لأسرة المبحوثة: تم قياسه من خلال الأرقام الخام بالجنيه المصري لمجموع الموارد المالية النقدية لجميع أفراد أسرة المبحوثة (محسوبا في فترة زمنية معينة تقدر بشهر) سواء دخل خاص بالمبحوثة ودخل خاص بالزوج، دخل خاص بأحد الأبناء، أو عائد تجارة أو مشروع أو عائد ممتلكات أو عقارات.

المنفق من الدخل على الغذاء: تم قياسه من خلال الأرقام الخام لإجمالي ما تصرفه المبحوثة شهرياً على بند الطعام والشراب مقدراً بالجنيه المصري وذلك وقت جمع البيانات.

مستوى المسكن: تم قياسه بمقياس مجمع من خمسة عشرة عبارة تعبر عن مستوي المسكن، ومكوناته وخصائصه، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية لمستوي المسكن.

مصادر المعلومات الغذائية: تم قياسه بمقياس مجمع من (7) مصادر ما بين التقليدية والحديثة، وأعطيت المبحوثة درجة عن كل مصدر تذكره، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية لعدد مصادر المعلومات الغذائية.

التعرض الإعلامي: تم قياسه بمقياس مجمع من (5) وسائل، وكانت فئات الاستجابة (دائماً، نادراً، أحياناً، لا)، وأعطيت الدرجات (4، 3، 2، 1) على الترتيب، وقدرت درجة ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، فكانت 0.72 وهي قيمة مرتفعة وتدل على ثبات المقياس. ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية للتعرض الإعلامي.

المرونة الذهنية: تم قياسه بمقياس مجمع من (9) عبارات، وكانت فئات الاستجابة (موافقة، موافقة إلى حد ما، غير موافقة)، وأعطيت الدرجات (3، 2، 1) على الترتيب، وقدرت درجة ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، فكانت 0.67 وهي قيمة مرتفعة نسبياً وتدل على ثبات المقياس، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية للمرونة الذهنية.

قيادة الرأي: تم قياسه بمقياس يتكون من (8) عبارات، وكانت فئات الاستجابة (دائماً، أحياناً، نادراً، لا)، وأعطيت الدرجات (4، 3، 2، 1) على الترتيب، وقدرت درجة ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، فكانت 0.85 وهي قيمة مرتفعة وتدل على ثبات المقياس، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية لقيادة الرأي.

درجة المشاركة الإجتماعية غير الرسمية: تم قياسه بمقياس مجمع من (7) عبارات، وكانت فئات الاستجابة (دائماً، أحياناً، نادراً، لا)، وأعطيت الدرجات (4، 3، 2، 1) على الترتيب، وقدرت

ويعرف الغذاء الوظيفي أيضاً بأنه "الأطعمة والمكونات الغذائية التي توفر فائدة صحية تتجاوز التغذية الأساسية، والتي غالباً ما تتجاوز الكميات الضرورية للصيانة والنمو والتطور بشكل طبيعي لجسم الإنسان (IFT, 2005)

-معارف الريفيات بالغذاء الوظيفي: يقصد به إمام الريفيات المبحوثات بالمعلومات الصحيحة من حيث: (مفهوم الغذاء الوظيفي، محتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية المختلفة ومصادرها، وظائف الأغذية المختلفة).

شاملة البحث والعينة:

تم إجراء هذا البحث بمحافظة الغربية كمجال جغرافي لإجراء هذه الدراسة، وتم اختيار مركزين إدارياً عشوائياً، فكانت المراكز المختارة هي: طنطا، والمحلة الكبرى، ثم اختيار قرينتين عشوائياً من كل مركز إداري، وهما: قرينتي محلة مرحوم، ودفرة من مركز طنطا؛ وقرينتي الهياتم، وشبرا بابل من مركز المحلة الكبرى.

تم حصر عدد الحائزين والحائزات لأراضي زراعية من واقع كشوف الحيازة الزراعية بالجمعيات الزراعية بقري الدراسة (مديرية الزراعة بالغربية، 2022)، وتمثلت شاملة البحث في هذه الدراسة في جميع الريفيات الحائزات والمتزوجات بحائزين لأراضي زراعية، فبلغ عددهم 15643 حائزاً وزوجة حائز. وقد تم اختيار عينة عشوائية من المبحوثات، بحيث تكون المبحوثة هي المسئولة عن كل ما يتعلق بالغذاء داخل الأسرة. ولحساب حجم العينة تم الإستناد إلي معادلة مورجان (Krejcie, 1970) Morgan, 1970) فبلغ قوامها 367 مبحوثة.

6- قياس المتغيرات البحثية

تم قياس متغيرات البحث ومعالجتها كميّاً لأغراض التحليل الإحصائي علي النحو التالي:

أ- المتغيرات المستقلة:

- سن المبحوثة: تم قياسه من خلال الرقم الخام لعدد السنوات منذ ميلاد المبحوثة حتي وقت جمع البيانات لأقرب سنة ميلادية.
- المستوي التعليمي للمبحوثة: تم قياسه بسؤال المبحوثة من حيث قدره على القراءة والكتابة من عدمه مع توضيح مقدار ما حصلت عليه من التعليم الرسمي وقت جمع البيانات.
- عمل المبحوثة: تم قياسه بمقياس أسمى مكون من خمس فئات وهي: لا تعمل، تعمل بالزراعة، أعمال حرفية، أعمال حرة، موظفة، وأعطيت أوزان 1، 2، 3، 4، 5، علي الترتيب.
- عدد الأبناء في أسرة المبحوثة: استخدمت الأرقام الخام لعدد أبناء المبحوثة من الذكور والإناث وقت جمع البيانات الذين يقيمون معها في نفس المسكن.
- نوع الأسرة: تم قياسه بمقياس أسمى مكون من فئتين للأسرة البسيطة، الأسرة الممتدة. وأعطيت أوزان 1، 2 علي الترتيب.

المقياس يجعله صالحاً للإعتماد عليه في قياس معارف الريفيات بالغذاء الوظيفي. ولتحديد معارفهن طلب من المبحوثة أن توضح رأيها في كل عبارة من هذه العبارات، وأعطيت الدرجات 3، 2، 1 للإجابات الصحيحة، ولا أعرف، والإجابات الخاطئة علي الترتيب للعبارات الإيجابية، بينما أعطيت الدرجات 1، 2، 3 للإجابات الصحيحة، ولا أعرف، والإجابات الخاطئة علي الترتيب للعبارات السلبية، وإستخدام المجموع الكلي لهذا المكون لتعبر عن الدرجة الكلية لمقياس معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي، ثم قسمت هذه الدرجات لفئات تعبر عن مستوي معرفي منخفض (82-137) درجة- مستوي معرفي متوسط (138-193) درجة- مستوي معرفي مرتفع (194 درجة فأكثر).
7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

بعد جمع البيانات تم ترميزها، وتفريغها، وجدولتها وفقاً للأهداف البحثية، وتم إدخال البيانات إلي الحاسب الآلي لتحليلها، وذلك باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية SPSS الإصدار الواحد والعشرون، وقد تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والمتوسط الحسابي، ومعامل ثبات ألفا، ومعامل الارتباط البسيط لبيرسون، واختباري "ت"، واختبار "ف"، وأسلوب التحليل الارتباطي والانحداري المتعدد للتدرج لحساب واختبار العلاقة بين المتغيرات المستقلة وبين المتغير التابع.

أولاً: وصف عينة البحث:
أوضحت نتائج جدول رقم (1) أن توزيع أفراد العينة البحثية وفقاً لسنهن يشير إلي أن 63,22% من المبحوثات قد وقعن في الفئة العمرية المتوسطة (37-53 سنة)، وأن 75,75% من المبحوثات في فئتي المستوي التعليمي أما المنخفض أو المتوسط، وما يقرب من نصف المبحوثات 47,40% لا يعملن وأن 18% يعملون بوظيفة حكومية، وأكثر من نصف المبحوثات 54,80% يقمن في أسرة ممتدة، وكذلك ما يقرب من نصف المبحوثات 48,23% في فئة الدخل الشهري المنخفض (500-2600 جنيه)، وأن 59,67% في فئة الإنفاق المنخفض علي الغذاء (400-1900 جنيه)، وما يقرب من نصفهن 46,05% يتركز مستوي مسكنهن في الفئة المتوسطة، وأن توزيع وفقاً لعدد مصادر المعلومات الزراعية لديهن يشير إلي 48,77% منهن قد وقعن في الفئة المنخفضة، وبالنسبة للتعرض الإعلامي فيتضح أن 45,33% قد وقعن في الفئة المتوسطة، وأن توزيع أفراد العينة البحثية وفقاً لقيادة الرأي في المجال الغذائي لديهن يشير إلي أن 54,50% يقعن الفئة المنخفضة، وأن 60,49% من المبحوثات تتركز مشاركتهن الاجتماعية غير الرسمية في الفئة المرتفعة، وأن 42,51% من المبحوثات تقعن في فئة الإنفتاح الجغرافي المتوسطة، وأن نسبة بلغت

● درجة ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، فكانت 0.79 وهي قيمة مرتفعة وتدل على ثبات المقياس، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية لدرجة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية.

● درجة الإنفتاح الجغرافي: تم قياسه بمقياس مجمع من (5) عبارات، وكانت فئات الاستجابة (دائماً، أحياناً، نادراً، لا)، وأعطيت الدرجات (4، 3، 2، 1) على الترتيب، وقدرت درجة ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، فكانت 0.80 وهي قيمة مرتفعة نسبياً وتدل على ثبات المقياس، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية للإنفتاح الجغرافي.

● الاتجاه نحو الأغذية الصحية: تم قياسه بمقياس مجمع من (9) عبارات، وكانت فئات الاستجابة (موافقة، موافقة إلي حد ما، غير موافقة)، وأعطيت الدرجات (3، 2، 1)، وقدرت درجة ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، فكانت 0.68 وهي قيمة مرتفعة نسبياً وتدل على ثبات المقياس، ثم جمعت الدرجات لتعبر عن الدرجة الكلية لدرجة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية.

ب- قياس المتغيرات التابعة: تم إعداد قائمة تحتوي علي 82 عبارة يفترض أن محتواها يقيس معارف الريفيات بالغذاء الوظيفي، تغطي ثلاث مكونات هي: مفهوم الغذاء الوظيفي، محتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية المختلفة ومصادرها، وظائف الأغذية المختلفة

، وقد تم عرض المقياس في صورته المبدئية على عدد من المحكمين المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في مجال الطب البشري، والإرشاد الزراعي والمجتمع الريفي والاقتصاد المنزلي وطلب من كل محكم أن يوضح رأيه في كل عبارة من حيث صلاحيتها تماماً أو صلاحيتها إلي حد ما أو عدم صلاحيتها لقياس معارف الريفيات بالغذاء الوظيفي، وقد تم الإختيار النهائي للعبارات طبقاً لما أقره عشرة محكمين على الأقل لصلاحيتها تماماً. وقد تم استبعاد العبارات التي لت تحظي بموافقة 75% علي الأقل من المحكمين، وبعد اعداد الإستمارة في صورتها المبدئية تم تطبيقها ميدانياً بإجراء مقابلات شخصية مع ثلاثين مبحوثة من قرينتي برما، تلبنت قيصر تم اختيارهن بطريقة عشوائية وذلك للتأكد من وضوح الأسئلة وفهمها من قبل المبحوثات، وملاءمة الوقت اللازم لملي الإستمارة، وللتوصل إلي الدلالة الإحصائية تاخاصة بثبات المقياس في صورته النهائية إستخدم معامل ثبات ألفا كرونباخ، وقد بلغت قيمته 0.93 ويعتبر هذا دليلاً قوياً علي ثبات المقياس، وبحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس وجد أنه يساوي 0.96 ويعتبر هذا معامل صدق مرتفع لهذا 41,69% من المبحوثات اتجهن نحو الأغذية الصحية محايد.

جدول رقم 1: توزيع المبحوثات وفقاً لخصائصهن الشخصية

المتغيرات المستقلة		المتغيرات المستقلة	
العدد ن=367	%	العدد ن=367	%
- مصادر المعلومات الغذائية		- سن المبحوثة	
179	48,77	53	14,44
119	32,43	232	63,22
64	18,80	82	22,34
-التعرض الإعلامي		- المستوي التعليمي للمبحوثة	
160	43,60	136	37,06
166	45,33	69	38,69
41	11,17	89	24,25
-المرونة الذهنية		-عمل المبحوثة	
116	31,61	174	47,4
202	55,04	49	13,2
49	13,35	45	12,3
-قيادة الرأي		9	33
200	54,50	66	18
139	37,87	نوع الأسرة	
28	7,63	166	45,2
- درجة المشاركة الإجتماعية غير الرسمية		201	54,8
54	14,71	بسبب	
91	24,80	ممتدة	
222	60,49	الدخل الشهري لأسرة المبحوثة	
- درجة الإنفتاح الجغرافي		منخفض (500- 2600) جنيه	
146	39,78	متوسط (2700- 4800) جنيه	
156	42,51	مرتفع (4900) جنيه فأكثر	
65	17,71	-المنفق من الدخل علي الغذاء	
-الاتجاه نحو الأغذية الصحية		منخفض(400- 1900) جنيه	
118	32,15	متوسط (1900- 3500) جنيه	
153	41,69	مرتفع (3500) جنيه فأكثر	
96	26,16	-مستوي المسكن	
		منخفض(19-26) درجة	
		متوسط(27- 34) جنيه	
		مرتفع(35 درجة فأكثر)	
		17,44	64

المبحوثات على معرفة بمفهوم الغذاء الوظيفي وهو: غذاء طبيعي أو مصنع (بإضافة أو استبعاد أو استبدال بعض العناصر)، ليقوم بوظائف وقائية أو علاجية، علاوة على المحتوى والقيمة الغذائية له.، بينما 45.23% منهن لا يعرفن بمفهوم الغذاء الوظيفي، في حين أن 50.14% من المبحوثات على معرفة خاطئة بمفهوم الغذاء الوظيفي، وهكذا يتضح أن الغالبية العظمى من المبحوثات لا يعرفن ولديهن معرفة خاطئة بمفهوم الغذاء الوظيفي.

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

2-المعرفة بمحتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية المختلفة ومصادرها:

يتضح من جدول رقم (3) أن 44.69% من المبحوثات يقعن في فئة المستوى المعرفي المنخفض، بينما 40.87% منهن يقعن في فئة المستوى المعرفي المتوسط ، في حين أن 14.44% من المبحوثات يقعن في فئة

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

8- النتائج ومناقشتها

أسفر البحث عن النتائج التالية:

أولاً: معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي:

1-المعرفة بمفهوم الغذاء الوظيفي: يعرض جدول رقم (2) توزيع أفراد العينة البحثية وفقاً لمستوي معارفهم بالغذاء الوظيفي، ومن الجدول يتضح أن 4.63% فقط من جدول رقم 1: توزيع المبحوثات وفقاً لمستوى معرفتهن بمفهوم الغذاء الوظيفي

المستويات المعرفية	العدد	النسبة المئوية
نعم	17	4.63
لا أعرف	166	45.23
لا	184	50.14
الإجمالي	367	100

الجدول يتضح أن نسبة المبعوثات اللائى أجبن إجابات سليمة تختلف من عبارة لأخرى كالتالى:

وقع منوال إجابات المبعوثات فى فئة الإجابة الصحيحة لثلاث عبارات هى "يتميز كلاً من البيض والحليب بمحتوى فقير بالكالسيوم"، و"لا يحتوى الجزر على فيتامين أ"، و"الشاي الأخضر به العديد من الفيتامينات والمعادن" بنسب 47.1%، 63.8%، 42.5% على الترتيب، بينما وقع منوال إجابات المبعوثات فى فئة الإجابة الخاطئة لأربع عبارات هى "بذور عباد الشمس واللوز والسبانخ تحتوى علي نسبة كبيرة من فيتامين هـ"، و"الزبادى ذو محتوى منخفض من البكتريا النافعة (البروبيوتك)"، و"البصل والثوم من الأغذية الغنية بألياف (البريبايوتك)"، و"فول الصويا من الأطعمة المحتوية على البروتين الحيوانى" بنسب 52.6%، 49.3%، 58.6%، 65.1% على الترتيب، فى حين وقع منوال إجابات المبعوثات فى فئة لا أعرف لباقي العبارات.

المستوى المعرفى المرتفع ، وهكذا يتضح أن أكثر من خمسى المبعوثات يعقن فئة المستوى المعرفى المنخفض بمحتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية المختلفة ومصادرها.

جدول رقم 3: توزيع المبعوثات وفقاً لمستوى معرفتهن بمحتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية المختلفة ومصادرها

المستويات المعرفية	العدد	النسبة المئوية
منخفض (22-36) درجة	164	44.69
متوسط (37-51) درجة	150	40.87
مرتفع (52 درجة فأكثر)	53	14.44
الإجمالى	367	100

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

-توزيع إجابات المبعوثات علي عبارات المعرفة بمحتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية ومصادرها:

يعرض جدول رقم (4) توزيع إجابات المبعوثات علي عبارات المعرفة بمحتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية ومصادرها، ومن بيانات

جدول رقم 4: توزيع إجابات المبعوثات علي بنود المعرفة بمحتوى الأغذية الوظيفية من بعض المكونات والعناصر الغذائية ومصادرها

المكون الوظيفي	العبارات	المعرفة	
		صح %	خطأ %
أ-الكاروتينات	1. الفواكه والخضروات (ذات الألوان المختلفة) تمد الجسم بالكاروتينات	65	36
ب-الألياف الغذائية	2. يحتوي العصير الأخضر(الخيار- الكرفس- التفاح) علي العديد من الألياف الغذائية	29	59
ج-الأحماض الدهنية	3. *خبز القمح الكامل لا يحتوى على الألياف	116	64
الأيزوسيانات	4. سمك السلمون والتونة يمد الجسم باحتياجاته من أوميغا 3	58	132
المعادن	5. المكسرات وبذر الكتان غنية بأوميغا 3	62	141
	6. القرنبيط واللفت والفجل من الأغذية المحتوية على عنصر الكبريت	77	123
	7. الفول والعدس والحمص من الأغذية الغنية بالزنك.	60	121
	8. ضرورة تناول اللحوم الحمراء لاحتوائها علي الحديد	32	132
	9. الموز من الفاكهة التي تمد الجسم باحتياجاته من الماغنسيوم.	112	70
	10. *الماكولات البحرية لا تحتوى على عنصر النحاس	93	113
	11. *يتميز كلاً من البيض والحليب بمحتوى فقير بالكالسيوم	160	135
الفيتامينات	12. *لا يحتوى الجزر على فيتامين أ	118	173
	13. الشاي الأخضر به العديد من الفيتامينات والمعادن	156	67

59.4	218	7.1	26	33.5	123	14. الأسماك والبقوليات والفواكه الحمضية محتوية على نسبة كبيرة من فيتامين ب6	
51.5	189	34.9	128	13.6	50	15. البنجر من الأغذية المحتوية علي حمض الفوليك	
53.7	197	صفر	صفر	46.3	170	16.*الجوافة من الفاكهة الفقيرة بفيتامين ج	
67.3	247	32.7	120	صفر	صفر	17. صفار البيض والزبد من الأغذية الغنية بفيتامين	
22.9	84	52.6	193	24.5	90	18. بذور عباد الشمس واللوز والسبانخ تحتوى علي نسبة كبيرة من فيتامين هـ	
23.7	87	27	99	49.3	181	19.*الزبادى ذو محتوى منخفض من البكتريا	البروبيوتك
20.4	75	58.6	215	21	77	20. البصل والثوم من الأغذية الغنية بالياف (البريبايوتك)	البريبايوتك
26.2	96	8.7	32	65.1	239	21.*فول الصويا من الأطعمة المحتوية على البروتين الحيوانى	بروتين الصويا
55.6	204	34	125	10.4	38	22. فول الصويا ذو محتوى عالى من الفيتامينات والمعادن الهامة للجسم	

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

المبوحثات فى فئة الإجابة الخاطئة لثلاث عبارات وهى "البرتقال والجريب فروت يدعما جهاز المناعة"، و"العصير المدعم باللبن يساهم فى الإصابة بهشاشة العظام"، و"الفواكه الحمضية (كالليمون) تدمر خلايا الدم البيضاء" وذلك بنسب 39.5%، 44.7%، 40.3% على الترتيب. ووقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة لا أعرف لثلاث عبارات أيضاً وهى "الطماطم تقى من سرطان البروستاتا"، و"الخضر والفاكهة ذات الألوان البراقة مفيدة لتقليل الإصابة بأمراض الشبكية عند تقدم العمر"، و"الفواكه المجففة (المشمش والتين والزبيب) تقلل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية" وذلك بنسب 62.9%، 45.2%، 51.5% على الترتيب. أما بالنسبة للألياف الغذائية: وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة لا أعرف لأربع عبارات هى "نخالة القمح من مسببات الإمساك وعسر الهضم"، و"الشوفان مهم لتقليل الإصابة بأمراض القلب التاجية"، و"قشور الفاكهة والخضروات تشعر بالشبع لفترة طويلة"، و"الحبوب الكاملة والبقوليات مفيدة لتقليل الإصابة بأمراض القلب والسكر" وذلك بنسب 41.7%، 49.3%، 49%، 58% على الترتيب، بينما وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة الخاطئة بالنسبة لباقي العبارات. وبالنسبة للأحماض الدهنية: وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة الصحيحة لعبارة واحدة هى "السمن الصناعى يقلل فرص الإصابة بالنوبات القلبية والسكتة الدماغية" وذلك بنسبة 46.9%، بينما وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة الخاطئة لعبارتين هما "زيت الزيتون لتقليل الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية"، و"زيت النخيل من الزيوت المفيدة للقلب والشرايين" وذلك بنسب 52.6%، 58% على الترتيب، فى حين وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة لا أعرف لباقي العبارات. وبالنسبة للأيزوسيانيدات والمعادن: وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة الصحيحة لثلاث عبارات هى "اللحوم الحمراء والبيض لتقليل الشعور بالتعب ومعالجة الأنيميا"، و"الإفراط فى

3-المعرفة بوظائف الأغذية الوظيفية:

يتضح من جدول رقم (5) أن 51.5% من المبوحثات يقعن فى فئة المستوى المعرفى المنخفض، بينما 38.96% منهن يقعن فى فئة المستوى المعرفى المتوسط ، فى حين أن 9.54% من المبوحثات يقعن فى فئة المستوى المعرفى المرتفع ، وهكذا يتضح أن أكثر من نصف المبوحثات يقعن فى فئة المستوى المعرفى المنخفض بوظائف الأغذية الوظيفية. جدول رقم (5): توزيع المبوحثات وفقاً لمستوى معرفتهن بوظائف الأغذية الوظيفية

المستويات المعرفية	العدد	النسبة المئوية
منخفض (59-98) درجة	189	51.5
متوسط (99-138) درجة	143	38.96
مرتفع (139) درجة (أكثر)	35	9.54
الإجمالى	367	100

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

-توزيع إجابات المبوحثات علي عبارات المعرفة بوظائف الأغذية:

يعرض جدول (6) توزيع إجابات المبوحثات على عبارات المعرفة بوظائف الأغذية الوظيفية ومن بيانات الجدول يتضح أن نسبة المبوحثات اللائى أجبن إجابات سليمة تختلف من عبارة لأخرى كالتالى:

بالنسبة للكروتينات: وقع منوال إجابات المبوحثات فى فئة الإجابة الصحيحة لثلاث عبارات هى "الجزر يقيوى النظر"، و"العصير الأخضر (الخيار- الكرفس- التفاح) لإمداد الجسم بالطاقة قبل ممارسة الرياضة"، و"عصير البنجر للوقاية من الأنيميا" وذلك بنسب 44.7%، 45.8%، 39.8% على الترتيب، كما وقع منوال إجابات

تناول ملح الطعام لا يسبب ارتفاع ضغط الدم"، و"من أهم أسباب كسور العظام وضعف الأسنان نقص تناول الألبان" وذلك بنسب 40.8%، 49.3%، 44.7% على الترتيب بينما وقع منوال إجابات المبحوثات في فئة الإجابة لا أعرف لباقي العبارات. وبالنسبة للفيتامينات: وقع منوال الإجابات المبحوثات في فئة العبارة الخاطئة لست عبارات هي "الدواجن والأسماك أغذية مساعدة في النمو الطبيعي للمخ"، و"تناول سمك السلمون من مسببات فقر الدم" و"التونة من الأغذية المهمة لنمو دماغ الجنين أثناء الحمل"، و"البنجر من مسببات فقر الدم"، و"الشيكلات الداكنة تقلل التركيز والإدراك"، و"فيتامين ه المضاد لبعض العوائق للمساعدة في اصلاح عيوب البشرة وتقليل التجاعيد" وذلك بنسب 55%، 44.7%، 53.4%، 54.8%، 42.5%، 42.05% على الترتيب، بينما وقع منوال إجابات المبحوثات في فئة الإجابة لا أعرف لباقي العبارات. أما بالنسبة للبروبيوتك والبريبايوتك وبروتين الصويا: وقع منوال إجابات المبحوثات في فئة الإجابة الصحيحة لعبارة واحدة هي "عسل النحل على الريق مهم لتقوية المناعة" بنسبة 48.8%، بينما وقع منوال إجابات المبحوثات في فئة الإجابة الخاطئة لخمس عبارات هي "الزبادى للتقليل من آلام القولون العصبي وتحسين المزاج"، و"مخلل اللفت والكرنب للمساعدة في عملية هضم الطعام"، و"الحليب والعصائر المخمرة أغذية آمنة لمن يعانى من أعراض القولون وآلام البطن" و"تناول الفواكه والخضروات تقلل عملية الهضم وتسبب الإمساك"، و"حليب الصويا المدعم بالكالسيوم للأشخاص الذين يعانون من حساسية الحليب" وذلك بنسب 42%، 41.4%، 42.8%، 50.1%، 51.2% على الترتيب، فى حين وقع منوال إجابات المبحوثات فى فئة لا أعرف لباقي العبارات.

جدول رقم 6: توزيع إجابات المبحوثات علي بنود المعرفة بوظائف الأغذية الوظيفية

المكون الوظيفي	العبارات	المعرفة					
		صح %	خطأ %	لا أعرف %	%		
الكاروتينات	1. الجزر بيقوى النظر	164	44.7	148	40.3	55	15
	2. الطماطم تقى من سرطان البروستاتا	37	10.1	99	27	231	62.9
	3. البرتقال والجريب فروت يدعم جهاز المناعة	70	19.1	145	39.5	152	41.4
	4. *العصير المدعم باللبن يساهم في الإصابة بهشاشة العظام	164	44.7	61	16.6	142	38.7
	5. الخضار والفاكهة ذات الألوان الباردة مفيدة لتقليل الإصابة بأمراض الشبكية عند تقدم العمر	68	18.5	133	36.2	166	45.2
	6. *الفواكه الحمضية (كالليمون) تدمر خلايا الدم البيضاء	148	40.3	146	39.8	73	19.9
	7. العصير الأخضر (الخيار - الكرفس - التفاح) لإمداد الجسم بالطاقة قبل ممارسة الرياضة	62	16.9	168	45.8	137	37.3
	8. عصير البنجر للوقاية من الأنيميا	146	39.8	133	36.2	88	24
الألياف الغذائية	9. الفواكه المجففة (المشمش والتين والزبيب) تقلل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية	32	8.7	146	39.8	189	51.5
	10. *نخالة القمح من مسببات الإمساك وعسر الهضم	111	30.2	103	28.1	153	41.7
	11. الشوفان مهم لتقليل الإصابة بأمراض القلب التاجية	88	24	98	26.7	181	49.3
	12. قشور الفاكهة والخضروات تشعر بالشبع لفترة طويلة	98	26.7	89	24.3	180	49
	13. الحبوب الكاملة والبقوليات مفيدة لتقليل الإصابة بأمراض القلب والسكر	101	27.5	53	14.4	213	58
	14. الحرص علي تناول الأرز البني للحفاظ على مستويات السكر في الدم	106	28.9	181	49.3	80	21.8
	15. الخبز المدعم بالحديد والفيتامينات للوقاية من الإصابة بفقر الدم	20	5.4	195	53.1	152	41.4
	16. *الأفوكادو تزيد من الإصابة بالبوراسير	164	44.7	84	22.9	119	32.4
	17. مزيج الشوفان والزيادي يساعد على فقدان الوزن بسهولة	60	16.3	194	52.9	113	30.8
	18. *دقيق الشوفان غير مفيد في خفض مستويات الكوليسترول الضار	192	52.3	73	19.9	102	27.8
	19. * دقيق الأبيض يحسن الصحة ويقلل الأمراض	179	48.8	81	22.1	107	29.2
	20. زيت الزيتون لتقليل الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية	64	17.4	193	52.6	110	30
	21. *زيت النخيل من الزيوت المفيدة للقلب والشرابين	213	58	28	7.6	126	34.3
	22. * سمك التونة والسلمون يزيد الإصابة بالتهاب المفاصل	108	29.4	17	4.6	242	65.9
	23. زيت بذور الكتان للحفاظ على صحة القلب والعين	70	19.1	58	15.8	239	65.1
	24. * تناول المكسرات يرفع مستوى الكوليسترول الضار (LDL)	130	35.4	32	8.7	205	55.9
25. * السمن الصناعي يقلل فرص الإصابة بالنوبات القلبية والسكتة الدماغية	147	40.1	172	46.9	51	14	
الأيزوسيانات	26. الحرص علي تناول القرنبيط والفجل واللفت يقي من سرطان الثدي والقولون	68	18.5	148	40.3	151	41.1
	27. الكيوى لتثبيط عمل الخلايا السرطانية	71	19.3	137	37.3	159	43.3
	28. العدس والحمص لتقوية جهاز المناعة	76	20.7	117	31.9	174	47.4
المعادن	29. اللحوم الحمراء والبيض لتقليل الشعور بالتعب ومعالجة الأنيميا	150	40.8	140	38.2	77	21
	30. الفاصوليا والحبوب الكاملة تقلل الإصابة بالتجاعيد والشيب المبكر	37	10.1	136	37.1	194	52.9
	31. *الحرص على تناول اللحوم والكبد يسبب هشاشة العظام	127	34.6	82	22.3	158	43.1
	32. سمك التونة والسردين لتعزيز نمو الشعر	112	30.5	108	29.4	147	40.1

47.4	174	22.9	84	29.7	109	33. الموز لتنظيم ضغط الدم والمحافظة على سلامة القلب	
10.1	37	49.3	181	40.6	149	34. *الإفراط في تناول ملح الطعام لا يسبب ارتفاع ضغط الدم	
15	55	40.3	148	44.7	164	35. من أهم أسباب كسور العظام وضعف الأسنان نقص تناول الألبان	
51	187	16.1	59	33	121	36. الجزر والبطاطا للمساعدة في تقوية جهاز المناعة	الفيتامينات
37.3	137	55	202	7.6	28	37. الدواجن والأسماك أغذية مساعدة في النمو الطبيعي للمخ	
29.4	108	25.9	95	44.7	164	38. *تناول سمك السلمون من مسببات فقر الدم	
28.9	106	53.4	196	17.7	65	39. التونة من الأغذية المهمة لنمو دماغ الجنين أثناء الحمل	
31.3	115	13.9	51	54.8	201	40. *البنجر من مسببات فقر الدم	
39.2	144	18.3	67	42.5	156	41. *الشيكلاته الداكنة تقلل التركيز والإدراك	
45	165	42.2	155	12.8	47	42. الفراولة لسهولة امتصاص الحديد وتخزينه	
50.4	185	5.7	21	43.9	161	43. *تناول الفواكه والخضروات يزيد فرص الإصابة بسرطان الثدي	
72.2	265	23.2	85	4.6	17	44. الفلفل الألوان لتدعيم جهاز المناعة	
61.3	225	25.3	93	13.4	49	45. * الخضروات الورقية للوقاية من نزيف اللثة وضعف التنام الجروح	
52.3	192	41.1	151	6.5	24	46. الحليب والعصائر المدعمة بفيتامين د للمساعدة في تكوين عظام قوية	
42.2	155	21	77	36.8	135	47. *تناول أسماك السردين من أسباب لين وهشاشة العظام	
39.8	146	42.5	156	17.7	65	48. فيتامين هـ المضاف لبعض العصائر للمساعدة في اصلاح عيوب البشرة وتقليل التجاعيد	
36.2	133	42	154	21.8	80	49. الزبادي للتقليل من آلام القولون العصبي وتحسين المزاج	البروبيوتك
36.5	134	41.4	152	22.1	81	50. مخال اللفت والكرنب للمساعدة في عملية هضم الطعام	
38.7	142	42.8	157	18.5	68	51. الحليب والعصائر المخمرة أغذية آمنة لمن يعاني من أعراض القولون وآلام البطن	
40.1	147	9.8	36	50.1	184	52. *تناول الفواكه والخضروات تقلل عملية الهضم وتسبب الإمساك	البريبايوتك
40.6	149	22.9	84	36.5	134	53. البصل والثوم والكرات للحفاظ على صحة الجهاز المناعي	
36.5	134	31.6	116	31.9	117	54. دقيق الشوفان والشعير لتقليل مستوى الكوليسترول الضار وأمراض القلب التاجية	
43.6	160	25.1	92	31.3	115	55. بذور الكتان لتقليل الإمساك والانتفاخ	
48.2	177	34.6	127	17.2	63	56. *القرنبيط يقلل المناعة ويزيد نمو الخلايا السرطانية	
39.8	146	11.4	42	48.8	179	57. عسل النحل على الريق مهم لتقوية المناعة	
46.9	172	39	143	14.2	52	58. *الإستخدام المفرط لبروتين الصويا يقي من الإصابة بسرطان الثدي	بروتين الصويا
41.1	151	51.2	188	7.6	28	59. حليب الصويا المدعم بالكالسيوم للأشخاص الذين يعانون من حساسية الحليب	

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

النسبة المئوية	العدد	المستويات المعرفية
50.14	184	منخفضة (82-137) درجة
38.69	142	متوسطة (138-193) درجة
11.17	41	مرتفعة (194) درجة فأكثر
100	367	الإجمالي

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية

4-المعرفة بالغذاء الوظيفي إجمالاً:

يتضح من جدول رقم (7) أن 50.14% من المبحوثات ذو مستوى معرفي منخفض بالغذاء الوظيفي، بينما 38.69% من المبحوثات في المستوى المعرفي المتوسط، في حين أن 11.7% منهن في المستوى المعرفي المرتفع. وهكذا يتضح أن أكثر من نصف المبحوثات يقعن في المستوى المعرفي المنخفض بالغذاء الوظيفي. (شكل رقم 7).

جدول رقم 7: توزيع المبحوثات وفقاً لمستوى معرفتهن بالغذاء الوظيفي إجمالاً

المتغيرات المستقلة	قيمة معامل الارتباط البسيط
سن المبحوثة	-0,441**
-المستوى التعليمي للمبحوثة	0,351**
- عدد الأبناء في أسرة المبحوثة	0,019
- الدخل الشهري لأسرة المبحوثة	0,367**
- المنفق من الدخل على الغذاء	0,073
-مستوى المسكن	0,005
-مصادر المعلومات الغذائية	0,218**
-التعرض الإعلامي	0,200**
-المرونة الذهنية	0,136**
قيادة الرأي	0,041
درجة المشاركة الإجتماعية غير الرسمية	0,044
درجة الانفتاح الجغرافي	0,144**
-الإتجاه نحو الأغذية الصحية	0,157**

المصدر : جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية** عند

مستوي معنوية1% * عند مستوي معنوية5% عند

2-اختبار "ت" للفروق بين متوسطات درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي عند تصنيفهن وفقاً لمتغير نوع الأسرة.

يتضح من جدول رقم (9) أن متوسطات درجات معارف المبحوثات بلغت (154,20، 150,92) درجة بإنحراف معياري قدره (30,89، 33,71) درجة لكلاً من: الأسرة البسيطة، والأسرة الممتدة على الترتيب. وكانت قيمة "ت" المحسوبة 0,96 وهي قيمة غير معنوية عند أي مستوى إحصائي، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية في متوسطات درجات معارف المبحوثات تبعاً لنوع الأسرة.

3- اختبار "ف" لإختبار معنوية الفروق بين متوسطات درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً عند تصنيفهن وفقاً لمتغير عمل المبحوثة:

توضح نتائج جدول (10) أن متوسطات درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي بلغت (145,62، 154,58، 155,73، 158,88، 162,11) درجة بإنحراف معياري قدره (28,22، 32,01، 35,85، 32,58، 37,36) درجة لكل من: لاتعمل، تعمل بالزراعة، أعمال حرفية، أعمال حرة، موظفة علي الترتيب، وكانت قيمة ف المحسوبة 4,15 وهي قيمة معنوية إحصائياً عند مستوى 0,01 مما يدل على وجود فروق معنوية بين متوسطات درجات معارف المبحوثات

ثانياً: العلاقات الثنائية بين المتغيرات المستقلة المدروسة وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً:

1- نتائج معاملات الارتباط البسيط بين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي وخصائصهن المختلفة محل الدراسة.

يتضح من جدول رقم (8) أن هناك علاقة ارتباطية معنوية موجبة عند المستوي الإحصائي 01 بين كل من: المستوى التعليمي للمبحوثة، الدخل الشهري لأسرة المبحوثة، مصادر المعلومات الغذائية، التعرض الإعلامي، المرونة الذهنية، الانفتاح الجغرافي، الإتجاه نحو الاغذية الصحية وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً حيث بلغت قيم معاملات الارتباط البسيط لكل منهم (0,351، 0,367، 0,218، 0,200، 0,144، 0,136، 0,176، 0,157) علي الترتيب، بينما تبين أن هناك علاقة ارتباطية معنوية سالبة عند المستوى الإحصائي 0.01 بين سن المبحوثة وبين درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط البسيط (-0,441)،

في حين تبين عدم وجود علاقة ارتباطية بين عدد الأبناء في أسرة المبحوثة، المنفق من الدخل علي الغذاء، مستوي المسكن، قيادة الرأي، درجة المشاركة الإجتماعية غير الرسمية، ودرجة الإنفتاح الجغرافي وبين درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً حيث بلغت قيم معامل الارتباط البسيط لكل منهم (0,019، 0,073، 0,005، 0,041، 0,044) علي الترتيب وهي قيم غير معنوية عند أي مستوي احتمالي. وعليه نستطيع رفض الفرض الصفري (الأول) جزئياً وقبول الفرض البحثي (الأول).

جدول رقم 8: قيم معاملات الارتباط البسيط بين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً وخصائصهن المختلفة محل الدراسة

المتغير التابع	المتغير المستقل (المجموعات)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة
معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً	بسيطة	154,20	30,89	0,96
	ممتدة	150,92	33,71	

المصدر : جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية** عند

مستوي معنوية1% * عند مستوي معنوية5%

ترجع إلي أن المبحوثة تكتسب من خلال التعليم قدرات معرفية تمكنها من استجلاء الحقائق وفهم الأمور والحكم عليها بموضوعية، والاطلاع علي كافة مصادر المعلومات الخاصة بتغذية أسرتها، وبالتالي تكتسب كم من المعارف في مجالات المعرفة التي تقع في حيز إهتمامها.

وأنتوفر الإمكانيات المادية للمبحوثة والمتمثلة في الدخل الشهري لأسرهن يزيد من تحقيق الأمان الاقتصادي وتقدير الآخرين، وكلما زاد تعرضها لثقافات مغايرة ومعرفة ما يدور حولها (التعرض الإعلامي لوسائل الإعلام المختلفة)، ودرجة استعدادها الذهني للتوافق مع الأفكار الجديدة، والإسراع باتباعها (المرونة الذهنية)، وزاد انفتاحها الجغرافي وتفاعلها واحتكاكها بالآخرين والذي يساعد علي تبادل الرموز والمعاني، إضافة إلي أن مهنة الفرد تضيف إليه بعض المعارف والمعلومات في مختلف جوانب الحياة، ويساعد ذلك علي جعلها أكثر وعياً وإدراكاً لأهميه وخطورة تأثير الغذاء علي الصحة، وبالتالي حرصها علي التزود المعرفي المتعلق بالغذاء الوظيفي.

ثالثاً: العلاقات الارتباطية المتعددة والإنحدارية بين المتغيرات المستقلة المدروسة مجتمعة ودرجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً.

أوضحت النتائج الواردة بجدول رقم (11) أن متغيرات (سن المبحوثة، المستوى التعليمي للمبحوثة، المستوى التعليمي للزوج، متوسط المستوى التعليمي للأبناء، عدد الأبناء في أسرة المبحوثة، الدخل الشهري لأسرة المبحوثة، المنفق من الدخل على الغذاء، حيازة الأرض الزراعية لأسرة المبحوثة، المقتنيات الأسرية، مستوى المسكن، حجم الحيازة الحيوانية لأسرة المبحوثة، مصادر المعلومات الغذائية، التعرض الإعلامي، المرونة الذهنية، قيادة الرأي، درجة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية، درجة الانفتاح الجغرافي، الوعي الغذائي الصحي، الإتجاه نحو الأغذية الصحية) مجتمعة ترتبط بدرجة معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي بمعامل ارتباط متعدد قدره 0,576 وهي قيمة تثبت معنوية النموذج إحصائياً عند المستوى الاحتمالي 0,01 استناداً إلى قيمة

بالغذاء الوظيفي تبعاً لعمل المبحوثة. وأن المبحوثات الموظفات هن الأكثر معرفة بالغذاء الوظيفي. وعليه نستطيع رفض الفرض الصفري (الثاني) جزئياً وقبول الفرض البحثي (الثاني).

جدول رقم 10: نتائج اختبار "ف" لإختبار معنوية الفروق بين متوسطات درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً عند تصنيفهن وفقاً لمتغير عمل المبحوثة،

المتغير التابع	المتغير المستقل	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف
معارف المبحوثات	عمل المبحوثة	لا تعمل	17	145,17	28,2	4,15
		تعمل	49	154,49	2	**
		بالزراعة	1	58	32,0	
		أعمال حرفية	45	155,45	35,8	
		أعمال حرة	33	158,33	5	
		موظفة	66	162,66	32,5	
				88	8	
				37,3	11	
				6		

المصدر : جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية ** عند

مستوي معنوية 1% * عند مستوي معنوية 5%

هذه النتائج مؤداها أن :-

العلاقة السالبة المعنوية بين السن، وعدد أفراد الأسرة المعيشية وبين معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي ترجع إلي أن هذا المجال حديث يحتاج فرد يتسم بالحيوية والنشاط الذي يتبعه سعي إيجابي لطلب الخبرات وجمع المعلومات وتحصيل المعارف عن كل ما يضمن الحفاظ علي صحة أسرته، وذلك يعكس الأفراد كبار السن يتسموا بقلّة السعي أو التطلع للحصول علي المعلومات والمعارف (كاسيدي، غروسمان، 2011، ص17). إضافة إلي أن زيادة عدد أفراد الأسرة (الأسرة غير البسيطة) تزيد الإحتياجات الغذائية والمتطلبات المعيشية لتلك الأفراد، فتتجه المبحوثة إلي سد احتياجاتهن الأسرية الغذائية المتعددة بغض النظر عن نوع ذلك الغذاء.

(ف) التي تبلغ 13,47. وعليه نستطيع رفض الفرض الصفري (الثالث) وقبول الفرض البحثي (الثالث).

جدول رقم 11: نتائج التحليل الإنحداري المتعدد التدريجي الصاعد بين المتغيرات المستقلة المدروسة وبين درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي إجمالاً.

وهذه المتغيرات مرتبة تنازلياً وفقاً للقيمة المطلقة لمعامل الانحدار الجزئي المعياري يتضح أن متغير سن المبحوثة بلغ 0,366 ويحتل المرتبة الأولى من حيث التأثير على درجة معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي. وأن متغير المستوى التعليمي للمبحوثة بلغ 0,260 ويحتل المرتبة الثانية، وأن متغير التعرض الإعلامي بلغ 0,151 ويحتل المرتبة الثالثة، وأن متغير الإتجاه نحو الأغذية الوظيفية بلغ 0,147 ويحتل المرتبة الرابعة والأخيرة. وعليه نستطيع رفض الفرض الصفرى (الرابع) جزئياً وقبول الفرض البحثي (الرابع).

التوصيات: انطلاقاً مما أسفرت عنه نتائج البحث، وفي ضوء مقتضيات تحقيق الأهداف البحثية، فإن البحث انتهى إلي استخلاص التوصيات التالية:

1- تفعيل دور الجهاز الإرشادي بمنطقة البحث من خلال إمداد الريفيات بالمعلومات الصحية المتعلقة بالغذاء الوظيفي خاصة أن 88,83% من أفراد العينة البحثية قد مثلن في فئتي المستوى المعرفي المنخفض والمتوسط وذلك من خلال استخدام الطرق الإرشادية الإتصالية المناسبة للريفيات.

2- إزاء ما أوضحتها النتائج من وجود علاقة معنوية بين معارف الريفيات بالغذاء الوظيفي ومتغيرات السن، والمستوى التعليمي للمبحوثة، ومصادر المعلومات الغذائية، والتعرض لإعلامي، والمرونة الذهنية، والاتجاه نحو الأغذية الصحية يتضح أهمية إعداد برامج إرشادية وتنموية متخصصة في مجالاً لغذاء الوظيفي توجه للريفيات لتوعيتهم وتنمية معلوماتهم بأهميه الغذاء السليم للحفاظ علي صحة أسرهن، فالصحة والتغذية وجهان لعملة واحدة من خلال استخدام طرق ووسائل متعددة تتلاءم وخصائصهن.

المراجع

-إبراهيم، ميادة الشوافي عوض، (2007)، وعي المرأة الريفية بالغذاء الصحي في بعض قري محافظة كفر الشيخ، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة الأزهر.

-الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء،

<http://www.capmas.gov.eg> (2022).

-الحميري، أزهار أحمد، (2015)، الوعي الغذائي والتغذوي للنساء الريفيات في المنطقة الوسطى وعلاقته ببعض المتغيرات الذاتية، مجلة بابل للعلوم الصرفة والتطبيقية، العدد 1، المجلد 23.

-الزاهي، نهى السعيد حسن، فاطمة مصطفى حسن سعد، مهدية أحمد رمضان، (2015)، معارف الريفيات بالتوصيات الفنية للوقاية من أمراض سوء التغذية ببعض قري محافظة كفر الشيخ، مجلة الإسكندرية للبحوث الزراعية، المجلد 60، العدد 3، ص: 757-774.

المصرية، مجلة اتحاد الجامعات العربية للسياحة والضيافة (JAAUTH)، المجلد 18، العدد 2، ص: 270-288.

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار الجزئي المعياري	
	النموذج الكامل	النموذج المختزل
سن المبحوثة	-0,377**	-0,366**
-المستوى التعليمي للمبحوثة	0,267**	0,260**
-عدد الأبناء في أسرة المبحوثة	-0,000	
-الدخل الشهري لأسرة المبحوثة	0,001	
-المنفق من الدخل على الغذاء	0,012	
-مستوى المسكن	0,093	
-مصادر المعلومات الغذائية	0,030	
-التعرض الإعلامي	0,179**	0,151**
-المرونة الذهنية	0,027	
-قيادة الرأي	0,063	
-درجة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية	0,080	
درجة الانفتاح الجغرافي	0,127*	
-الإتجاه نحو الأغذية الصحية	0,139**	0,147**
قيم معامل الارتباط المتعدد R2	0,576	0,551
قيم معامل التحديد R2	0,332	0,304
قيمة (ف)	13,47**	39,46**

المصدر : جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية * عند مستوى معنوية 1% * عند مستوى معنوية 5%

كما تظهر النتائج أن قيمة معامل التحديد (R2) بلغت 0,332، مما يعني أن المتغيرات المستقلة مجتمعة تفسر حوالي 33.2% من التباين في المتغير التابع والمتمثل في درجات معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي.

وللوقوف على أكثر المتغيرات إسهاماً في تفسير التباين في درجة معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي قد تم استخدام نموذج تحليل الانحدار المتعدد التدرجي (step-wise) فبينت النتائج المعروضة بجدول رقم (11) أن هناك أربعة متغيرات تسهم إسهاماً معنوياً في تفسير التباين في درجة معارف المبحوثات بالغذاء الوظيفي -رمضان، إبراهيم السيد، (2020)، الأغذية الوظيفية ومدى تأثيرها في جذب العملاء لمؤسسات الضيافة

- IFT. (2005). Functional foods: Opportunities and challenges, Vol. 58, No. 12.
- John.R and Ankit. S. (2021), Review Article Functional Foods: Components, health benefits, challenges, and major projects, DRC Sustainable Future: Journal of Environment, Agriculture, and Energy, Vol. 2, No. 1, PP: 61-72.
- Krejcie, R V, Morgan, R W, (1970), Educational and Psychological Measurements. College Station, Durham North Carolina, USA, Vol.30 <http://www.kathima.com/2017/7>
- Lin, W, Lee, Y W, (2005), Nutrition knowledge, attitudes, and dietary restriction behaviour of Taiwanese elderly. *Asia Pac. J. Clin. Nutr.*, Vol. 14, No. 116, PP: 221-229.
- Liufu.J and Danik M. (2020), Review Article, FFC's Advancement of the Establishment of Functional Food Science, Functional Foods in Health and Disease, FFHD, Vol. 10, No. 8, PP: 344-356.
- Liufu.J and Danik M. (2020), Review Article, FFC's Advancement of the Establishment of Functional Food Science, Functional Foods in Health and Disease, FFHD, Vol. 10, No. 8, PP: 344-356.
- McLeod, E.R.; Campbell, K.; Hesketh, K.D, (2011), Nutrition Knowledge: A Mediator between Socioeconomic Position and Diet Quality in Australian First-Time Mothers. *J. Am. Diet. Assoc.*, Vol. 111, PP: 696-704. [CrossRef].
- Nelson, L, D. (2017), Functional foods sources, health effects and future perspectives. New York, NOVA.
- Ruamsup, J, Charoen, A, (2014), Knowledge, Awareness and Practice about Food and Nutrition of Adolescence in Muang District, Prachinburi Province, Faculty of Home Economics Technology, Rajamangala University of Technology PhraNakhon.
- سليمان، أماني إبراهيم، سعيد محمد فؤاد أحمد، هبه عبد الكريم فوزي، (2018)، المجلة المصرية للاقتصاد الزراعي، المجلد (28)، العدد (2)، يونيو (ب).
-عامر، أسماء فوزى عبد العزيز، (2014)، دراسة العوامل الاجتماعية والبيئية المرتبطة بسلوك الريفيات نحو العادات الغذائية ببعض قرى محافظة كفر الشيخ، رسالة دكتوراه، كلية الزراعة، جامعة المنصورة.
-فارس، معز الاسلام عزت، (2014)، دور الأغذية الوظيفية في الوقاية والعلاج من السمنة، قسم التغذية، كلية الصيدلة والعلوم الطبية، ResearchGate، جامعة البترا، عمان، الأردن.
-محمد، مروة كمال عبد الكريم، (2015)، تأثير الأغذية الوظيفية على معالجة اضطرابات الكبد الناجمة عن رابع كلوريد الكربون في الفئران، رسالة دكتوراه، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.
-منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة، FAO، <https://www.fao.org>. (2014)
- Ben Saad A, Ncib S, Rjeibi I, Saidi I, Zouari N, (2019), Nephroprotective and antioxidant effect of green tea (*Camellia sinensis*) against nicotine-induced nephrotoxicity in rats and characterization of its bioactive compounds by HPLC--DAD. *Appl Physiol Nutr Metab*, Vol. 44, No. 11, PP: 1134-1140.
- Function Foods, (2011), International Food Information Council Foundation, <http://foodinsight.org>
- Gibson G.R, Christine M.W, (2000), Functional foods Concept to product, wood head publishing limited, Cambridge England, CRC Press, Boca Raton Boston, New York, DC.
- Grubor B, Bojana K, Marko R, Miloš C. (2020), Functional Food- Supply and demand in a modern society, *Researches Review DGTH*, Vol. 149, No. 2. PP: 195-207, DOI: 10.5937/ZbDgth2002195G
- Haripriya A, Uma Mageshwari S, (2021), A study on Consumer's Knowledge, Attitude and Consumption pattern of Functional Foods and Nutraceuticals in Tamil Nadu, India, *Annals of R.S.C.B.*, ISSN: 1583-6258, Vol. 25, Issue 6, PP: 14686 - 14696 Received 25 April 2021; Accepted 08 May 2021.

Article, Food and Nutrition-Related Knowledge, Attitudes, and Practices among Reproductive-age Women in Marginalized Areas in Sri Lanka, *Int. J. Environ. Res. Public Health*, Vol. 17, No. 3985; doi:10.3390/ijerph17113985.

-World Health Organization (WHO). Non-Communicable Diseases Country Profiles,(2018),Available online:https://www.who.int/nmh/countries/2018/lka_en.pdf?ua=1

-Sharanyarani,D, Penchalaraju,M, (2016), A Review different types of functional foods and there health benefits, *International Journal of Applied And Natural Sciences*, Vol.5, No.3, PP:13-15.

- Waidyatilaka,I.;Lanerolle,P.;deSilva,A.;Wickremasinghe,R.;Somasundaram,N.;Atukoral a,S, (2019),DiabetesMellitus, Lifestyle and Nutrition in Urban Women: Need for Baseline Knowledge, Attitudes and PracticesGuidedPrograms.*HealthSci.*, Vol. 8, PP: 142–147.

-Weerasekara P C, Chandana RW, Ginigaddara GAS , Angelika P,(2020),

Rural Woman's Knowledge in Field of Functional Food in Gharbia Governorate

Ahmed Maher Elgohary¹, Abdel baky Mousa El-Shaib¹, Laila Hamad Elshenawy², Eman Mostafa Abdelmegeed², Enas Ahmad Attia²

¹ Department of Agriculture Extension, Faculty of Agriculture, Tanta University, Tanta, 31527, Egypt

² Agricultural Extension & Rural Development Research Institute, Agriculture Research center, Egypt

الملخص بالانجليزية

This research aimed mainly at studying rural women's knowledge of functional food in Gharbia Governorate. Marhoum locality, and Diffra from Tanta center; and the villages of Al-Haytam, and Shubra Babel from the center of Al-Mahalla Al-Kubra, and using the Krehcie, Morgan equation, a random sample of rural women was selected, consisting of 367 respondents from the total holders of agricultural lands in the four villages, which numbered 15643 holders and wives of holders, and the sample was distributed in the same proportion as the presence of these rural women in each village. Data were collected through a personal interview questionnaire during the months of December and January 2023, and frequencies, percentages, the arithmetic mean, Cronbach's alpha stability coefficient, Pearson's simple correlation coefficient, "T" and "F" tests, and the correlation and progressive multiple regression an The most important results were as follows: 1- Half of the respondents, 50.14% of the respondents, had a low level of knowledge about functional food in general. 2- There is a positive significant correlation at a probability level of 0.01 between each of: the educational level of the respondent, the monthly income of the respondent's family, sources of nutritional information, media exposure, mental flexibility, geographical openness, attitude towards healthy foods and between the knowledge of the respondents about functional food in general. 3- The variables (the age of the respondent, the educational level of the respondent, the number of children in the respondent's family, the monthly income of the respondent's family, the income spent on food, the level of housing, sources of nutritional information, media exposure, mental flexibility, opinion leadership, the degree of informal social participation , the degree of geographical openness, the trend towards healthy foods) together explain 33.2% of the variance in the knowledge of the respondents about functional food in general, and that the variables (the age of the respondent, the educational level of the respondent, media exposure, and the attitude towards functional food) alone contribute to explaining 30.4% of the variance in Respondents' knowledge of functional food in general.



**J.Sust.Agri.Env.Sci
(JSAES)**

Keywords: knowledge - rural women - functional food.