

**مقدمة البحث :**

تعتبر البدانة واحدة من أكثر مشكلات الصحة العالمية انتشاراً في الوقت الحاضر، ولكن لا يلتفت كثيرون إليها، لأن الحديث عن «سوء التغذية» غالباً ما ينحصر في قضايا الجوع، وضعف القدرة على توفير الاحتياجات الغذائية الأساسية، وفيما تشير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى معاناة 462 مليون إنسان بالغ حول العالم من نقص الوزن، فإن عدد من يواجهون مشكلات زيادة الوزن والسمنة بين البالغين كان 1.9 مليار شخص، ويضع تقرير «التغذية العالمي 2018»، الصادر عن منظمة «مبادرات التنمية»، زيادة الوزن والسمنة لدى البالغين والأطفال بين مؤشرات التغذية الأساسية التي لا تتفق مع التوجهات العالمية السليمة، وذلك إلى جانب نقص نمو الأطفال وهزالهم، وارتفاع الضغط الشرياني لدى البالغين، وفقر الدم الحاد، وزيادة استهلاك ملح الطعام، تعتبر البدانة والوزن الزائد من الأمور التي توفر البيئة الخصبة لحدوث العديد من الأمراض عامة والأمراض المزمنة خاصة، حيث تشير أغلب الدراسات والبحوث العلمية العربية والاجنبية أن البدانة والوزن الزائد عاملاً خطراً وذو أهمية كبيرة في التهيئة للإصابة بالعديد من الأمراض المزمنة خاصة السكري، الأمراض القلبية الوعائية وضغط الدم والتهاب المفاصل الضموري وبعض انواع السرطان، كما تشير بعض الدراسات والبحوث العلمية أن نسب إنتشار النقص في الوزن أو النحافة تمثل بيئة خصبة أيضاً إلي عدد من الامراض المزمنة مثل الانيميا ونقص عنصر الحديد والضعف العام وتساقط الشعر ومشاكل البشرة والجلد، وتؤدي أيضاً إلي ظهور علامات الجفاف علي الجسم بشكل عام.

Alison et al ..2005 Roberto et al2005 .. Ridderstra et al .2006 Carmen et al ..2007,

كما تلاحظ الباحثة من خلال العديد من الدراسات والبحوث العربية والاجنبية التي أجريت في معظم دول العالم أن هناك إرتفاعاً مطرداً في نسب إنتشار البدانة والوزن الزائد في العديد من المجتمعات، مما أدى إلى إرتفع نسب إنتشار تلك الأمراض المرتبطة بالبدانة وزيادة العبء المالي على الدول المعالجة تلك الأمراض، فيما أشارت التقارير العلمية إلى إرتفاع نسب ظهور البدانة والوزن الزائد لدى معظم شرائح واعداد المجتمع لاسيما الأطفال منهم ولدي الكبار.

الرحاحله والعرجان، 2004، العرجان والكيلاني، 2006، العرجان 2007 أ، العرجان، 2007 ب،

العرجان، 2007 ج (Batieha et al. 2008) Zindah Al. 1997 ..

أصبحت البدانة وباء خطراً ومن أهم المشاكل الصحية المنتشرة في المجتمعات العربية، وقد إنتشر هذا الوباء في جميع الفئات العمرية، حيث وصلت معدلات إنتشارها مرحلة حرجة، وبخاصة أن البدانة مرتبطة بالعديد من الامراض المزمنة، وتكاد تتشابه وتعدد العوامل المؤثرة في البدانة بشكل كبير، بحيث يكون من الصعب الحكم أن التغذية فقط أو ممارسة النشاط البدني لوحده مسؤول عن هذا المرض، هناك عوامل ثقافية وإجتماعية ونفسية وبيولوجية ووراثية وبيئية وحياتية تلعب دوراً في حدوث البدانة، وقد وجد أن التربية الاسرية لها دور في إنتشار البدانة، كما أن عادة تناول الاطعمة خارج المنزل وطول فترة مشاهدة التلفزيون، وقلة ممارسة النشاط البدني الرياضي لها تأثير إيجابي في زيادة الوزن. ( مصيقر 2003 )

وتعتبر الإصابة بارتفاع ضغط الدم من العوامل التي ترتبط بإصابة البدانة ، وأيضا ممارسة عادة التدخين ( الغيلاني وآخرون 2003 ، الجنيبي وآخرون 2005 ) ، ووجد أن البدانة مرتبطة بالافراط في الاستهلاك الغذائي الفردي ، حيث تأثرت البدانة بالعوامل الخطرة التي تمس النمط الاستهلاكي ، وذلك ما يوضحه ارتفاع نسبة الدهون في الوجبة اليومية ، وارتفاع تناول الوجبات السريعة ، وتطور المواد الغذائية المصنعة وإنتشار المطاعم السريعة في الوسط المدني ، كذلك يرتبك إنتشار السمنة إرتباطا وثيقا بالتمدن ، وتناول الاطعمة خارج المنزل . ( مصيقر وآخرون 2004 ، بلطيفة وآخرون ، 2002 )

وفي مجال العوامل الاخرى المرتبطة بزيادة الوزن والسمنة في دول الخليج العربي كوفرة وجود الخدم وقلة ممارسة النشاط البدني ( الغيلاني وآخرون ، 2003 )

كل هذه الامور أدت إلي مشكلة أو ظاهرة مقلقة في الاوساط الصحية وتبرز الجامعة العصرية كمؤسسة أكاديمية لا تجعل جل إهتمامها منصبا نحو الأهتمامات العلمية ولاكاديمية فقط بل يجب عليها الإهتمام بتطوير وتنمية كافة جوانب شخصية الإنسانية للطلاب والطالبات ، من خلال تفعيل مستوى مختلف أنواع الأنشطة التي تساهم في ترقية وتطوير شخصية الطالب من جميع جوانبها ، ومن بين تلك الجوانب الجانب الصحي الذي يستهدف إلى وقاية الطلاب والطالبات من الإصابة بالأمراض المختلفة ، فنتيجة لأهمية هذا الامر أجريت العديد من الدراسات على طلبة الجامعات بهدف تقييم مؤشرات البدانة والوزن الزائد ومحاولة التعرف على الانماط الغذائية والصحية والحركية السائدة بينهم بهدف وضع اليات وإستراتيجيات تساهم في التقليل من تلك الأنماط غير الاصلحية بينهم .

#### مشكلة البحث :

أضحت مشكلة البحث لدي الباحث من خلال حضورها ندوة علمية بعنوان «السمنة - العدو الأول للصحة العامة في الكويت» بمناسبة يوم السمنة العالمي والتي أقيمت بمركز العلوم الطبية بجامعة الكويت في الجابرية بحضور عدد من أعضاء هيئة التدريس وطلبة الكليات الطبية والمدارس والمهتمين بهذا الجانب، والتي نادى كافة الجهات المعنية لعلاج هذه الظاهرة والتدخل المبكر لتفادي الأضرار الناتجة مستقبلاً، موضحاً أن الإنفاق الصحي المحلي بلغ ما يقارب الملياري دينار في عام ( 2014 ) ، ومن المتوقع أن يقارب السبعة مليارات دينار في عام ( 2040 ) ، كما أوضحت الاحصائيات أنه في ما يخص الشرق الأوسط فإن السمنة انتشرت بنسبة 37 في المئة بين عامي ( 1980 إلى 2015 ) ، واليوم يعاني واحد من كل خمسة بالغين من السمنة المفرطة، وسجلت الكويت وقطر أعلى مستوى في انتشار السمنة لدى الأطفال والبالغين ، كما إن دور جامعة الكويت يتلخص في رفع مستوى الوعي بين عامة السكان وصانعي القرار الحكوميين، فيما يضطلع مركز العلوم الطبية بالتوعية، مشيراً إلى أن مسؤولية كلية الصحة العامة تتلخص في البحوث الإجرائية لتغيير هذا الاتجاه السريع باتجاه السمنة، ونشر المعلومات ، والتعاون لتحقيق الأهداف العالمية للوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها بحلول عام ( 2025 ) ، وكذلك تخريج وتدريب المهنيين في مجال الصحة العامة لمواجهة التحديات الصحية المجتمعية بالتعاون مع المنظمات الحكومية وغير الحكومية لمجتمع أفضل ، كما إحتلت الكويت المركز الأول عالمياً بين الدول التي تعاني شعوبها من "البدانة" السمنة جاء ذلك طبقاً لإحصائية نشرها موقع « روسيا اليوم »، للعام ( 2017 ) ، مشيراً إلى أن ( 42.8% ) من المواطنين يعانون من السمنة، وأرجعت الإحصائية إلى أن الكويت بها أعلى معدل لتصغير المعدة عالمياً ، وفي تقرير سابق لوزارة الصحة قالت إن الكويت تحتل المركز الأول عربياً والثاني دولياً بمعدل انتشار أمراض السمنة بين النساء، مشيرة إلى أن ( 48% ) من النساء و ( 36% ) من الرجال مصابون بالسمنة ، كما برزت أيضا مشكلة البحث من خلال الابحاث التي أجريت على الوطن العربي وكذلك علي المجتمع الكويتي أو البحريني أو العراقي أو الاردني أو السعودي سواء علي الأطفال أو الكبار والتي اشارت في مجملها العام إلى وجود ارتفاع في مؤشرات البدانة والوزن الزائد لديهم ، فكان ذلك داعياً للباحثة لإجراء هذه الدراسة على بعض طالبات

كلية التربية الاساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت ، وهن في سن الشباب وذلك لمعرفة مدى إنتشار البدانة والوزن الزائد والنقص في الوزن لديهن ، لما لذلك من أهمية في إيجاد آليات تساهم في الحد من تلك العادات الصحية الغير مناسبة لمثل هذه الطالبات في هذه المرحلة السنوية أو التعليمية ، وبالتالي تبرز أهمية هذا البحث في أنها تعتمد إلى الكشف عن مدى إنتشار البدانة والوزن الزائد والنقص في الوزن لدى عينة من طالبات كلية التربية الاساسية ، وقد تراوح أعداد طلاب كلية التربية الاساسية من الذكور عدد ( 4600 ) طالب ، وعدد الاناث ( 14000 ) طالبة ، وذلك طبقاً للطلاب المسجلين والمقيدين بكلية التربية الاساسية للعام الجامعي ( 2018 / 2019 ) للهيئة العامة للتعليم والتدريب التابعة للجامعة الكويتية الحكومية ، والعلاقة مع بعض العادات والسلوكيات المتمثلة في ممارسة النشاط البدني ، ومستوى الدخل الشهري الاسري ، لما ذلك من أهمية كبيرة جداً على الصعيد الصحي ، حيث يساعد على توفير معلومات علمية كمية حول إنتشار البدانة والتي ثبت من خلال العديد من الدراسات إرتباطها الوثيق بالعديد من الأمراض المزمنة والتي باتت تشكل عبئاً كبيراً علي فاتورة الصحة لرعاية تلك الامراض ، هذا بالاضافة إلى أن هذا البحث يأتي كجزء مكمل للعديد من الدراسات التي أجريت في هذا المجال وصولاً إلى تقييم مؤشرات إنتشار البدانة لدى المجتمع الكويتي وعلاقتها ببعض المتغيرات الإجتماعية والأقتصادية ونمط الحياة ومستوي الرفاهية .

#### الاهمية العلمية والتطبيقية للبحث :

- 1 - الأهمية الكبرى لمرحلة الشباب ضمن منظومة التعليم ، وضرورة العمل علي وقاية الطالبات من الإصابة بالأمراض المزمنة للطالبات التي سوف تكون أم في المستقبل لنشئ جديد يخلو من تلك الامراض
- 2- إن دراسة انتشار البدانة والأمراض المرتبطة بها ، وممارسة النشاط الرياضي المعزز للصحة ، لدى الطالبات ، سوف يساهم في معرفة النقاط السلبية لديهم وبما يعكس ايجابياً على خطط واستراتيجيات ومساقات المواد الدراسية في الجامعات في تفعيل النواحي الصحية .
- 3 - يمكن أن يوفر هذا البحث مجالاً خصباً يمكن المخططين علي الشأن التعليمي في الجامعات في المجال الصحي من ايجاد إستراتيجية تهدف إلى تقليل عوامل التعرض للأمراض والاصابة بالمخاطر من زيادة الوزن والسمنة والنقص في الوزن والنحافة والمتمثلة في قلة ممارسة النشاط الرياضي ومشاهدة التلفاز وإستخدام الانترنت .
- 4- تقييم وتحديد مستوي الدخل الشهري للأسرة وتحديد العلاقة بين الدخل الشهري ونسبة السمنة بين أفراد الاسرة

#### أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف إلى نسبة إنتشار البدانة والوزن الزائد والنقص في الوزن لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية تبعاً لمتغيرات السن والفرقة الدراسية والمنطقة السكنية ( الشمال ) ( الجھراء ) ، الوسط ( العاصمة ) ، الجنوب ( الاحمدي ) ) وعلاقة إنتشار البدانة والوزن الزائد بمتغيرات ممارسة الرياضة ، عدد الساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت ومستوى الدخل الشهري للأسرة وتتمثل في :

- 1- سبب انتشار البدانة والوزن الزائد .
- 2- مشاهدة التلفاز وإستخدام الانترنت .
- 3- مدى الممارسة الرياضية من أجل الصحة العامة .
- 4- الأمراض المزمنة المرتبطة بإنتشار البدانة وزيادة الوزن ونقص الوزن .
- 5- العلاقة بين الدخل الشهري ونسبة إنتشار البدانة .

## أسئلة البحث :

وضعت الباحثة مجموعة من التساؤلات التي تشكل الاطار العام للبحث ومشكلاتها وهي : ما نسبة إنتشار البدانة والوزن الزائد والنقص في الوزن لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية تبعاً لمتغيرات السن والفرقة الدراسية والمنطقة السكنية ( الشمال ( الجهاء ) ، الوسط ( العاصمة ) ، الجنوب ( الاحمدي ) ) وعلاقة إنتشار البدانة والوزن الزائد بمتغيرات ممارسة الرياضة ، عدد الساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت ومستوى الدخل الشهري للأسرة وتتمثل تلك الاسئلة في :

١- ما نسب انتشار البدانة والوزن الزائد والنحافة لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

٢- ما عدد ساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت يوميا لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

٣- ما مدى ممارسة الرياضة من أجل الصحة إسبوعياً لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

٤- ما طبيعية الأمراض المرتبطة بالبدانة ونقص الوزن التي يعاني منها بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

٥- ما العلاقة بين الدخل الشهري ونسبة إنتشار البدانة لدى طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

مصطلحات البحث :

الأمراض المرتبطة بعدم ممارسة الرياضة: هي الأمراض التي تصيب الانسان والتي يعزي جزءا كبيرا من سبب الإصابة بها إلى قلة الحركة اليومية للفرد . ( Armstrong & Bull. 2006 .p ٦٦-٧٠ )

البدانة : إرتفاع مؤشر كتلة الجسم من ( ٣٠.٠ ) كغم / م<sup>٢</sup> . ( who ، ٢٠٠٠ )

النحافة : انخفاض في مؤشر كتلة الجسم أقل من ( ١٨ ، ٤٩ ) كغم / م<sup>٢</sup> . ( Who ، ٢٠٠٠ )

الممارسة الرياضية من أجل الصحة : وهي مدى الممارسة الرياضية من قبل طالبات كلية التربية الاساسية بهدف تعزيز الصحة والمحافظة عليها . ( اجرائي )

الدراسات السابقة

- دراسة : ( Dhurandhar & kulkami , 1992 )

بهدف التعرف علي العلاقة بين مستوي الدخل الشهري وبين الوزن الزائد لدي الذكور والاناث بالمجتمع الهندي ، في توصلت النتائج أن هناك عدم وجود علاقة لكلا الجنسين بين مستوي الدخل الشهري والوزن الزائد لدي الافراد .

- دراسة : ( khashoggi et al ( 1994 )

بهدف دراسة تأثير المستوى الإجتماعية الإقتصادي على مدى إنتشار البدانة والوزن الزائد لدى النساء السعوديات توصل إلى وجود نسبة عالية من البدانة وبين كل من العمر ، الحالة الإجتماعية ، الدخل الإقتصادي مستوى التعليم ، طبيعة المهنة الممارسة مدى وجود الخادمت في المنزل ، ترتيب الفتاة بين أخواتها ، عدد السيارات المملوكة من قبل العائلة ، مدة مشاهدة التلفاز وتناول الطعام خلال المشاهدة وعدد الولائم التي تقيمها الأسرة أو التي تدعى إليها .

- دراسة : ( Sichieri et al ( 1994 )

تهدف الي التعرف علي علاقة مستوي الدخل الشهري الأسري بإنتشار البدانة لدى الإناث والذكور توصلت نتائج متباينة على المجتمع البرازيلي إلى وجود علاقة إيجابية لكلا الجنسين كل على حدة ،

- دراسة : ( Al-Nuaim et al ( 1997 )

بهدف المقارنة في مدى إنتشار البدانة بين الأقاليم السعودية ، وتوصل إلى أن نسبة البدانة والوزن الزائد للرجال كانت مرتكزة في الإقليم الشرقي من المماكة السعودية بنسبة وصلت إلى (23.5- 31.4%) وعلى التوالي ، في حين كانت أقل الأقاليم إنتشاراً للبدانة والوزن الزائد إقليم الجنوب بنسبة وصلت إلى (12.0- 26.7% ) وعلى التوالي ، اما بالنسبة إلى الإناث فقد كانت البدانة متركزة بشكل كبير في إقليم الشمال بنسبة ( 32.1% ) والوزن الزائد في إقليم الوسط بنسبة (29.5%) ، وأقلها في إقليم الجنوب بنسبة (19.5%) ، واقل نسبة الأنتشار الوزن الزائد في إقليم الغرب بنسبة (24.1%).

- دراسة : ( El-Hazmi & Warsy K ( 1997 )

بهدف المقارنة في نسب إنتشار البدانة والوزن الزائد تبعاً للجنس والإقليم ، وتوصل إلى ارتفاع نسبة البدانة بين الإناث (20.26%) قياساً إلى الذكور (13.05%) ، فيما كانت نسبة الزيادة في الوزن لدى الذكور (27.23%) أعلى من الإناث (25.2%) ، اما عن إنتشار البدانة والوزن الزائد تبعاً للإقليم والجنس فظهر أن إنتشار البدانة لدى الإناث أعلى من الذكور وعلى جميع الأقاليم بالسعودية ، وفي حين كانت نسب انتشار الوزن الزائد أعلى لدى الذكور باستثناء الإقليم الجنوبي الغربي .

- دراسة : ( a Al-isa 1998 )

أجريت على عينة من طالبات جامعة الكويت وتوصل إلى أن نسبة إنتشار الوزن الزائد والبدانة لديهن (27.2% -2.0%) وعلى التوالي ، واستنتج الباحث ان أن أكثر العوامل المهنية والمرتبطة بالبدانة والوزن الزائد هي عدد أفراد الأسرة ، تواجد تاريخ مرضى للعائلة بالامراض المزمنة والبدانة .

- دراسة : ( b Al isa (1998 )

وفي دراسة أخرى على المجتمع الكويتي توصل إلى وجود نسب مرتفعة للذكور في أنتشار البدانة والوزن الزائد بلغت (35.5%- 11.1%) وعلى التوالي .

- دراسة : ( Al isa (1999 )

بهدف بحث العلاقة ما بين بعض متغيرات المستوى الإجتماعي الإقتصادي والمتمثل في متغيرات التاريخ العائلي في البدانة ، الحالة الإجتماعية ، مستوى التعليم ، عدد أفرا الأسرة ، دخل الأسرة الشهري ) ، والنمط الغذائي ومستوى النشاط البدني بإنتشار البدانة والوزن الزائد لدى طلبة جامعة الكويت ، وتوصل إلى أن نسبة إنتشار البدانة بينهم من الدرجة الاولى والثانية (8.9-32.0%) وعلى التوالي ، وإلى أن اكثر العوامل الإجتماعية المترافقة مع وجود البدانة هي ( الجنس ، العمر ، الحالة الإجتماعية ، التاريخ العائلي في البدانة ، عدد الافراد وطبيعة النمط الغذائي ).

- دراسة ( Al – madani (2000 )

بهدف تقييم مدى إنتشار البدانة وزيادة الوزن لدى طلاب جامعة البحرين ، وتوصل إلى أن نسبة (17.6% ) من الذكور و(18.5%) من الاناث يعانون من زيادة الوزن ونسبة أنتشار البدانة بينهم كانت (11.8) ، (7.6%) وعلى التوالي ، فيما كانت نسبة البدانة لدى طلبة كلية الطب في البحرين ( 22.6% ) .

- دراسة : ( 2000 ) Al- Mukhtar & Musaiger

دراسة على طالبات جامعة الإمارات العربية المتحدة ، وتوصل إلي وجود نسب منخفضة نسبياً للبدانة (7.5%) والوزن الزائد بنسبة ( ٢٤.٠ % ) .

- دراسة : لنيه والغامدي ( ٢٠٠١ )

بهدف وجود علاقة بين البدانة والعمر ، وتوصلوا من خلال دراسة أجريت علي طلبة المعهدين الصحيين بالمدينة المنورة إلى ارتفاع نسب الطلبة الذكور المصابين بارتفاع في الوزن بنسبة (٢٣.٦%) قياساً إلى الإناث بنسبة (١٩.٣%) في حين كانت نسبة إنتشار البدانة أعلى لدى الإناث (٧.٠٢%) من الذكور (٥.٥%) إلا ان نسبة الطلاب زائدي الوزن والمصابين بالبدانة والذين يعانون من النقص في الوزن ( النحافة ) كانت أعلى من الإناث

- دراسة : al Grabauskas et (2003) (2003) Millar jacoby et al al

بهدف التعرف علي تأثير المستوى الإجتماعي الإقتصادي على معدلات انتشار البدانة لدى الإناث ، وتوصلت أن هناك علاقة عكسية ما بين إنتشار البدانة لديهن ، إلا أن المتتبع للدراسات التي تناولت هذا الموضوع يجد تبايناً في المعيار المستخدم للحكم على ارتفاع او إنخفاض المستوى الإجتماعي الإقتصادي

- دراسة ( 2003 ) Jahns et al

بهدف التعرف علي علاقة الدخل الشهري بالوزن الزائد ، وتوصل إلي أن المجتمع الروسي إلى وجود علاقة طردية لدى الذكور وعدم وجود علاقة لدى الإناث .

- دراسة ( 2007 ) Abolofotouh et

هدفت إلى تقييم الأنماط الصحية لدى طلبة جامعة الاسكندرية وتوصل الي إلى أن نسبة إنتشار النحافة لديهم ( 2.8 ) ، وبنسبة (3.8) للذكور، (2.1) للإناث ، والوزن الزائد ( 5.3 ، 4.6 ، 6.0 ) ، في حين بلغت نسبة الوزن الطبيعي لديهم (71.8 ، 74.9 ، 69.3 % ) وعلى التوالي ، فيما انخفضت نسبة الطلبة النشيطين بدنيا حيث بلغت (١٦ %) وتوقع الذكور على الإناث في نسبة ممارسة الأنشطة البدنية اليومية (٥.٥ % للإناث مقابل ٣٠.٠%) للذكور ، وارتفعت نسبة الإناث اللواتي يشاهدن التلفاز بعدد ساعات مشاهدة أكثر من ساعتين في اليوم الواحد وذلك بنسبة ( ٣٣.٨% ) وللذكور (٣١.٢%) وبنسبة كلية (٣٢.٧%) إضافة إلى ارتفاع نسبة ممارسة التدخين للذكور (٧.٧%) قياساً إلى الإناث (٠.٠%) .

- دراسة نوف آل سليمان، وإيمان صالح ( 2008 )

هدفت الدراسة إلي التعرف علي بعض العوامل المرتبطة بالبدانة عند النساء السعوديات في مدينة جدة ، وشملت علي 604 من النساء تتراوح اعمارهم بين 25 – 55 سنة ، وأوضحت النتائج أن نسبة الاصابة بزيادة الوزن والبدانة كانت 33 – 38 % علي التوالي ، وتبين أن البدانة أعلى عند النساء ذوات التعليم المنخفض والمتزوجات وكانت العلاقة طردية بين البدانة وعدد مرات الحمل - وهناك علاقة بين الاصابة بارتفاع ضغط الدم والبدانة حيث كانت النسبة المئوية أعلى عند البدنيات مقارنة غير البدنيات .

- دراسة العرجان ( 2011 )

هدفت الدراسة إلى التعرف على نسبة إنتشار البدانة والوزن الزائد لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية تبعاً لمتغيرات الجنس ، وعلاقتها بمتغيرات التدخين ، دخل العائلة ، مشاهدة التلفاز ، استخدام الإنترنت وممارسة النشاط

الرياضي ، أشارات النتائج إلى وجود نسبة عالية لإنتشار البدانة و(البدانة أو الوزن الزائد ) بين الإناث ، قياساً إلى الذكور ، وأن نسبة إنتشار النقص في الوزن الزائد )بين الإناث ، قياساً إلى الذكور ، وإن نسبة إنتشار النقص في الوزن كانت أعلى لدى الإناث من الذكور ، ووجدت علاقة عكسية بين إنتشار البدانة وبين الدخل الشهري الأسري للإناث ، وعلاقة طردية لدى الذكور ، وعلاقة عكسية ما بين التدخين والإصابة بالبدانة والوزن الزائد ، ووجود إرتفاع في متوسط ساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت لدى الطلبة البدناء .  
التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال مراجعة الباحثة العديد من الدراسات السابقة في موضوع البدانة والزيادة في الوزن اتضح للباحثة ما يلي :

- لقد ربطت العديد من الدراسات السابقة بين أرتفاع انتشار البدانة والزيادة في الوزن وما بين متغيرات المستوى الاجتماعي والإقتصادي ، حيث ظهر وجود تباين في تلك العلاقة تبعاً للجنس والمجتمع التي أجريت فيه الدراسة .  
- أظهرت بعض تلك الدراسات وجود علاقة طردية ما بين البدانة وما بين العديد من العوامل الخطرة المهيئة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية خاصة إرتفاع الدهون بالجسم الخطرة المتماثلة في إرتفاع كوليسترول الدم وإرتفاع دهنيات الدم الثلاثية وإرتفاع الكوليسترول منخفض الكثافة وعلاقة عكسية مع إنخفاض مستوى الكوليسترول مرتفع الكثافة .

- فيما أظهرت بعض الدراسات ان نسب إنتشار البدانة تزداد لدى الإناث قياساً الى نسبة انتشارها بين الذكور

- وعن تأثير عدد ساعات مشاهدة التلفاز وأستخدام الحاسب الألي والانترنت توصلت بعض الدراسات الى ان تلك العوامل ذات اهمية بالغة في التأثير على نسبة انتشار البدانة بين الافراد

#### إجراءات الدراسة :

#### منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي التحليلي .

#### مجتمع وعينة البحث :

تكون مجتمع الدراسة من الطلاب والطالبات لكلية التربية الاساسية البالغ عددهم من الذكور ( 4600 ) طالب ، وعدد ( 14000 ) ألف طالبة تقريبا ( وحدة القبول والتسجيل كلية التربية الاساسية ، 2018 / 2019 ) ، حيث تم إختيار عينة عشوائية بالطريقة البسيطة مكونة من (900) طالبة من طالبات كلية التربية الاساسية وذلك من إجمالي ( 18 ) تخصص فرعي لكلية موزعين علي الفرق الدراسية الاربعة ، وقد تم إختيار عينة من طالبات الكلية ومن ثلاث مناطق مختلفة وهي منطقة الجهراء في الشمال بواقع ( 200 ) طالبة ، ومنطقة العاصمة في الوسط بواقع ( 350 ) ، ومنطقة الاحمدي في الجنوب بواقع ( 350 ) طالبة ، وموزعين علي الفرقة الدراسية الاربعة بواقع عدد ( 900 ) طالبة من كل الفرق الدراسية ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (1) يوضح خصائص عينة البحث

مساحة سطح الجسم م <sup>٢</sup>		مؤشر كتلة الجسم كغم / م <sup>٢</sup>		الوزن / كجم		الطول / سم		العمر / السنه		الفرقة الدراسية	المنطقة
ع ±	س	ع ±	س	ع ±	س	ع ±	س	ع ±	س		الجهاز ( الشمال )  200
0.73	1.21	2.57	22.76	4.49	70.80	5.56	156.60	0.48	18.33	الاولي	
0.16	1.70	2.58	21.85	3.41	72.50	5.97	160.07	0.51	19.50	الثانية	
0.14	1.68	2.75	22.45	6.13	85.73	5.33	157.77	0.96	21.33	الثالثة	
0.73	1.21	2.58	22.97	5.90	76.13	4.40	158.67	0.96	23.67	الرابعة	
0.73	1.21	2.57	22.76	4.49	70.80	5.56	156.60	0.49	24.33	المجموع الكلي	
0.73	1.21	2.76	23.46	4.49	70.80	4.40	158.63	0.57	17.33	الاولي	العاصمة ( الوسط ) ٣٥٠
0.13	1.68	2.79	23.41	10.09	82.03	5.27	159.17	0.52	20.50	الثانية	
0.73	1.23	2.88	23.18	5.90	76.13	3.85	157.63	0.98	20.33	الثالثة	
0.72	1.23	2.58	21.85	4.49	70.80	3.76	157.07	0.98	24.80	الرابعة	
0.73	1.21	2.76	23.46	4.49	70.80	4.40	158.63	0.54	21.33	المجموع الكلي	
0.16	1.66	2.74	22.23	6.67	79.00	6.80	158.60	0.56	19.33	الاولي	الاحمدي ( الجنوب ) ٣٥٠
0.68	1.02	2.63	22.13	4.73	71.10	5.13	158.67	0.56	18.50	الثانية	
0.16	1.66	2.12	21.61	9.83	82.43	5.09	158.63	0.98	21.45	الثالثة	
0.16	1.66	2.41	21.86	6.67	79.00	4.47	158.90	0.96	23.98	الرابعة	
0.16	1.66	2.74	22.23	6.67	79.00	6.80	158.60	0.56	19.54	المجموع الكلي	

#### أدوات جمع البيانات :

- الطول تم قياسه باستخدام مقياس الطول المدرج إلى أقرب سم
- الوزن باستخدام ميزان طبي معاير إلى أقرب (0.1) كجم .
- تم حساب مؤشر كتلة الجسم باستخدام معادلة الوزن كغم الطول<sup>2</sup> وتم استخراج تصنيفات مؤشر كتلة الجسم بناء على معايير منظمة الصحة العالمية (Who، 2000) وهي :

النحافة الحادة ( > 16.0 ) ، النحافة المتوسطة ( 16.0 – 16.99 ) ، النحافة المعتدلة ( 17.0 – 18.49 )،الوزن الطبيعي ( 18.5 – 24.99 ) الوزن الزائد ( 25.0 – 29.99 ) ، البدانة من النوع الأول ( 30.0 – 34.99 ) ، البدانة من النوع الثاني ( 35.0 – 39.99 ) البدانة من النوع الثالث (المفرطة) ( ≥ 4 ) (كغم/م<sup>٢</sup>)، ثم استجاب افراد عينة البحث على الأسئلة والتي تنقسم الى ثلاثة اقسام وهي :

القسم الاول : والذي يتضمن البيانات الاساسية ممثلة في اسم الطالبة ، والعمر بالسنة ، والكلية بالتخصص ، والفرقة الدراسية .

القسم الثاني : يشتمل علي القياسات الاساسية للطالبات المتمثلة في الطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم ، ومساحة سطح الجسم .

القسم الثالث : يشتمل على إجابات العينة على مشاهدة التلفاز واستخدام الانترنت ، ممارسة الرياضة من أجل الصحة العامة ، وتحديد الأمراض المزمنة المرتبطة بانتشار البدانة وزيادة الوزن ونقص الوزن ، والدخل الشهري للأسرة وعلاقتها بانتشار البدانة .

صدق أداة البحث : تم التأكد من صدق أداة الدراسة من خلال أنها قد طبقت في بعض الدراسات السابقة ومنها دراسة (العرجان 2011)

ثبات أداة البحث : تم التأكد من ثبات أداة البحث من خلال تطبيقها على عينة عشوائية من مجتمع الدراسة بعدد (30) طالبة باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفارق زمني بين التطبيقين وقدره أسبوعين ، حين بلغ معامل الثبات الكلي (0.789)، وعند مستوى دلالة (0.01) المعالجات الاحصائية :

- حلت البيانات إحصائية باستخدام المتوسط والانحراف المعياري والتكرارات والنسب المئوية ومربع كاي ، وإختبار "ت" للمجموعات المستقلة (independent samples test) ، وإختبار Mann-whitney اللابارمترية ، بإعتماد مستوى دلالة (0.01، 0.05) ، وتحليل التباين الثاني (MANOVA) وذلك للمقارنة بين نسب الانتشار النحافة والبدانة وللفرقة الدراسية وللمنطقة السكنية، وذلك باستخدام برنامج التحليل الاحصائي (SPSS) نسخة (20).

- إجابة افراد عينة الدراسة على إستبانة خاصة تهدف الى الاجابة على بعض المتغيرات الخاصة عدد ساعات مشاهدة التلفاز واستخدام الإنترنت ، وممارسة النشاط البدني ، إضافة إلى مستوى الدخل الشهري للأسرة .

عرض ومناقشة النتائج :

تبعاً لهدف البحث وهو : التعرف إلى نسبة إنتشار البدانة والوزن الزائد لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت تبعاً لمتغير المنطقة السكنية (الشمال ، الوسط ، الجنوب ) وعلاقة إنتشار البدانة والوزن الزائد بمتغيرات ممارسة النشاط البدني ، إضافة إلى مستوى الدخل الشهري للأسرة ، كما يشير الجدول التالي إلى تصنيفات مؤشر كتلة الجسم تبعاً للمنطقة السكنية ، حيث كانت عدد الطالبات من منطقة الجهراء في الشمال ( 200 ) طالبة ، وفي منطقة العاصمة في الوسط بلغت ( 350 ) طالبة ، وبلغت في منطقة الاحمدي في الجنوب ( 350 ) طالبة :

السؤال الاول : ما نسب انتشار البدانة والوزن الزائد والنحافة لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

جدول ( 2 ) نسب انتشار البدانة ونقص الوزن طبقا لتصنيفات مؤشر كتلة الجسم تبعا للمنطقة

المجموع الكلي		المنطقة السكنية						تصنيفات مؤشر كتلة الجسم
		الجنوب		الوسط		الشمال		
نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	
7%	25	2.29%	8	2.86%	10	3.50%	7	نحافة حادة
13%	44	4.29%	15	5.71%	20	4.50%	9	نحافة متوسطة
19%	65	6.86%	24	7.43%	26	7.50%	15	نحافة ما قبل الوزن المثالي
37%	129	20.00%	70	9.71%	34	12.50%	25	الوزن المثالي
44%	155	15.71%	55	14.29%	50	25.00%	50	الوزن الزائد
25%	88	8.29%	29	11.43%	40	9.50%	19	بدانة قليلة
25%	87	4.00%	14	13.71%	48	12.50%	25	بدانة متوسطة
30%	106	12.86%	45	14.86%	52	4.50%	9	بدانة شديدة
29%	102	15.71%	55	8.00%	28	9.50%	19	نقص الوزن
28%	99	10.00%	35	12.00%	42	11.00%	22	البدانة
986.24		1136.19		1152.23		598.32		كاي تربيع

يتضح من جدول ( ٢ ) والخاص بالتكرارات والنسب المئوية لنسب انتشار البدانة ونقص الوزن طبقا لتصنيفات مؤشر كتلة الجسم لمتغير المناطق السكنية الثلاث ( الشمال - الوسط - الجنوب ) أن هناك فروق دالة إحصائية بين درجات الطالبات في القياسات المرتبطة بتحديد معدل الوزن الزائد والنحافة فقد كانت أعلى نسبة انتشار البدانة في المناطق الثلاثة فقد كانت أعلى نسبة لإنتشار البدانة في منطقة الوسط بنسبة ( 12.00 % ) ، وبنسبة أقل في منطقة الجنوب بنسبة ( 10.00% ) ، كما يتضح أيضا من خلال النتائج أن أقل نسبة لإنتشار البدانة والوزن الزائد كانت أيضا لدى منطقة الجنوب بنسبة ( ٤ % ) وأعلىها لدى منطقة الوسط ( ١٤.٢٩% ) ، أما بالنسبة إلى إنتشار النقص في الوزن فظهر أن منطقة الجنوب كانت لديه أقل تلك النسب وهي ( ٢.٢٩ % ) ، وأعلىها لدى منطقة الوسط بنسبة ( ٧.٤٣ % ) ، كما يتضح أن نسبة إنتشار النقص في الوزن والبدانة والوزن الزائد لدى جميع الطالبات كانت على التوالي ( ٧ ، 13 ، 19 ، 37 ، 44 ، 25 ، 30 % ) ، وكانت هناك معنوية بدرجة مرتفعة لمربع كاي تربيع حيث بلغت علي التوالي ( 598.32 ، 986.24 ، 1136.19 ، 1152.23 ) ، وبذلك يتضح أن إنتشار البدانة والوزن الزائد مرتفع لدى الطالبات وهذا ما يتفق مع نتائج العديد من الدراسات كدرسة ( El-hazmi & warsy 1997 ) التي أظهرت أن نسبة انتشار البدانة بين الإناث في المجتمع السعودي وفي جميع الأقاليم السعودية ، وتعزي الباحثة تلك النتائج إلى طبيعة البيئة الجغرافية وتباينها بين المناطق الثلاثة وما قد يرافق ذلك من إختلاف في الأنماط المعيشية والغذائية وتباينها بين المناطق السكنية الثلاث بدولة الكويت ، حيث ان إنتشار البدانة والوزن الزائد أو النقص في الوزن له علاقة وطيدة بالنظم الغذائية والصحية السائدة وهذا ما يتفق مع أورده ( Al-nuaim et al.. 1997 ) من وجود تباين في نسب إنتشار البدانة والوزن الزائد بين أقاليم السعودية حيث كان أقل تلك النسب تواجد في الإقليم الجنوبي من مملكة العربية السعودية ، في حين كانت أقل الأقاليم إنتشارا للبدانة والوزن الزائد إقليم الجنوب بنسبة وصلت إلى ( 12.0-26.7 % ) وأعلىها في الإقليم الشرقي .

وتتفق تلك النتائج أيضا مع نتائج دراسة ( zindah et al. 2008. ) والتي أظهرت أن نسبة إنتشار البدانة لدى الإناث (41.5%) ، وفي دراسة ( Abolfotouh et al. 2007. ) على طلبة جامعة الاسكندرية توصل إلى ان نسبة إنتشار الوزن الزائد أعلى للإناث ، في حين أن أنتشار النقص في الوزن كان أعلى للذكور منه في الإناث ، وهذه النتائج تؤكد أن الإناث في الكويت كما هو الحال في عديد من الدول العربية يعانون من البدانة والزيادة في الوزن مع التباين في نسب الانشار، وقد تعزي زيادة نسب البدانة والزيادة في الوزن لدى الاناث ، حيث أن جسم المرأة يحرق سعرات حرارية بسرعة تعادل نصف السرعة التي يحرق بها الرجل نفس السعرات الحرارية بالنسبة لنفس المجهود ، أي ان جسم المرأة أكثر قدرة على تخزين الدهون وأكثر قابلية للسمنة من الرجال ( Dwyer, et. 2006 ) ( Stice et al ( 2005.. Edman et al .2006 )

هذا إضافة إلى إحصائية تأثير العوامل الثقافية السائدة في المجتمع الكويتي والتي ما زالت تضع بعض القيود على حركة الفتاة ومن ثم ممارستها للإنشطة الرياضية وغياب الأمكنة الخاصة والتي تتفق مع المعايير الاجتماعية الكويتية والتي يمكن ممارسة الفتاة للانشطة الرياضية فيها.

السؤال الثاني : ماعدد ساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الانترنت يوميا لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

جدول (3) عدد ساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت تبعا لمتغير المنطقة السكنية

المجموع الكلي		المنطقة السكنية						مشاهدة التلفاز وإستخدام الانترنت
		الجنوب		الوسط		الشمال		
تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	
أولا : مشاهدة التلفاز								
206	59%	95	27.14%	55	15.71%	56	28.00%	ساعة يوميا
186	53%	55	15.71%	56	16.00%	75	37.50%	ساعتين يوميا
243	69%	90	25.71%	101	28.86%	52	26.00%	ثلاث ساعات يوميا
265	76%	110	31.43%	138	39.43%	17	8.50%	اكثر من ثلاث ساعات يوميا
639.58		517.64		650.05		434.59		كاي تربيع
ثانيا : إستخدام الانترنت								
187	53%	114	32.57%	49	14.00%	24	12.00%	ساعة يوميا
195	56%	77	22.00%	75	21.43%	43	21.50%	ساعتين يوميا
216	62%	58	16.57%	86	24.57%	72	36.00%	ثلاث ساعات يوميا
302	86%	101	28.86%	140	40.00%	61	30.50%	اكثر من ثلاث ساعات يوميا
456.66		589.27		618.24		554.30		كاي تربيع

يتضح من جدول ( ٣ ) والخاص بالتكرارات والنسب المئوية لنسب مشاهدة التلفاز وإستخدام الانترنت لدي بعض طالبات كلية التربية الاساسية طبقا للمناطق السكنية الثلاث ( الشمال - الوسط - الجنوب ) لعدد ساعات المشاهدة للتلفاز وإستخدام الانترنت في اليوم أن هناك فروق دالة إحصائية لدي الطالبات الذين يعانون من البدانة وزيادة الوزن قياساً إلى الطالبات الذين يعانون من نقص الوزن ، حيث كانت أعلى نسبة لدي طالبات منطقة العاصمة في الوسط حيث كانت نسبة ( 39.43 % ) لعدد ساعات مشاهدة التلفاز ، ونسبة ( 40.00 % ) لعدد ساعات إستخدام الانترنت ، وكانت أقل نسبة في

منطقة الاحمدي في الجنوب في عدد ساعات مشاهدة التلفاز واستخدام الانترنت ، وقد بلغ النسبة الكلية لمشاهدة التلفاز للطلبات علي التوالي ( 59 ، 53 ، 69 ، 76 % ) ، وكانت هناك معنوية بدرجة مرتفعة لمربع كاي تربيع لمشاهدة التلفاز حيث بلغت علي التوالي ( 434.59 ، 639.58 ، 517.64 ، 650.05 ) واستخدام الانترنت بلغت النسبة علي التوالي ( 53 ، 56 ، 62 ، 86 % ) ، وكانت هناك معنوية بدرجة مرتفعة لمربع كاي تربيع لاستخدام الانترنت حيث بلغت علي التوالي ( 456.66 ، 554.30 ، 589.27 ، 618.24 ) ، مما يشير إلى وجود تأثير سلبي لعدد ساعات المشاهدة والإستخدام للإنترنت على انتشار البدانة أو الوزن الزائد لديهم ، حيث ينظر إلى مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت على انهما إحدى النشاطات السلبية على صحة الانسان وعلى مستوى نسبة الشحوم في الجسم لديه خاصة ، كما إن الخطورة في ذلك لا تتمثل في المشاهدة والإستخدام للانتلانت فقط وإنما ما قد يرافقهما من تناول المشروبات الغازية والمكسرات وغيرها من المأكولات غير الصحية أو المأكولات السريعة من دون وعي من قبل المستخدم أو المشاهد خاصة إذا كان مشدودا إلى ما يشهده ، فقد أشار (dunstan et al. 2004) إلى وجود علاقة وطيدة ما بين زمن مشاهدة التلفاز وارتفاع نسبة الاصابة بمرض السكري في الرجال والنساء ، وما أشارت إليه نتائج دراسات كل من (Andersen et al) 1996. من وجود ارتباط وثيق بين زمن مشاهدة التلفاز والإصابة بالبدانة وارتفاع في نسب عوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية ، حيث أشارت العديد من التقارير العلمية الممنشورة أن أحد الأسباب المهمة في الإصابة بمرض سكري هي البدانة والتي تترافق أيضا مع العديد من الأمراض المزمنة (2007 Roberto e al ..2005 Carmen et al ..2006 Alison et al .. 2005 Ridderstsa et al)

السؤال الثالث : ما مدى ممارسة الرياضية من أجل الصحة إسبوعياً لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

جدول ( 4 ) ممارسة النشاط البدني والرياضة للطلبات إسبوعياً

المجموع الكلي		المنطقة السكنية						ممارسة الرياضة إسبوعياً
		الجنوب		الوسط		الشمال		
تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	
145	41%	55	15.71%	60	17.14%	30	15.00%	مرة إسبوعياً
144	41%	80	22.86%	40	11.43%	24	12.00%	مرتين إسبوعياً
120	34%	45	12.86%	40	11.43%	35	17.50%	ثلاث مرات إسبوعياً
116	33%	50	14.29%	25	7.14%	41	20.50%	اكثر من ثلاث مرات إسبوعياً
375	107%	120	34.29%	185	52.86%	70	35.00%	لايمارس النشاط الرياضي
568.74		649.85		707.12		592.25		كاي تربيع

يتضح من نتائج جدول (4) والخاص بالتكرارات والنسب المئوية لممارسة الطالبات للرياضة خلال الاسبوع أن هناك زيادة في نسب الطالبات الذين يعانون من البدانة والوزن الزائد حيث بلغت أعلى نسبة في منطقة العاصمة ( الوسط ) بنسبة ( 52.86 % ) ممن لا يمارسون النشاط الرياضي ، وكانت النسبة الكلية للطالبات الذين لا يمارسون

الرياضة ( 107 % ) ، وأن هناك تناقص في نسب الطالبات الذين يعانون من البدانة والوزن الزائد ممن يمارسون النشاط الرياضي أكثر من ثلاث مرات في الاسبوع حيث بلغت النسبة الكلية إلي ( 33 % ) ، وكانت هناك معنوية مرتفعة في مربع كاي لممارسة الرياضة في الاسبوع حيث بلغت علي التوالي ( 568.74 ، 592.25 ، 649.85 ، 707.12 ) ، وتعزي الباحثة تلك النتائج السابقة إلى دور النشاط الرياضي في التقليل من نسبة تواجد البدانة والزيادة في الوزن ، حيث إتضح أن نسبة الإناث اللواتي لا يمارسن النشاط الرياضي إطلاقاً نسبة مرتفعة ، ويمكن أن يعزي ذلك إلى أن طبيعة المجتمع الكويتي المحافظ والذي يفرض على تحركات الفتاة نوعاً من القيود الإجتماعية مما قد يؤدي إلى انخفاض مستوى النشاط الرياضي للفتيات ، إضافة إلى إحصائية أن يكون هناك قلة في الأماكن الخاصة لممارسة النشاط الرياضي للفتيات تتفق مع المعايير والقيود الإجتماعية المفروضة على تحركات وسلوكيات الفتاة قياساً إلى الحرية النسبية الممنوحة للذكور في الخروج والتنقل وممارسة الأنشطة المختلفة ، مما قد يؤدي إلى زيادة نسبة إنتشار البدانة لدى الإناث وهذا ما يتفق مع ما أورده ( Abolfotouh et al 2007.. ) من خلال نتائج دراسته على طلبة جامعة الاسكندرية و في مصر ، خاصة أن ممارسة النشاط الرياضي يعتبر إحدى أهم العوامل الهامة في التقليل من نسبة الشحوم في الجسم وعوامل الخطورة الأخرى المهيئة للإصابة بالامراض القلبية الوعائية

2005 Robin rt al 2008 Ronald et al .. 2007 Anastasia et al

السؤال الرابع : ما طبيعية الأمراض المرتبطة بالبدانة ونقص الوزن التي يعاني منها بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

جدول ( 5 ) نسب إنتشار الامراض المرتبطة بالبدانة ونقص الوزن لدي الطالبات

المجموع الكلي		المنطقة السكنية						الامراض المرتبطة بالبدانة ونقص الوزن
		الجنوب		الوسط		الشمال		
نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	
أولاً : أمراض البدانة								
67%	234	28.00%	98	22.29%	78	29.00%	58	السكري
62%	216	24.29%	85	19.71%	69	31.00%	62	ضغط الدم
56%	195	21.71%	76	22.00%	77	21.00%	42	الام اسفل الظهر
37%	128	12.86%	45	16.29%	57	13.00%	26	الروماتيزم وآلام المفاصل
36%	127	13.14%	46	19.71%	69	6.00%	12	الأمراض القلبية الوعائية
638.47		692.84		722.09		447.49		كاي تربيع
ثانياً : أمراض نقص الوزن والنحافة								
97%	338	41.43%	145	27.14%	95	49.00%	98	الانيميا ونقص الحديد
82%	286	31.43%	110	34.29%	120	28.00%	56	تساقط الشعر ومشاكل البشرة والجلد
84%	295	21.43%	75	37.14%	130	45.00%	90	الضعف العام
9%	31	5.71%	20	1.43%	5	3.00%	6	لايوجد أمراض
597.41		558.76		589.36		462.61		كاي تربيع

يتضح من جدول (5) الخاص بالتكرارات والنسب المئوية لنسب إنتشار الامراض المرتبطة بالبدانة ونقص الوزن لدي الطالبات ، حيث يتضح وجود فروق احصائية دالة في نسب الإصابة بتلك الأمراض تبعاً للمنطقة السكنية ، حيث تحددت تلك الأمراض لدي النسبة الكلية للطالبات في الإصابة بأمراض البدانة وزيادة الوزن متمثلة في مرض السكري (67%) ، وضغط الدم (62%) ، وللآلام أسفل الظهر (56%) ، وللروماتيزم وآلام المفاصل (37%) ، الأمراض القلبية الوعائية (36%) ، وكانت هناك فروق معنوية لمربع كاي تربيع لدي الطالبات في

أمراض البدانة حيث بلغت علي التوالي ( 447.49 ، 638.47 ، 692.84 ، 722.09 ) ، كما بلغت النسبة الكلية للطالبات إصابة امراض نقص الوزن أو النحافة المتمثلة الانيميا ونقص الوزن ( 97 % ) ، وتساقط الشعر ومشاكل البشرة والجلد ( 82 % ) ، والضعف العام ( 84 % ) ، كما أشارت اليه العديد من الدراسات فان أمراض السكري وضغط الدم والأمراض القلبية الوعائية لها عوامل وأسباب غير متحكم بها والتي تتمثل في الوراثة والتقدم بالعمر والتاريخ العائلي للمرض -200 Shankar S, et al إلا أن دراسات عدة أشارت إلى وجود عوامل اخرى متحكم بما تساعد على إصابة الإنسان بتلك الأمراض ومنها ارتفاع نسبة الشحوم في الجسم والبدانة والحياة الخاملة وقلة ممارسة النشاط الرياضي المعزز للصحة . Carl et al 2009 Ignarro et al . 2007.. كما أشارت نتائج البحث إلى أن هناك نسب لديهم عوامل خطورة للإصابة بتلك الأمراض ومن تلك العوامل البدانة وارتفاع نسبة الشحوم في الجسم وعدم ممارسة النشاط الرياضي من أجل الصحة، وبالتالي يمكن القول أن الطالبات في هذه المرحلة السنية الخطيرة التي تعد لتكون أم المستقبل ومربية الاجيال المتمتعة بالصحة الجيدة كغيرها من الشرائح الاجتماعية الأخرى معرضة للإصابة بتلك الأمراض إلا أن لها خصوصية عن غيرها من الشرائح الاجتماعية نتيجة لطبيعة الوظيفة المستقبلية التي توكل إليها والتي من المفترض أن تقل لديهم نسبة انتشار الأمراض التي تعود إلى عوامل يمكن التحكم بها .

السؤال الخامس : ما العلاقة بين الدخل الشهري ونسبة إنتشار البدانة لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت ؟

جدول (6) العلاقة بين الدخل الشهري الاسري ونسبة إنتشار البدانة

المجموع الكلي	المنطقة السكنية						الدخل الشهري للأسرة / دينار في الشهر	
	الجنوب		الوسط		الشمال			
نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	
23%	79	13.43%	47	3.43%	12	10.00%	20	أقل من 1000 دينار / شهر
45%	159	21.71%	76	15.14%	53	15.00%	30	من 1001 : 2000 دينار / شهر
67%	234	25.43%	89	24.29%	85	30.00%	60	من 2001 : 3000 دينار / شهر
122%	428	39.43%	138	57.14%	200	45.00%	90	أكثر من 3000 دينار / شهر
456.87		170.83		394.21		182.93		كاي تربيع

يتضح من نتائج جدول (6) الخاص بالعلاقة بين الدخل الشهري ونسبة إنتشار البدانة أتضح وجود تناقص نسبي في نسبة الطالبات الذين يعانون من نقص الوزن مع زيادة في دخل العائلة الشهري حيث كانت النسبة لمستوى الدخل الشهري الأسري من فئة ( أقل من 1000 ) دينار / شهر ( 23 % ) ، ثم كانت نسبة الدخل الشهري لفئة من ( 1001 : 2000 ) دينار / شهر بلغت ( 45 % ) ، ثم كانت نسبة الدخل الشهري لفئة من ( 2001 : 3000 ) دينار / شهر بلغت ( 67 % ) ، ومن فئة الدخل الشهري (أكثر من 3000 ) دينار / شهر حيث كانت أعلى نسبة في الوزن الزائدوالذين يعانون من البدانة حيث بلغت ( 122 % ) ، وكانت هناك فروق معنوية بدرجة مرتفعة مربع كاي للدخل الشهري الاسري للطالبات علي التوالي ( 170.83 ، 182.93 ، 394.21 ، 456.87 ) ، في حين نجد أن هناك إرتفاعاً في نسبة البدناء أو ممن يعانون من الزيادة في الوزن مع الارتفاع في مستوى الدخل الشهري الاسري ، أما بالنسبة إلى العلاقة ما بين الدخل الشهري الأسري ونسب إنتشار تصنيفات مؤشر كتلة الجسم المذكور فتشير النتائج السابقة إلى وجود علاقة طردية ما بين زيادة مستوى الدخل الشهري للأسرة ونسب إنتشار الزيادة في الوزن أو البدانة حيث كانت النسبة لفئة ( أقل من 1000 ) دينار / شهر من ( 10 : 13 % ) ، ولفئة ( 1001-2000 ) من ( 30 : 76 % ) ، ولفئة ( 2001 – 3000 ) دينار / شهر من ( 60 : 89 % ) ، ولفئة (أكثر من 3000) دينار /

شهر من ( 39 : 57 % ) ، وهناك علاقة عكسية بين الدخل الشهري الاسري ونقص الوزن أو النحافة لدى فئة الدخل (أقل من 1000) دينار / شهر ، وتعزي الباحثة تلك النتائج إلي هناك العديد من الدراسات والتي أوضحت أن هناك علاقة عكسية للإناث ما بين نسب إنتشار البدانة والوزن الزائد وما بين مستوى الدخل الشهري .

Grabauska et al ..2003 jorm et al 2003 ....hout et al ..2004 Lin et al ..2004 Molarius et al ..2000 Pomerleau et al ..2000 Townsed et al ..2001 .Wardle et al ..2002 Weng et al ..2004

الاستنتاجات في ضوء نتائج البحث ومناقشتها أمكن للباحث استنتاج الآتي :

- ١- وجود إرتفاع في نسب إنتشار البدانة والوزن الزائد لدى الطالبات بشكل عام ، وتركز إنتشار البدانة في منطقة العاصمة ( الوسط ) بنسب أعلى من منطقة الشمال والجنوب .
- ٢- ارتفعت نسبة تواجد الوزن المثالي لدى طالبات منطقة الاحمدي في الجنوب قياسا بالطالبات في منطقة الجبراء والعاصمة .
- ٣- وجود إرتفاع في متوسط عدد الساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت لدى الطالبات البدناء قياساً إلى الطالبات غير البدناء .
- ٤- وجود فروق ذات دلالة إحصائي في معدل نسب التعرض للإصابة بتلك الأمراض لدي الطالبات تبعاً لأمراض البدانة ونقص الوزن .
- ٥- هناك زيادة في نسب الطلبة الذين يعانون من البدانة والزيادة في الوزن ممن لا يمارسون النشاط الرياضي وتناقصه لدى من يمارسون النشاط الرياضي أكثر من ثلاثة مرات في الاسبوع .
- ٦- وجود علاقة عكسية بين إنتشار نقص الوزن والنحافة وما بين الدخل الشهري الأسري لدي فئة ( 1000 دينار / شهر .
- ٧- وجود علاقة طردية بين نسب إنتشار البدانة والزيادة في الوزن مع الزيادة في الدخل الشهري الاسري لدي الفئة ( 3000 فأكثر ) دينار / الشهر

#### التوصيات :

في ضوء أهداف البحث ونتائجها توصي الباحثة بالتوصيات التالية :

- ١- ضرورة تفعيل البرامج الصحية والسلوكية والبدنية لمواجهة إنتشار تلك العوامل غير الصحية المنتشرة بين الطالبات والمتمثلة في مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت وقلة ممارسة النشاط الرياضي .
- ٢- زيادة الاهتمام بالتوعية الصحية والغذائية في المؤسسات التعليمية بإدخال مقرر التغذية السليمة للإنسان في المناهج الدراسية للطالبات .
- ٣- جعل مواجهة إنتشار البدانة والوقاية منها هدفا استراتيجيا للمؤسسات التعليمية من خلال زيادة المستوى البرامج المقدمة للطالبات وذلك من خلال تطوير البنية التحتية الرياضية اللازمة لممارسة الرياضة .

## المراجع العلمية :

- ١- آل سليمان، نوف علي و صالح، وإيمان محمد، (2008) بعض العوامل المرتبطة بالبدانة عند النساء السعوديات ، المجلة العربية للغذاء والتغذية، (١٨) مركز البحرين للدراسات والبحوث ، مملكة البحرين ، ٤٥-٥٦ .
- ٢- الجنبيي ، نوال : أبو عباس ، عدنان و قزق ، حسين ( ٢٠٠٥ ) : البدانة وعلاقتها بفرط ضغط الدم عند الطلبة المقيمين بالسكن الجامعي لجامعة الامارات العربية المتحدة بمدينة العين ، المجلة العربية للغذاء والتغذية ، العدد الثالث عشر ، مركز البحرين للدراسات والبحوث ، مملكة البحرين ، ص ١٦٨ - ١٨١ .
- ٣- الرحاحلة ، وليد أحمد و العرجان ، جعفر فارس ، (٢٠٠٤) ، دراسة مقارنة لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلاب المدارس الحكومية والخاصة للفئة العمية (١٥-١٤) سنة ، دراسات عماد البحث العلمي ، الجامعة الأردنية (٣١)، (٢) العلوم التربوية ، (٣٦٥-٣٤٨).
- ٤- العرجان ، جعفر فارس (٢٠٠٧). اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومستويات دهون الدم لدى الاطفال الأردنيون من (١٢-١٥) سنة ٢٠٠٧ ، الدورية السعودية للطب الرياضي ، مملكة العربية السعودية ، الاتحاد السعودي للطب الرياضي ، المجلد التاسع العدد الاول ، ص ٣٦-١٤ .
- ٥- العرجان ، جعفر فارس (٢٠٠٧). أثر المستوى الإجتماعي الإقتصادي على نسبة الشحوم في الجسم لدى الاطفال الأردنيون من سن (١٤-١٥) سنة (٢٠٠٧) ، المؤتمر العلمي الدولي الثاني ( المستجديات العلمية في التربية البدنية والرياضية )، كلية التربية الرياضية ، جامعة اليرموك ٩-١٠ ايار ٢٠٠٧ ، عمان الأردن ١٨٠-١٦١ .
- ٦- العرجان ، جعفر فارس (٢٠٠٧). تأثير تباين نسبة الشحوم في الجسم على دهنيات الدم وعوامل الخطورة للأصابة ب الأمراض القلبية الوعائية لدى الاطفال الأردنيين بعمر (١٥-١٢) سنة ، المجلة العربية للغذاء والتغذية، (١٨) مركز البحرين للدراسات والبحوث مملكة البحرين ، ٣٣-١٧ .
- ٧- العرجان ، جعفر فارس و الكيلاني ، غازي (٢٠٠٦). مؤشرات النمو الهيكلية واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الاطفال الأردنيين من عمر (٧-١٥) سنة المؤتمر العلمي الدولي الخامس ، (علوم الرياضية في عالم متغير ) ن ١٠-١١ أيار ، المجلد الأول ن الجامعة الأردنية كلية التربية الرياضية عمان ، الأردن ١٣١-١٥٧ .
- ٨- العرجان ، جعفر فارس ، (٢٠١١). إنتشار البدانة والوزن الزائد والنقص في الوزن لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية في الاردن ، دراسات - العلوم التربوية ، الجامعة الاردنية ، مج ٣٨ ملحق ٦ ، ص ٢٠١٩-٢٠٣٥ .
- ٩- الغيلاني ، عبد الاله ، جاد ، عشري و الحمدان ، ناصر ( ٢٠٠٣ ) . السمنة بين البالغين العمانيين في ولاية صور ، المجلة العربية للغذاء والتغذية ، العدد الثامن (٤) مركز البحرين للدراسات والبحوث ، مملكة البحرين ، ص ٩٧ - ١٠٦ .
- ١٠- بلطيفة ، لطيفة ، قانجي ، صادق ، بقان ، ايفان ، بن رمضان ، حبيبه ودلباش، فرانسيس ( ٢٠٠٢ ) : العوامل المؤثرة في السمنة عند النساء التونسيات ، المجلة العربية للغذاء والتغذية ، المجلد الثالث مركز البحرين للدراسات والبحوث ، مملكة البحرين ، ص ٣٠٦ - ٣٢٣ .

١١- لبنية ، محيي الدين، و الغامدي، خالد سعد ، (٢٠٠٤). إنتشار حالات زيادة الوزن بين طلاب وطالبات المعهدين الصحيين بالمدينة المنورة ، مجلة مركز بحوث و دراسات المدينة المنورة ، مج. ٢٠٠٤ ، ع. ٨ ، ص ٢٤٩-٢٦١ .

١٢- مصيقر ، عبد الرحمن عبيد ( ٢٠٠٣ ) . العوامل المؤثرة في السمنة ، المجلة العربية للغذاء والتغذية ، العدد الثامن / ملحق ( ٤ ) ، مركز البحرين للدراسات والبحوث / مملكة البحرين ، ص ١٤ - ٢١ .

١٣- مصيقر ، عبد الرحمن عبيد ( ٢٠٠٤ ) . العادات الغذائية والحالة التغذوية للأسرة في دولة الامارات العربية المتحدة ( دراسة ميدانية ) ، المجلة العربية للغذاء والتغذية ، العدد العاشر ، مركز البحرين للدراسات والبحوث ، مملكة البحرين ، ص ٦٠ - ١٠٦ .

15- Abolfotouh. M.A,Soliman. L.A, Mansour. E, Farghaly. M. and El-Dawaiaty. A.A .2008. Central obesity among adults in Egypt: prevalence and associated morbidity, *Eastern Mediterranean Health Journal*,. 14,1, 57-68.

16- Al-Isa. A, 1998a. Factors associated with overweight and obesity among Kuwaiti college women, *Nutr Health*; 12(4): 227-33.

17- Al-Isa. A, .1998b. Dietary and socio-economic factors associated with obesity among Kuwaiti college men, *Br J Mar*; 82(5): 369-74.

18- Al-Isa. A, .1999. Obesity among Kuwait university students: an explorative study,*J R Soc Health*.; 119(4):223-7.

19- Alison M. Elliott, Lorna S. Aucott, Philip C. Hannaford, and W. Cairns Smith.2005., *Weight Change in Adult Life and Health Outcomes, Obesity Research* ,13(10), 1784-1792.

20- Al-Madani KM, .2000. Obesity among medical practitioners and medical students in Bahrain, *Bahrain Med Bull*; 22(30): 138-39. Al-Mukhtar.

21- Armstrong, T. & Bull, F. (2006). "Development of the work health organization global physical activity questionnaire". *J. Public Health*. 14. 66-70.

22- A1-Nuaim, Abdul Rahman, MB, FRCP(C), FACP .1997. Population-Based Epidemiological Study of the prevalence of overweight and obesity in Saudi Arabia, regional variation, *Annals of Saudi Medicine*, 17,2,195-199.

23- Andersen RE, Crespo CJ, Bartlett SJ, Cheskin LT, Pratt M: .1998. Relationship of physical activity and television watching with body weight and level of fatness among children: results from the Third National Health and Nutrition Examination Survey. *I.I MA* 279:938-942. Al

24- Batieha, A; Jaddou, H; Ajlouni, K .1997. Hyperlipidemia in Jordan: a Community-Based Survey, *Saudi Medical Journal*;. 18 (3).

25- Carmen Rodriguez, Stephen J. Freedland, Anusila Deka, Eric J. Jacobs, Marjorie L. McCullough,Alpa V. Patel, Michael J. Thun, and Eugenia E. Calle, .2007.Body Mass Index, Weight Change, and Risk of Prostate Cancer in the

Cancer Prevention Study II Nutrition Cohort , *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev*;16(1).

26- Carl, J. Lavie, Richard, V. Milani. & Hector, O. Ventura. (2009). "Obesity and Cardiovascular Disease". *J Am Coll Cardiol*. 53. 1925-1932.

27- Dhurandhar NV, Kulkarni PR. Prevalence of obesity in Bombay .1992. *International Journal of Obesity*;16:367-75

28- Dunstan, I). W, JO Salmon, Neville Owen, Timothy Armstrong, Paul Z. Zimmet, Timothy A. Welborn, Adrian J. Cameron, Terence Dwyer, Damien Jolley, Jonathan E. Shaw, .2004., Physical Activity and Television Viewing in Relation to Risk of Undiagnosed Abnormal Glucose Metabolism in Adults, *Diabetes Care* 27:2603-2609.

29- Dwyer, Allison, Goldenberg, Fein, Yoshida, & Boutilier .2006.. Adolescent girls' perceived barriers to participation in physical activity, *Adolescence*, 41 (161), 75-89.

30- Edman, J.L., Yates, A., Aruguete, M.S., & DeBord, K.A. .2005.. Negative emotion and disordered eating among obese college students. *Eating Behaviors*, 6,308-317.

31- El-Hazmi. M.A.F.and Warsy. A.S .1997. prevalence of obesity in the Saudi population, *Annals of Saudi Medicine*, 17,3,302-306.

32- Grabauskas V, Petkeviciene J, Klumbiene J, Vaisvalavicius V. .2003. The prevalence of overweight and obesity in relation to social and behavioral factors (Lithuanian health behavior monitoring). *Medicina*;39:1223-30.

33- Huot I, Paradis G, Ledoux M. .2004. Factors associated with overweight and obesity in Quebec adults. *Int J Obes Relat Metab Disord*;28:766-74.

34- Ignarro, LJ. Balestricri, ML. Napoli, C. (2007). "Nutrition, physical activity, and cardiovascular disease: an update." *Cardiovascular research*. 73

35- Jahns L, Baturin A, Popkin BM. .2003. Obesity, diet, and poverty: trends in the Russian transition to market economy. *European Journal of Clinical Nutrition*;57: 1295-302.

36- Jorm AF, Korten AE, Christensen H, et al. .2003. Association of obesity with anxiety, depression and emotional well-being: a community survey. *J Public Health*;27: 434-40.

37- Khashoggi RH. Madani KA. Ghaznawy HI. Ali MA .1994. Socioeconomic factors affecting the prevalence of obesity among female patients attending primary health centres in Jeddah, Saudi Arabia, *Ecol Food Nutr.*; 31: 277-283.

- 38- Lin BH, Huang Cl., French SA. .2004. Factors associated with women's and children's body mass indices by income status. *Int Obes Relat Metab Disord*;28:536-42.
- 39- Molarius A. Scidell K', Sans S, et al.. 2000. Educational level, relative body weight, and changes in their association over 10 years: an international perspective from the WHO MONICA Project. *Am J Public Health*;90:1260-8.
- 40- Pomerleau J, Pudule I, Grinberga D, et al. .2000. Patterns of body weight in the Baltic republics. *Public Health Nutr*;3:3-10.
- 41- Ridderstra. M, Gudbjø. S, Rnsdottir , Eliasson.B, Nilsson.P, Stice, E., Shaw, H., & Marti, N. .2006.. A meta-analytic review of obesity prevention programs for children and Adolescents: the skinny on interventions that work. *Psychological Bulletin*, 132(5), 667-697.
- 42- Roberto. E, Jose' M, Jose' R, Linz, N, Ferezin,C & Marilia M .2005. Relationship of body fat distribution by waist circumference, dual-energy X-ray absorptiometry and ultrasonography to insulin resistance by homeostasis model assessment and lipid profile in obese and non-obese postmenopausal women, *Gynecological Endocrinology*, 21(5): 295-301
- 43- Shankar S, Nanda JP, Bonney G, et al. .2000. Obesity differences between African-American men and women. *J Nail Ivied Assoc*;92:22-8.
- 44- Sichieri R, Coitinho DC, Lao MM, Recine E, Everhart JE. .1994. High temporal, geographic, and income variation in body mass index among adults in Brazil. *American Journal of Public Ilealth*;84:793-8.
- 45- Townsend MS, Peerson J, Love B, et al.. 2001. Food insecurity is positively related to overweight in women. *J Nutr*;131: 173845.
- 46- Wardle .1. Waller .1, Jarvis MJ..2002. Sex differences in the association of socioeconomic status with obesity. *Am J Public Ilealth*:92:1299-304
- 47- Weng lilt Bastian LA, Taylor DH Jr, et al.. 2004. Number of children associated with obesity in middle-aged women and men: results from the Health and Retirement Study. *J Womens Health (Larchmt)*;13:85-91.
- 48- WHO. .2000a.Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation. WHO Technical Report Series 894. Geneva: *World Health Organization*.
- 49- Zindah, Meyasser, Adel Belbeisi, Henry Walke,, Ali H. Mokdad .2008. Obesity and Diabetes in Jordan: Findings From the Behavioral Risk Factor Surveillance System, *Prey Chronic Dis*;5(1),1 -8.

## المخلص

## تخصص تغذية رياضيين

هدفت الدراسة إلى التعرف على نسبة إنتشار البدانة ونقص الوزن لدى بعض طالبات كلية التربية الاساسية بالكويت تبعاً لمتغيرات الفرقة الدراسية ولمناطق ( الجهراء ( الشمال ) - العاصمة ( الوسط ) - الاحمدي ( الجنوب )) للعام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩ ، كما تكونت عينة الدراسة من (٩٠٠) طالبه تم اختيارهم عشوائياً من مختلف أقسام كليات التربية الاساسية البالغ عددهم (١٨) قسم متخصص ، كما تم قياس لهم الطول والوزن ، ومؤشر كتلة الجسم ، ومسطح كتلة الجسم ، وقد طبق عليهم الاستبانة الخاصة بمتغيرات ( مشاهدة التلفاز - استخدام الانترنت - الدخل الشهري - ممارسة الرياضة من أجل الصحة العامة ) ، كما أشارت النتائج إلى أن أعلى نسبة لإنتشار البدانة (البدانة أو الوزن الزائد ) كانت في منطقة العاصمة بين الطالبات ، وأن نسبة النقص في الوزن أو الاقرب للنحافة في منطقة الاحمدي ، ووجدت علاقة طردية بين إنتشار البدانة وبين الدخل الشهري الأسري ، ووجود إرتفاع في متوسط ساعات مشاهدة التلفاز وإستخدام الإنترنت لدى الطالبات البدنيات ، وأن هناك زيادة في نسب الطالبات الذين يعانون من البدانة من غير ممارسي النشاط الرياضي وتناقصها لدى الممارسين ، وفي ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بضرورة تفعيل مستوى ومحتوى مساق الرياضة في حياتنا لجعله اكثر إرتباطاً بالصحة واللياقة البدنية والنظم الغذائية الصحية وإلى جعل مواجهة إنتشار البدانة والوقاية منها هدفاً إستراتيجياً للكليات من خلال زيادة مستوى البرامج الرياضية والبدنية المقدمة للطالبات .

. الكلمات الدالة : البدانة ، الوزن الزائد ، النقص في الوزن ، طالبات ، كلية التربية الاساسية

### Abstract

The extent of obesity and underweight among some students of the College of Basic Education at the Public Authority for Applied Education and Training in the State of Kuwait

The study aimed to identify the prevalence of obesity and underweight among some students of the College of Basic Education in Kuwait, according to study group variables and the regions of (Jahra (north) – Al easima (center) – Ahmadi (south) –) for the 2018/2019 academic year, as the study sample consisted of (900) students were randomly selected from the various departments of the basic education colleges, which number (18) a specialized department, as well as height and weight, body mass index and flat body mass were measured, and the questionnaire for the variables was applied (watching TV – using the Internet – income Alshehri – Exercise for general health Meh), also signals the results that the highest proportion of Ancharalbadanh (obese or overweight) were in the capital area between the students And that the percentage of underweight or closest to thinness in the Ahmadi region, and there was a direct relationship between the prevalence of obesity and the monthly household income, and the presence of an increase in the average hours of watching television and the use of the Internet for obese requests, and that there is an increase in the proportion of female students who are obese without practicing activity The athlete and its decrease among practitioners, and in light of the results of the research, the researcher recommends the necessity of activating the level and content of the sport course in our lives to make it more linked to health, fitness and healthy food systems and to make facing obesity prevalence and prevention a strategic goal for colleges through Increasing the level of sports and physical programs offered to female students,.

Key words: obesity, overweight, underweight, female students, college of basic education