الوجبات السريعة قد تصيب الأطفال بالإكزيما



الأطفال الذين يتناولون الكثير من الفواكه والخضروات تنخفض نسبة إصابتهم بالربو

أظهرت دراسة حديثة أن تناول الوجبات السريعة ثلاث مرات أسبوعياً قد يؤدي لإصابة الأطفال بأزمات الربو والإكزيما الجلدية، وفقاً لصحيفة "الرياض".

فقد شملت الدراسة بيانات 500 ألف طفل من أكثر من مئة دولة، تراوحت أعمارهم بين السادسة والأربعة عشر عاماً.

وأظهرت الدراسة أن المراهقين الذين يتناولون الوجبات السريعة ثلاث مرات أو أكثر أسبوعيا معرضون للإصابة بالربو الحاد بنسبة 39% أكثر من غيرهم، وحوالي 27% في المئة من الأطفال معرضون للإصابة بالربو والتهاب في الأنف، وهذا يبين أن سوء العادات الغذائية قد يكون سببا في ارتفاع معدلات الإصابة بأمراض الحساسية هذه.

وقال الباحثون من جامعة أوكلاند بنيوزيلندا، "إذا كانت العلاقة بين الوجبات السريعة الجاهزة وأعراض

الربو والإكزيما وحساسية العينين والأنف سببية، فإن نتائج هذه الدراسة تكون لها أهمية كبيرة على الصحة العامة، خاصة مع زيادة تناول الوجبات الجاهزة السريعة في أنحاء العالم".

كما بينت الدراسة أن الأطفال الذين يتناولون الكثير من الفواكه والخضروات تنخفض نسبة إصابتهم بالربو مقارنة بغيرهم، وأن وظائف الرئة ترتبط بالكميات العالية من فيتامينات C وE وبيتا كاروتين، الموجودة بكثرة في الحمضيات والتفاح وعصير الفواكه.