دراسة تكشف السبب وراء انتقائية الأطفال للطعام

وجدت دراسة طولية أجريت على أطفال بريطانيين، أن ميلهم للأكل الانتقائي يتم تحديده إلى حد كبير من خلال العوامل الوراثية في جميع الأعمار. ومع ذلك، فإنه يظهر أيضا تأثيرًا بيئيًا أثناء مرحلة الطفولة، مما يشير إلى أن التدخلات المبكرة لمنعه قد تحقق بعض النجاح، بحسب ما نشره موقع Psy Post نقلًا عن دورية Child Psychology and Psychiatry.

والأكل الانتقائي، أو صعوبة الإرضاء عند تناول الطعام، هو الميل إلى تناول مجموعة محدودة فقط من الأطعمة. ويهتم الأفراد الذين يعانون من هذه السمة، بشكل خاص بنكهة الطعام أو ملمسه ويترددون في تجربة الأطعمة والنكهات الجديدة.

في حين أن الأكل الانتقائي شائع عند الأطفال الصغار، إلا أنه يمكن أن يستمر حتى مرحلة البلوغ. وينشأ عادة في البيئات التي يتم فيها تشجيع التنوع الغذائي، مثل المدرسة أو التجمعات الاجتماعية أو حتى في المنزل عندما يقوم شخص آخر بإعداد الطعام.

نظرًا لأن الأشخاص الذين يتناولون طعاما صعب الإرضاء يحدون من نطاق الأطعمة التي يستهلكونها، فقد يعانون من نقص التغذية.

كما تشير الأبحاث إلى أن التعرض المبكر لمجموعة متنوعة من الأطعمة والتجارب الإيجابية أثناء تناول الطعام يمكن أن يساعد في تقليل الانزعاج من تناول الطعام.

بدورها، سعت الباحثة زينب ناس وزملاؤها إلى استكشاف المسار التنموي للأكل الانتقائي من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة المبكرة وتقدير مساهمة العوامل الوراثية والبيئية في الاختلافات الفردية في هذه السمة.

تم اختيار المشاركين في الدراسة من جيميني، وهي مجموعة سكانية من الأطفال التوأم المولودين في إنجلترا وويلز في عام 2007.

وقد تمت متابعة هؤلاء الأطفال كجزء من مشروع بحثي مستمر لأكثر من عقد من الزمن. في بداية الدراسة، كان عمر الأطفال 16 شهرًا، وكان هناك 3854 مشاركًا.

وبحلول الوقت الذي بلغوا فيه سن 13 عامًا، بقي 970 مشاركًا في الدراسة.

قام الباحثون بتحليل البيانات المتعلقة بالأكل المتطلب والتي تم جمعها في نقاط زمنية مختلفة باستخدام استبيان سلوك الأكل لدى الأطفال الذي أبلغ عنه الآباء، والذي تم استكماله عندما كان المشاركون في سن 3 و5 و7 و13 عامًا.

كما قاموا بفحص البيانات حول ما إذا كان الأطفال توأمًا أحادي الزيجوت (المتطابقين وراثيا) أو ثنائي الزيجوت، بالإضافة إلى عمرهم وجنسهم.

وأوضح الباحثون أن "اللوم لا يقع على الآباء في سلوكيات الأكل لدى أطفالهم"، مبينين أنه يمكن "أن تبدأ التدخلات التي تستهدف حل مشكلة الانزعاج أو الانتقائية الغذائية في وقت مبكر من مرحلة الطفولة وربما تحتاج إلى أن تكون مصممة ومكثفة في نقاط زمنية تنموية مختلفة."

"تووليت" الملثم يكشف عن هويته

كشف المتحدث الرسمي لنقابة المهن الموسيقية في مصر، محمد عبدالله، مفاجأة عن المغني المعروف بـ"تووليت"، مبيناً أنه حضر إلى مقر النقابة، حيث تقدم بجميع الأوراق الرسمية والمستندات المطلوبة، وكشف عن هويته الحقيقية أمام اللجنة المختصة.

وأضاف الدكتور عبدالله أن النقابة وافقت على منح صاحب "اللثام" تصريحًا سنويا بعد استيفاء كافة الشروط القانونية، كما تم التصديق على إقامة حفله الأول.

كما أكد أن النقابة تدعم الفنانين الملتزمين وتحرص على توفير المناخ المناسب لإقامة الفعاليات الفنية بما يحافظ على الذوق العام والقيم المجتمعية.

وعن سؤاله حول استدعاء تووليت للنقابة وظهوره بدون قناع، رد قائلا: "هو هيكشف بنفسه عن نفسه، بس هو معلوم لدينا وقدم جميع أوراقه واجتاز الاختبار أثناء حضوره إلى النقابة بدون قناع، وحصل على تصريح سنوي"، وفق ما نقلته وسائل إعلام محلية.

وكانت نقابة المهن الموسيقية كشفت الأربعاء، عن حصول مطرب الراب تووليت على تصريح الغناء بعد حضوره واجتيازه الاختبارات الخاصة بالنقابة، وذلك قبل تقديم أول حفل غنائي ضمن جولته للترويج لألبومه الجديد "كوكتيل أغاني"، والذي أقامه أمس الخميس في الشيخ زايد بمدينة أكتوبر.

يذكر أن تووليت نجح في جذب عدد كبير من الجماهير بأغنياته، إذ خلق لها لونًا مختلفًا، حتى تصدر محركات البحث على مواقع التواصل الاجتماعي بعد الكليب الأخير "حبيبي ليه" إذ ظهر فيه بالقناع أيضا.

وأصبح TUL8TE من أبرز المغنين في مصر والمنطقة العربية ما جعل كثيرين يحاولون البحث عن شخصيته الحقيقية.

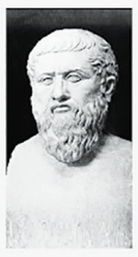
وقد ترددت العديد من الشائعات عن شخصيته، والتي لم يتم كشفها بشكل رسمي حتى الآن.

السودوكو

لعبة السودوكو هي لعبة تتكون من 9 مربعات كبيرة 3×3 و81 مربعا صغيرا 9×9 وتكون أولاً بعض المربعات الصغيرة مضافة ببعض الأرقام وعلى اللاعب إكمال اللعبة بوضع الأرقام من 1 إلى 9 دون تكرار في كل مربع من المربعات التسعة الكبيرة وفي كل صف وفي كل عمود.

	٢	٥		٣	٤	٨		
٦								
	٣			٧		١		
		٤			٥	٩		
	٩	٢	٣	٦				
	٧				٩	٣		٢
			٩	١				
		١		٢	٨			
					٦			

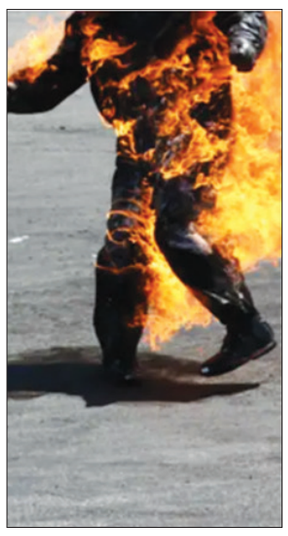
٦	٥	٨	٧	٢	٤	٣	١	٩
٧	٣	٤	٩	٨	١	٥	٢	٦
٩	١	٢	٥	٦	٣	٧	٨	٤
٥	٩	٣	٢	٧	٦	١	٤	٨
٤	٢	٦	١	٣	٨	٩	٥	٧
١	٨	٧	٤	٩	٥	٦	٣	٢
٢	٦	٥	٣	٤	٩	٨	٧	١
٣	٧	٩	٨	١	٢	٤	٦	٥
٨	٤	١	٦	٥	٧	٢	٩	٣



لكي تكون عظيمًا لابدّ أن يُساء فهمُك

– أفلاطون –

جزائري يحرق نفسه بسبب دراجته النارية!



في مشهد صدم الشارع الجزائري، أقدم شاب على الانتحار حرقا، بعد سحب عناصر الشرطة الدراجة النارية التي يعمل عليها، لارتكابه مخالفة.

فقد شهدت ولاية وهران (417 كيلومترا غرب العاصمة الجزائر)، إقدام الشاب على إشعال النار في جسده وسط الشارع على مرأى من المارة والسيارات.

بينما راح عدد من الأشخاص يوثقون تلك الواقعة المروعة عبر كاميرات هواتفهم.

وبدا من الفيديو الذي تم تداوله ولاقى انتشارا واسعا على مواقع التواصل الاجتماعي، الرجل وقد التهمته النيران.

في حين حاول عناصر الأمن، وبعض المواطنين المارين إنقاذه وإطفاء النيران المتقدة.

فيما صدم الفيديو جميع الجزائريين خاصة أن المعني، حسب شهادات من عاشوا الحادثة هو عامل توصيل، أي يستخدم دراجته النارية لنقل الأغراض.

وأثار الشاب تعاطف رواد التواصل في الجزائر، حيث علق أحدهم: ".. يبدو أنه كان تحت الضغط الذي جعله لا يحسب عواقب ما يفعل".

بينما دعا آخرون إلى "تسهيل مهمة هؤلاء العمال؛ لأنهم لا يستخدمون دراجتهم للهو مثل آخرين".

غير أن بعضًا آخر انتقد الرجل المسكين، معتبرين أن سحب دراجته النارية ليست نهاية العالم.

"موكا موس" من حلوى بالشوكولاتة إلى لون العام 2025

في استمرار لتقليد مُعتمد منذ أكثر من ربع قرن، اختار دليل Pantone لونه الخاص بالعام 2025. وقد وقع الاختيار في هذا المجال على لون Mocha Mousse البني الناعم الذي يستحضر الشعور بالراحة المُرافق لتناول قطعة من الحلوى بالشوكولاتة أو كوب من الكاكاو.

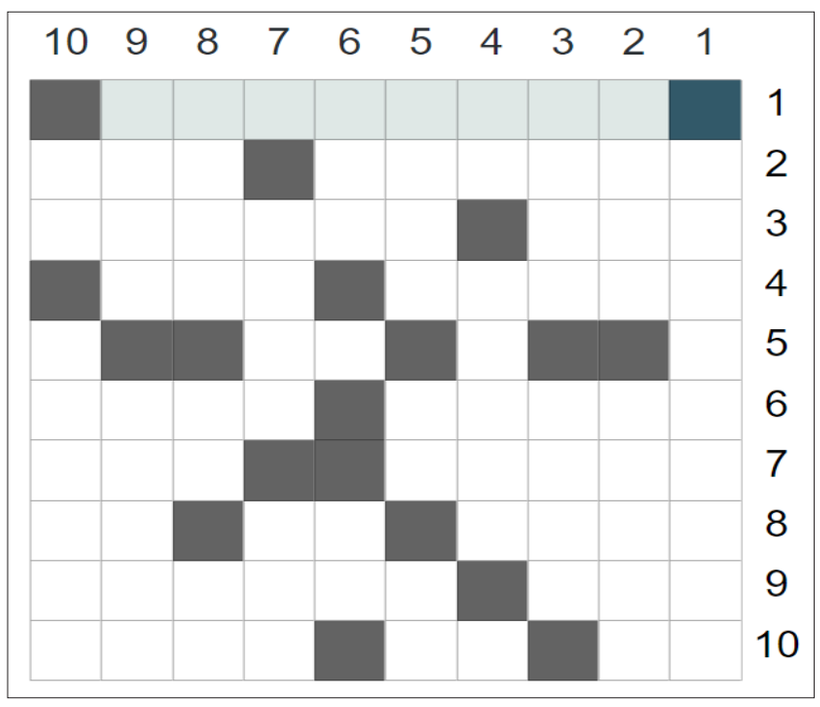
يشهد شهر ديسمبر عادةً اختيار دليل Pantone لونا للعام المقبل في مجال التصميم وأسلوب الحياة بالارتكاز على تحليل اتجاهات الموضة، والأعمال الفنيّة، والتصميم الداخلي.

وقد أشارت لوري بريسمان، نائبة رئيس شركة Pantone في بيان صحفي أن لون Mocha Mousse الذي اختير للعام 2025 يستحضر إحساساً بالانسجام الذي يجلب مشاعر الرضا ويُلهم حالة إيجابيّة من السلام الداخلي، والهدوء، والتوازن ما يجعله يحتضن ثقافة التواصل والاهتمام بالصحة بجوانبها الجسديّة، والعقليّة، والروحيّة.

من خصائص هذا اللون البني الفاتح أنه يولد إحساساً دافئاً وشهياً كما يوحي اسمه الذي يستحضر نوعاً من الحلوى المصنوع من الشوكولاتة والقهوة.

وهو يُجسّد بامتياز مفهوم "الرفاهية الهادئة" Quiet Luxury الذي ازداد بروزاً في الفترة الأخيرة. يندرج هذا التدرّج من البني ضمن الألوان المحايدة التي تولّد شعوراً بالتوازن والهدوء. وقد ظهر حتى الآن في بعض مجموعات الأزياء التي قدمتها دور Gucci، وFendi، وAcne لربيع وصيف 2025.

كلمات متقاطعة



افقيا

1- عاصمة الارجنتين.
2- من الأعشاب • غاية.
3- مبتل • مدينة برازيلية.
4- دولة فارسية • مداد.
5- للنفي.
6- ابن آدم • ضد موجب.
7- خيمة كبيرة • من منتجات الحليب.
8- علم مذكر "معكوسة" • حرف جر • دق الجرس "معكوسة".
9- لقب تركي شرقي "معكوسة" • مغنية كولومبية "معكوسة".
10- متشابهان • سئم • عالم "معكوسة".

عموديا

1- من ثلاثية نجيب محفوظ.
2- بين جبلين • تقوى وورع.
3- يضيء • حارس العمارة.
4- في الفم "معكوسة" • من الأنبياء.
5- علم مؤنث • حرف نصب • للتعريف.
6- ضمير المتكلم • ضد حلو.
7- من المعادن • ظرف مكان "معكوسة".
8- معاش الموظف • للتعريف • حرف نصب.
9- فرح • دولة عربية.
10- شتم "معكوسة" • فيلسوف اندلسي مسلم.

حل العدد السابق

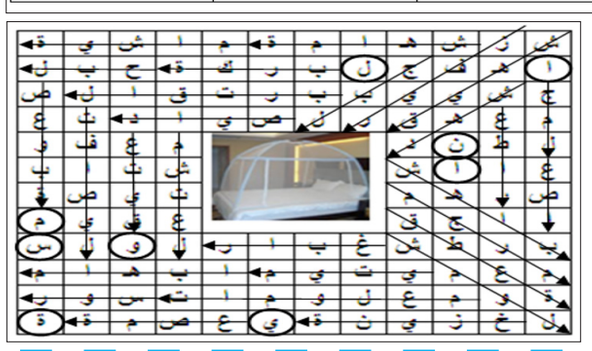
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	ف	ر	ا	ن	ك	ف	و	ر	ت	■
2	ا	س	ت	و	ن	ي	ا	■	ا	ل
3	ي	ا	ر	■	د	ن	■	ي	ي	ي
4	ا	م	ا	■	ا	ي	ل	■	س	ب
5	ي	■	ح	م	■	س	ا	ط	و	ر
6	و	د	■	ن	ا	ي	■	ر	ن	ا
7	ن	ا	س	■	ل	ا	س	ا	■	■
8	ا	ر	ي	ا	م	■	ر	ب	ا	ن
9	ن	و	ل	■	ح	ل	■	ل	ن	ا
10	■	ن	■	ر	ن	د	■	س	ا	د

الكلمة المفقودة

إعداد / منى فضل عبدالله

اشطب الكلمات أدناه في الجدول في كل الاتجاهات لتجد كلمة السر المكونة من 7 حروف، وهي اسم آلة حربية .

م	ح	ة	ر	ا	ظ	ن	ء	ا	ر	ز	و
خ	ل	ح	ل	ج	س	م	ة	ل	ي	ص	ح
ت	ق	ف	م	د	ق	ع	ا	م	م	ع	م
ا	ا	ل	س	ل	ل	س	غ	س	ش	ي	ز
ر	ت	ا	ر					ت	ا	و	ر
ا	م	ت	و					و	ه	ن	ع
ت	خ	ق	ر					ص	د	س	ة
ا	خ	ي	ي					ف	ة	ي	ب
ن	س	ي	م	و	ة	ر	و	ص	د	و	ن
ا	ر	ر	ر	ة	د	ة	ج	ه	ب	ف	ك
ء	ة	غ	ب	ص	ت	ا	ن	ا	ل	ع	ا
ة	ء	ا	ع	و	ع	ت	ا	ع	و	ن	م

خزينة	زفير	شهد	شهاب
ماشية	شمول	شهيق	شهامة
معلومات	مجرم	قطعة	حبل
جمل	يتيم	عطار	صعوبة
صياد	جبل	بركة	برتقال
مشتعل	ابهام	عتيق	سور
عصمة	عصا	غبار	تفاصيل

الحل (الناموسية)