



المملكة العربية السعودية
وزارة الشؤون البلدية والقروية
وكالة الوزارة للشؤون البلدية
الإدارة العامة لصحة البيئة
إدارة المواد الغذائية

مخاطر الوجبات السريعة

١٤٣٥هـ / ٢٠١٤م



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



المملكة العربية السعودية
وزارة الشؤون البلدية والقروية
وكالة الوزارة للشؤون البلدية
الإدارة العامة لصحة البيئة
إدارة المواد الغذائية

مخاطر الوجبات السريعة

٢٠١٤هـ / ١٤٣٥م



وزارة الشؤون البلدية والقروية، ١٤٣٤ هـ (ح)

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة الشؤون البلدية والقروية
مخاطر الوجبات السريعة على الاطفال . / وزارة الشؤون البلدية
والقروية . - الرياض ، ١٤٣٤هـ

١٦ ص: ١٢ × ١٥ سم

ردمك: ٧-٦٨-١٠٩-٨١٠٩-٦٠٣-٩٧٨

١- الوجبات السريعة ٢- الاغذية و الصحة ٣- الاطفال - تغذية
أ.العنوان

١٤٣٤/٣١٦٦

ديوي ١١٣.٢

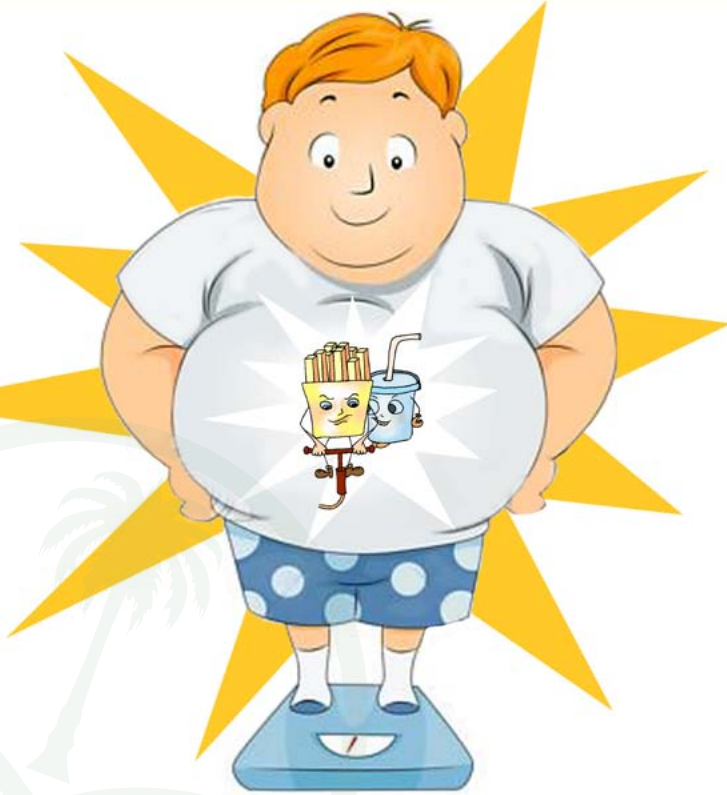
رقم الإيداع: ١٤٣٤/٣١٦٦

ردمك: ٧-٦٨-١٠٩-٨١٠٩-٦٠٣-٩٧٨



مخاطر الوجبات السريعة

الوجبات السريعة تؤدي إلى...



إن الإيقاع السريع للعصر الذي يعيشه الإنسان الحديث في هذا القرن فرض نفسه على كثير من أمور الحياة اليومية، ومنها وجباته التقليدية التي من المفترض أن يتناولها الإنسان في مواعيد محددة مع أفراد الأسرة، والتي يجب أن تكون بالضرورة صحية متكاملة ومتوازنة غذائياً باحتوائها على كافة العناصر التي يحتاجها الجسم للنمو والنشاط ومقاومة الأمراض.

وقد انتشر هذا الإيقاع السريع إلى وجبات الإنسان وإلى غذائه ونوعيته وطريقة تحضيره وإعداده وتداوله وتناوله فيما يعرف حالياً بالوجبات السريعة أي: سريعة التحضير والتداول والتناول والتي يمكن أن تصل إليك في أي وقت وفي أي مكان.

وأدى الانتشار السريع لتلك النوعية من الوجبات خصوصاً بين الشباب والأطفال في مرحلة النمو والبناء إلى انتشار العديد من الأمراض الغذائية والعضوية التي تسببها هذه النوعية من الوجبات غير المتزنة غذائياً.

وتلقي هذه النشرة الضوء على بعض تلك الأمراض وكذلك المشاكل التي تسببها الوجبات السريعة.

والله ولي التوفيق

وكالة الوزارة للشئون البلدية

السمنة



أمراض القلب



الخمول



الانطواء والخجل

حساسية الصدر " الربو "



ضعف الذاكرة



الأمراض المزمنة

طعام آمن = جسم سليم



رقم الإيداع: ١٤٣٤/٣١٦٦
ردمك: ٧-٦٨-٩-٨١٠٩-٦٠٣-٩٧٨