

تغذیه دانشجویی؛

جای خالی استارت‌آپ‌های تغذیه در دانشگاه‌ها/ موبایل، ناجی سلامتی دانشجویان

در حال حاضر می‌توان از تکنولوژی برای بهبود وضعیت تغذیه دانشجویان بهره برد؛ آمارها از ابتدای ۳۰ درصد دانشجویان به چربی خون حکایت می‌کند، این وضعیت نگران کننده است.

به گزارش خبرنگار گروه دانشگاه ایسکانیوز، سو تغذیه و مشکلات گوارشی یکی از شایع ترین معضلاتی است که دانشجویان با آن دست به گریبان هستند. دوری از خانواده، به هم ریختگی ساعت خواب و وعده های غذایی، بی حوصلگی، ناآشنایی با آشپزی مخصوصا در میان دانشجویان پسر و البته اختصاص بیشتر ساعات روز به شرکت در کلاس های دانشگاه و مطالعه در خوابگاه و خانه های دانشجویی از مهم ترین علل درگیری دانشجویان با مشکلات تغذیه ای است.

در این میان دانشگاه ها متولی اصلی سلامت و کیفیت غذای دانشجویان هستند؛ عدم استفاده از مواد اولیه درجه یک، بی دقتی و بی تفاوتی در طبخ غذا باعث می شود دانشجویان حتی بعد از صرف غذاهای کامل در دانشگاه هم دچار مشکلاتی شوند. دلیل عمده اش نیز واگذاری تهیه غذا در سلف های دانشگاه ها و خوابگاه ها به پیمانکاران غذایی است. کترینگ‌ها برای ایجاد احساس سیری کاذب و طعم دادن به غذا از روغن و ادویه بسیار زیادی استفاده می کنند که در درازمدت باعث بیماری هایی مانند کبد چرب، مشکلات کلیوی، زخم معده و ناراحتی های گوارشی می شود.

* استفاده از موبایل برای بهبود تغذیه دانشجویان

در این میان گسترش تکنولوژی می تواند به کمک دانشجویان بیاید و کاری کند خودشان تحولی در کیفیت غذا و سلامتی شان ایجاد کنند. امروز دیگر تقریبا هیچ جوانی پیدا نمی شود که یک موبایل نداشته باشد و طبیعتا دانشجویان نیز از این قاعده مستثنی نیستند. حالا دیگر کلاس های دانشگاه ها به شکل سنتی برگزار نمی شود، گذشت دورانی که ساعت کلاس ها را روی بُرد سنجاق می کردند و دانشجویان برای انتخاب واحد باید مقابل اتاق آموزش، صف می کشیدند. حالا هر کلاسی، یک کانال در فضای مجازی دارد و دانشجویان در هر ساعت از شبانه روز می توانند از همدیگر سؤال بپرسند، عکس جزوه ها را به صورت آنلاین در اختیار یکدیگر قرار دهند و حتی برای نمره میان ترم و پایان ترم به استاد، التماس کنند!

* اپلیکیشن‌های پول ساز

سرعت اینترنت در ایران نسبت به سال های گذشته، افزایش پیدا کرده و از سوی دیگر استارت‌آپ‌ها نیز گسترش بسیار زیادی داشته اند. اگر تا پنج سال قبل به شما می گفتند که می توانید با موبایل خود در نقطه از شهر، تاکسی بگیرید و اسم و تصویر راننده و شماره پلاک اتومبیلش را هم ببینید، شاید باورش سخت بود؛ اما امروزه تاکسی های اینترنتی به جزئی از زندگی مردم مخصوصا در پایتخت بدل شده اند. حالا می توان به راحتی وارد فروشگاه های نرم افزاری داخلی و خارجی از سیستم های عامل مختلف شد و هر برنامه ای با هر فضایی را بارگیری (دانلود) کرد؛ از بازی های گوناگون تا برنامه های حسابداری و دیوان شعرا. تعداد قابل توجهی از این برنامه ها، درآمدهایی گاهی چند صد میلیون تومانی را نصیب سازندگان خود می کنند. به طور مثال سه دانشجوی مهندسی مکانیک دانشگاه امام خمینی (ره)،

مهندسی نرم افزار دانشگاه صنعتی شریف و مهندسی معماری دانشگاه تهران که حول و حوش ۲۰ سال سن داشتند، یک بازی موبایلی به نام آفتابه طراحی کردند؛ این بازی نزدیک به دو میلیون بار دانلود شد و چند صد میلیون تومان نصیب سازندگانش کرد، پیام رسان ها و مسیریاب هایی نیز بودند که قیمت شان از ۵ هزار تومان تجاوز نمی کرد؛ اما بیش از ۲۰۰ میلیون تومان برای طراحان خود درآمد به همراه داشتند.

* جای خالی استارتآپی برای تغذیه دانشجویی

می توان از فضای اینترنت و موبایل هایی که با هر وضعیت مالی در دست دانشجویان پیدا می شود برای کمک به کیفیت تغذیه و سلامت دانشجویان استفاده کرد. بنا بر آماري که مجتبی شریعتی نیاسر، معاون آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری ایران در مرداد سال ۱۳۹۶ ارائه داد، ۴۶ درصد از جمعیت دانشجویان را دختران تشکیل می دهند. حدود ۶۰ درصد از دختران دانشجوی هم در خوابگاه ها ساکن هستند و ۴۰ درصد دیگر در خانه های دانشجویی سکونت دارند یا همراه با خانواده خود زندگی می کنند. از آنجایی که بخش اعظمی از دختران در آشپزی، مهارت دارند، می توان از پتانسیل آنها برای تهیه و توزیع غذای سالم در میان دانشجویان استفاده کرد.

* معرفی و توزیع اپلیکیشن آسان ترین بخش کار است

دانشجویان رشته های مهندسی کامپیوتر و نرم افزار و دانشجویان آشنا به برنامه نویسی می توانند برنامه (اپلیکیشن) هایی طراحی کنند و حداقل مقیاس کوچکی به اندازه یک دانشگاه یا حتی دانشکده خود را از نظر غذاهای سالم تأمین کنند. محمدرسول دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد ژئوفیزیک است و به دلیل علاقه شخصی، دوره های حرفه ای و تخصصی آموزش کامپیوتر و شبکه را به صورت آزاد پشت سر گذاشته است. او در این باره به خبرنگار ایسکانیوز، گفت: اگر برنامه نویسی بلد باشید، طراحی یک اپلیکیشن اصلا کار سختی نیست. اصلا نیازی نیست که دانشگاه هم هزینه کند، اگر مثل یکی از این اپلیکیشن ها که غذای خانگی را به دست مردم می رساند، دختران علاقه مند به آشپزی را شناسایی کرده و ساز و کاری تعیین کنند، بخش معرفی و توزیع دیگر آسان ترین بخش کار خواهد بود.

* استارتآپ غذا راه بیندازند، کسی سراغ سلف نمی رود!

نیما هم که دانشجوی مهندسی کامپیوتر است، در این خصوص به خبرنگار ایسکانیوز گفت: وقتی چنین ایده ای عملی شود، دیگر نیازی به تبلیغات نیست. بین دانشجویان دهان به دهان می چرخد و همه خبردار می شوند. کافی است دو تا منو روی در و دیوار دانشگاه بچسبانند تا دیگر کسی به سراغ سلف دانشگاه نرود! قطعا غذایی که خانگی پخته شده، هزار برابر بهتر از غذاهای دانشگاه هاست؛ غذاهایی که معلوم نیست آشپزها چه چیزی داخل شان می ریزند چون اصلا دل شان برای دانشجویان نمی سوزد.

* حمایت از استارتآپ ها می تواند تحولی عظیم در تغذیه دانشجویان ایجاد کند

فرهاد فلاحتی، عضو کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس شورای اسلامی در این باره به خبرنگار ایسکانیوز، گفت: اگر چنین ایده ای عملی شود بسیار اثرگذار خواهد بود. نیازی نیست دانشگاه ها هزینه ای را متقبل شوند بلکه با اندک حمایت مادی و معنوی از طراحی چنین استارتآپ هایی می توانند تحولی عظیم در بحث تغذیه دانشجویان ایجاد کنند. متأسفانه آمارهایی که از وزارت بهداشت دریافت می شود، نگران کننده است؛ بخش زیادی از مردم ما در سنین ۵۰ سال به بالا دچار مشکلات و بیماری هایی هستند که عوارض تغذیه نادرست در دوران جوانی است.

وی ادامه داد: خیل عظیمی از جمعیت جوان ما را دانشجویان تشکیل می دهند و اگر بتوان چنین استارتاپ هایی را گسترش داد و غذای خانگی را جایگزین اغذیه بی کیفیت کرد، وضعیت سلامت جامعه نیز بهبود زیادی خواهد یافت. از طرف دیگر با این کار اشتغالزایی هم برای جمعیت زیادی ایجاد خواهد شد و البته اوقات فراغت دانشجویان، هدفمند پر می شود. وقتی دانشجو سرگرم کار مفیدی باشد، دیگر زمانی برای انجام کارهای بیهوده ندارد و به سوی اتفاقات بد هم کشیده نمی شود.

* می توان از تکنولوژی برای بهبود وضعیت تغذیه دانشجویان بهره برد

دکتر پریسا ترابی، مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی هم در این خصوص به خبرنگار ایسکانیوز، گفت: ما باید با زمان پیش برویم. زمانی برای خرید یک فرهنگ لغت باید بیش از ۱۰ جلد کتاب قطور خریداری می کردید و هر زمان نیاز داشتید، یکی، یکی کتاب ها را ورق می زدید تا کلمه مورد نظر خود را پیدا کنید؛ اما حالا تمام لغت ها در موبایل شماست و با یک جست و جوی ساده می توانید به نتیجه مورد نظر برسید. اکنون می توان از تکنولوژی برای بهبود وضعیت تغذیه دانشجویان بهره برد؛ وضعیتی که نگران کننده است و آمارها حکایت از ابتدای ۳۰ درصد دانشجویان به چربی خون دارد.

وی در پایان گفت: متأسفانه کیفیت غذاهای اکثر دانشگاه ها به دلیل حضور پیمانکاران، مطلوب نیست؛ اما وقتی دانشجویان ببینند می توانند در کنار تحصیل، درآمدزایی داشته باشند، انگیزه بیشتری برای پخت غذای با کیفیت دارند چرا که طعم غذاهای بی کیفیت دانشگاه ها و خوابگاه ها را چشیده اند. امیدوارم با آموزش و تدوین برنامه ای منظم و درازمدت، چنین طرحی را در تمام دانشگاه ها پیاده کنیم. باید بدانیم بسیاری از دانشجویان مخصوصاً پسران حوصله آسپیزی ندارند و ترجیح می دهند با فست فودهای مضر، خود را سیر کنند. اگر ببینند غذایی درون دانشگاه به دست هم‌دانشگاهیان آنها پخت می شود و غذا را با قیمت مناسبی دم در اتاقش هم تحویل می دهند، احتمال استقبالش بسیار زیاد خواهد بود.

انتهای پیام/