

كامل أو منزوع الدسم؟

الكاتب



حسن مدن

المجازات التي بها نحيا» هو عنوان كتاب شهير من تأليف جورج لاكوف ومارك جونسون، وما أكثر ما تخرج تعبيرات «معينة من معناها اللغوي المباشر لتصبح مجازاً، ومن ذلك أن أوصافاً من نوع «كامل الدسم»، «قليل الدسم» أو «خال من الدسم» خرجت من عالم الأغذية والصحة العامة لتلج المجاز، حيث صار بوسعنا وصف كتاب ما بأنه «منزوع الدسم»، في إشارة إلى ضحالة المحتوى وسطحيته، والأمر نفسه يصح على كلام الناس، فيمكن وصف محاضرة ما بأنها خالية من الدسم، ويصحّ العكس تماماً فيمكن أن نصف أخرى بأنها «كاملة الدسم» في إشارة إلى غنى محتواها. في مجال الأغذية والصحة، فإنّ تعبير «كامل الدسم» بات يحمل دلالة سلبية، فكل ما زاد دسمه يصبح ضاراً للصحة، وباتت الشركات المنتجة للأغذية، خاصة منها تلك المختصة بمنتجات الألبان تحرص على أن تقدّم منتجاتها في الصور الثلاث: كامل الدسم، وقليله، والخالٍ منه كلياً، تاركة للزبائن حرية اختيار أي صنف يروق لهم ويناسب صحتهم. كالعادة فإننا نقرأ الشيء ونقيضه عن المادة الغذائية نفسها، فمثلاً قد نجد خبير تغذية يقول لمن يعانون ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم: إياكم والجزء الأصفر من البيض، وقد نجد خبير تغذية آخر يقول العكس: لا تصدقوا هذه الترهات فأصفر البيض ضروري للصحة ومفيد جداً للجسم، وشيئاً مماثلاً قد نصادفه عند الحديث عن بعض البحريات، مثل «الروبيان» بين محذر منه لمرضى الكوليسترول، وبين من يقول العكس.

على صلة بالدسم، يطالعنا تصريح لطبيبة وخبيرة تغذية تنفي فيه كلياً ما وصفته بـ «الأساطير الشعبية» حول مخاطر وفوائد منتجات الألبان، مفندة القول بأن تناول الحليب الدسم والجبن والجبن القريش يؤدي إلى زيادة مستويات الكوليسترول في الدم، ويزيد من خطر الإصابة بتصلب الشرايين، وذهابه إلى العكس، فاتباع نظام غذائي غني بدهون الحليب يساعد على تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وداحضة «الأسطورة القائلة» بأن الناس يكتسبون الوزن بسبب الأطعمة الدهنية.

وعلى ذمة الخبرة فإن وزارة الصحة البريطانية أصدرت بياناً مفاده بأن منتجات الألبان المعتدلة الدسم تساعد على

تقليل مخاطر السمّة، بل إن صاحبتنا تدعو لتجنب الأطعمة التي تحمل علامات «قليلة الدسم»، لأنها تحتوي على ملح وسكر ضارين.

التقارير المتضاربة توقع الناس في حيرة، فالقائلون كلهم يصفون أنفسهم بالخبراء، ما جعل بعض المواقع الإلكترونية التي تنشر مثل هذه الآراء تحرص على إيراد تنبيه للقراء بضرورة الاعتماد على مشورة الطبيب المختص مبرئة نفسها من مسؤولية ما نشرته من تقارير منسوبة لمختصين

madanbahrain@gmail.com

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024