

تعديل قوائم الطعام يخفض الانبعاثات ويعزز الصحة



كشفت تجربة عملية، أجراها باحثون بريطانيون من جامعة أكسفورد، في ست كافيتيريات داخل أماكن عمل بريطانيا، أن تعديلاً محدوداً في قوائم الطعام أدى إلى تغيير ملموس في سلوك الأكل، وانخفاض في انبعاثات الغازات الدفيئة. وقالت، د. إليسا بيكر، من الجامعة والباحثة الرئيسية في الدراسة، إنه وباستبدال طبق واحد فقط من الخيارات المعتمدة على اللحوم بآخر نباتي، حتى دون إخطار الموظفين أو تعديل الأسعار أو بقية عناصر القائمة، أدى ذلك إلى زيادة اختيار الوجبات النباتية بنسبة 41% خلال سبعة أسابيع شملت أكثر من 26 ألف وجبة. وأضافت: «أظهرت النتائج أن هذا التغيير البسيط لم يؤثر سلباً على النشاط التجاري، إذ لم تسجل أي خسائر في الإيرادات أو انخفاض في عدد الوجبات المباعة، كما لم ترتفع معدلات هدر الطعام». وتابعت: «ولكن في المقابل، كانت الوجبات المختارة أكثر صحة واستدامة، بمتوسط انخفاض قدره 26 سعرة حرارية لكل وجبة، إلى جانب تراجع مستويات الدهون المشبعة والملح، وانخفاض انبعاثات الغازات الدفيئة بنسبة 8.5% لكل وجبة».

وأوضحت: «تكشف النتائج أن التغييرات البسيطة في بيئات الطعام قادرة على إحداث أثر كبير. وذلك بدفع الناس نحو

أنظمة غذائية أكثر صحة وأقل كربونا دون تقييد الاختيار». وتأتي هذه النتائج في سياق تحذيرات خبراء دوليين من أن النظام الغذائي العالمي يمثل أحد أبرز التحديات البيئية والصحية، مع توصيات بالتحول نحو أنماط غذائية تعتمد على النباتات.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2026