

بررسی آگاهی فرماندهان و مسئولین یکی از نیروهای نظامی در مورد تغذیه پرسنل نظامی در سال ۱۳۸۴

داود فرج زاده^۱ Ph.D، حجت رشیدی جهان^۲ M.Sc،

رضا توکلی^۲ Ph.D، حسن رفعتی^۲ Ph.D

آدرس مکاتبه: پژوهشکده طب رزمی - مرکز تحقیقات بهداشت نظامی

و دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج)

تاریخ پذیرش: ۸۷/۳/۲۳

تاریخ دریافت: ۸۷/۱/۲۰

خلاصه

مقدمه: عوامل مختلفی در کیفیت و چگونگی تغذیه پرسنل و سربازان نیروهای مسلح مؤثرند یکی از این عوامل میزان آگاهی و نگرش فرماندهان نظامی در رده‌های مختلف فرماندهی عملیات، پشتیبانی، اداری و مالی، آموزشی و... می‌باشد. آگاهی فرماندهان در مورد سامانه تغذیه نظامی و دانش تغذیه ای آنها ممکن است بر رفتار وعادات غذایی سربازان و پرسنل تاثیر بگذارد. ثابت شده است که فرماندهان آگاه و آموزش دیده می‌توانند از طریق آموزش و تشویق در ایجاد انگیزه و تصویر ذهنی مثبت از جیره غذایی عملیاتی در سربازان و کادر رسمی برای مصرف جیره‌های عملیاتی نقش مهمی ایفا نمایند. تحقیقات متعددی در خصوص آگاهی و نگرش فرماندهان پیرامون تغذیه سربازان و پرسنل نیروهای نظامی در سایر کشورها انجام شده است و لازم است با توجه به تجربیات و نتایج آن، در نیروهای مسلح کشورمان نیز این بررسی و تحقیق انجام شود و از نتایج آن در تهیه دستورالعمل‌های اجرایی با هدف ارتقاء کیفیت تغذیه نیروها در شرایط عادی و عملیاتی استفاده شود.

هدف: با توجه به تأثیر آگاهی و نگرش فرماندهان و مسئولین در مورد تغذیه پرسنل نظامی، این تحقیق بمنظور تعیین آگاهی و نگرش افراد مورد نظر در خصوص تغذیه پرسنل نظامی صورت گرفت تا بر اساس نتایج آن نسبت به برنامه ریزی‌های آموزش تغذیه اقدام شود.

مواد و روش‌ها: در این بررسی که یک مطالعه توصیفی به روش مقطعی است، اطلاعات از طریق مصاحبه و تکمیل پرسشنامه توسط پرسشگران جمع آوری شد. روش نمونه گیری خوشه ای و تعداد نمونه ۲۷۷ نفر می‌باشد. پس از تکمیل پرسشنامه با کمک نرم افزار SPSS نتایج مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: از مجموع ۲۷۷ نفر، ۷۲٪ پاسخگویان دارای سابقه کار بیش از ۲۰ سال بودند. در ارتباط با سطح اطلاعات و آگاهی فرماندهان و مسئولین در مورد مباحث تغذیه ای، ۶۲٪ در سطح خوب و عالی قرار داشتند و از نظر تحصیلات ۴۸/۷۴ درصد آن‌ها دارای نمونه تحصیلات کارشناسی و بالاتر بودند. فرماندهان و مسئولین منابع کسب اطلاعات خود را به ترتیب، روزنامه و مجلات (۷۰/۷۶ درصد)، کلاس‌های برگزار شده در مورد تغذیه (۶۱ درصد)، صدا و سیما (۴۹/۶۷ درصد) و پیک‌های بهداشتی نیرو (۴۷/۶۵ درصد) عنوان نمودند.

بحث: در مجموع سطح آگاهی در جامعه مورد مطالعه ۸ درصد در سطح عالی، ۵۴ درصد خوب، ۳۶ درصد متوسط و تنها ۲ درصد در سطح ضعیف قرار داشتند که این سطح از آگاهی نسبتاً قابل قبول می‌باشد. با توجه به اینکه این بررسی برای برنامه ریزی‌های آموزشی هم قابل استفاده است، نتایج آن برنامه ریزان را متوجه می‌سازد تا برای مجموع افرادی که در سطح متوسط (۳۶٪) و ضعیف (۲٪) هستند و مجموعاً ۳۸ درصد از فرماندهان و مسئولین نیروی مورد مطالعه (بیش از یک سوم) را تشکیل می‌دادند، برنامه‌های آموزش تغذیه را تدوین و اجرا نمایند.

واژه‌های کلیدی: آگاهی، فرماندهان، تغذیه، پرسنل نظامی

۱- مربی گروه تغذیه، مرکز تحقیقات بهداشت و گروه تغذیه دانشکده بهداشت - دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله

۲- نویسنده مسئول: مربی گروه آموزش بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله

۳- دانشیار گروه تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله

۴- مربی گروه آمار و اپیدمیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله

مقدمه

مسئول مستقیم سلامت کارکنان و شاغلین نظامی در هر یگان، فرمانده آن یگان می‌باشد. آگاهی، نگرش، تجربیات و عملکرد فرماندهان در کارآیی پرسنل نظامی و سلامت آن‌ها و در نتیجه، در رسیدن به اهداف ماموریت‌های یگان مربوط، تأثیر مستقیم و مهمی دارد. همچنین سلامت پرسنل نظامی در ابعاد مختلف آن، در ارتباط مستقیم با امنیت کشور می‌باشد. بنابر این، حفظ امنیت کشور، نیازمند سلامت و کارآیی پرسنل نظامی است و در این رابطه آگاهی و نگرش فرماندهان و مسئولین نیروهای مسلح دارای اهمیت زیادی است. باید توجه داشت پرسنل نظامی (منابع انسانی نظامی) از سرمایه‌ها و دارایی‌های هر کشور محسوب می‌شود که عدم توجه به آن، موجب استهلاک و کاهش کارآیی آن می‌شود. توجه به پرسنل موجب توانمند سازی و ایجاد انگیزه در نیروی نظامی شده و تحرک و اثر بخشی آنان را افزایش می‌دهد.

لازمه امنیت ملی و اقتدار نظامی، وجود نیروی انسانی سالم و فعال است که بتواند در بالاترین سطح از قابلیت، کارآیی و شادابی با تکیه بر قدرت ایمان و سلامت جسم و روان به دفاع از کشور، دین و ارزش‌های انقلابی جامعه بپردازد. این موضوع در شرایط جنگ ناهم‌تراز از اهمیت مضاعفی برخوردار است و یکی از مهمترین مسائل آن، تغذیه نیروهای مسلح نظامی و رزمندگان می‌باشد (۱).

در این رابطه آگاهی سربازان و پرسنل نظامی کمک مؤثری به تأمین سلامت و رسیدن به اهداف نظامی خواهد نمود. آگاهی یکی از ابزارهای حفظ سلامت و پیشگیری از خطراتی است که سلامت افراد را تهدید می‌کند. شناخت یا «آگاهی» عبارتست از فرآیند سازماندهی، تعبیر و تفسیر و ارتباط اطلاعاتی که حواس ما به جمع آوری آنها مبادرت می‌کند. آگاهی عموماً از تجربه سر چشمه می‌گیرد. ما آگاهی را از طریق نزدیکان، دوستان، مجلات، وسایل ارتباط جمعی و غیره کسب می‌کنیم (۲) و به این اعتبار «دانش» عبارتست از مجموعه‌ای از اطلاعات منظم، تفسیر شده و مرتبطی که هر یک از ما آن را دارا هستیم (۳) بنابر این، آگاهی مقدمه دانش و دانش زمینه ساز گرایش‌ها و رفتارهای انسان است. بدیهی است، انسان‌ها از ابزارهای مختلفی برای کسب آگاهی و یادگیری استفاده

می‌کنند (۴). و یکی از ابزارهای مهم، «آموزش» می‌باشد که در آن عواملی مانند محتوای آموزش، شرایط آموزش، آموزش دهنده، آموزش گیرنده، تکنیک‌ها و روش‌های آموزشی، انگیزه‌ها... در کیفیت و اثر بخشی آن تأثیر دارند (۵) که پرداختن به زوایای این موضوع خارج از بحث این مقاله می‌باشد.

در سال ۱۹۹۱ برای آگاهی از درک و تصور فرماندهان ارتش امریکا در باره تغذیه پرسنل خود بر روی ۲۲۸ دانشجوی دانشکده جنگ ارتش مطالعه‌ای انجام شد. از جمع فوق ۳۰ درصد در عملیات طوفان صحرا شرکت داشتند. ۳۳ درصد پاسخ دهندگان می‌دانستند که چربی ۲ برابر کربوهیدرات کالری دارد و ۷۹ درصد نمی‌دانستند که کربوهیدرات فقط برای یک ساعت یا کمتر در شرایط سخت کارآیی دارد، ۶۵ درصد نمی‌دانستند که یک وعده غذایی آماده مصرف (MRE) ^۱ حدود ۱/۳ از نیاز روزانه به کالری را تأمین می‌کند (۶). MRE یک نوع جیره انفرادی ^۲ عملیاتی است که دارای اقلام مختلف غذایی برای وعده صبحانه، نهار و شام می‌باشد و تجهیزاتاتی برای گرم کردن و آماده نمودن غذا برای مصرف در آن وجود دارد. هر چند که می‌توان آن را بدون گرم کردن نیز مصرف نمود (۷). همچنین ۹۰ درصد فرماندهان می‌دانستند که خوردن صبحانه برای داشتن توان جسمی و هوشیاری ذهنی ضروری است. ۷ درصد آن‌ها به افسران تأکید فراوان بر شروع هر چه سریعتر آموزش تغذیه در کلاس‌های مقدماتی پایه اول را داشتند. این افراد اغلب از روزنامه‌ها، کتاب‌های عمومی، اعضای خانواده و یا تلویزیون به عنوان منابع اطلاعات تغذیه‌ای استفاده می‌کردند. اما ۵۱ درصد این فرماندهان در مورد ارتباط بین تغذیه و سلامت و میزان عملکرد رزمی نظر مثبت داشتند (۸).

در بخشی از بررسی فوق، یعنی توصیه‌ها و پیشنهادهای فرماندهان، موارد ذیل مطرح گردید: یکی از فرماندهان اظهار نموده بود که گردانش در قبل و حین عملیات طوفان صحرا وضعیت خوبی داشت زیرا وی بر تغذیه، آموزش و فعالیت فیزیکی تأکید می‌کرد. به نظر این فرمانده در بین این عوامل تأکید بر تغذیه بیشتر سودمند بوده است. دیگری بیان کرده بود که بایستی روی تغییر فهم و دیدگاه تغذیه‌ای سربازان جوان برنامه ریزی شود و فرمانده دیگر نیز گفته

1 Meal Ready To Eat

2 Individual Ration

انفرادی - در افزایش خوردن غذا و مقبولیت بیشتر جیره‌های غذایی موثر است (۱۲).

با تدوین دستورالعمل‌های مدون تغذیه‌ای و ابلاغ به فرماندهان و آموزش و توجیه آنان می‌توان سطح کیفیت تغذیه و سلامت نیروها را ارتقاء بخشید (۱۳). البته در بررسی‌های دیگری که انجام شده است نقش تجهیزات و مواد اولیه غذایی در بهبود کیفیت و سلامت و ایمنی مواد غذایی نشان داده شده است که آگاهی فرماندهان از تاثیر این عوامل در تغذیه سربازان بسیار متفاوت می‌باشد (۱۴).

نتایج این بررسی‌ها نشان می‌دهد که بایستی برای ارتقاء آگاهی تغذیه‌ای فرماندهان و سربازان، بیشتر تلاش شود (۶).

از دست دادن کارایی نظامیان به وسیله تغذیه ناکافی، بیشتر اوقات ناشی از ضعف برنامه ریزی در تهیه و تامین غذای مناسب یا آموزش ناکافی و یا عدم برنامه آموزشی مربوط می‌باشد (۷). البته حفظ تغذیه خوب نیازمند مراقبت همیشگی و بکار بستن توصیه‌های تغذیه‌ای است و اطلاعات تغذیه‌ای کلی و غیر تخصصی نیز تضمین کننده این نمی‌تواند باشد که فرماندهان، کیفیت عملکرد برنامه‌های خود را در زمینه تغذیه سربازان در هر گونه شرایط نظامی به خوبی درک کرده‌اند. با توجه به مباحث فوق ضروری است سطح آگاهی فرماندهان که تصمیم گیرندگان و اثر گذاران واقعی بر کیفیت تغذیه سربازان و کادر نظامی هستند تعیین شود تا بر اساس آن برنامه‌های آموزشی مناسب برای افزایش سطح آگاهی، طراحی و به اجرا گذاشته شود. لذا این بررسی با هدف تعیین آگاهی فرماندهان و مسئولین در مورد تغذیه پرسنل نظامی انجام شده است.

مواد و روش‌ها

در این تحقیق که یک تحقیق توصیفی به روش مقطعی است، اطلاعات از طریق مصاحبه و تکمیل پرسشنامه توسط پرسشگران جمع آوری شد. از آنجایی که آمار دقیق افراد (فرماندهان و مسئولین در نیروی مورد مطالعه) برای ما مشخص نبود و اطلاع از آن به لحاظ مسائل امنیتی و ارائه آن مقدور نیست، برای انتخاب نمونه از روش نمونه گیری خوشه‌ای استفاده شده است، بدین ترتیب که ابتدا کلیه رده‌ها و سطوح تابعه نیروی مطالعه مشخص، سپس بر اساس این

بود که سربازان جوان از هر چیزی که طعم و مزه غیر عادی داشته باشد تنفر دارند و عادات غذایی انعکاسی از وضع جامعه و خانواده می‌باشد. بنابر این تا در جامعه و عموم مردم بهبود عادات غذایی رخ ندهد تغییری در عادات غذایی سربازان ایجاد نمی‌شود. همچنین آموزش تغذیه بخشی از واحدهای آموزش اصلی برنامه درس نظامی می‌باشد. یکی از فرماندهان عملیات طوفان صحرا بیان کرد که گردانش ۵۲ روز پی در پی از غذاهای آماده مصرف (MRE) استفاده کرد و تعداد زیادی از افرادش به یبوست دچار شدند. بنابر این باید تغذیه به عنوان یکی از بزرگترین عوامل مؤثر روحی کنترل شود (۸ و ۶). اتخاذ روش‌های مناسب تغذیه‌ای در قبل، حین و حتی پس از تمرینات و عملیات نظامی می‌تواند از ایجاد خستگی و عدم کارایی نیروها کاسته و بر عکس بر کارآمدی آنها بیفزاید.

عواملی که در ایجاد خستگی و عدم کارایی یک فرد نظامی علاوه بر فعالیت جسمانی و استرس‌های عملیاتی موثر می‌باشند عبارتند از: کم آبی، کاهش قند خون، اختلالات گوارشی، تخلیه گلیکوژن عضلات و کاهش الکترولیت‌های بدن (۹). یک فرمانده عملیاتی باید تا حدودی از تاثیر این عوامل بر کارایی نیروهای خود آگاهی داشته باشد. علاوه بر این، عواملی نیز وجود دارند که بر کیفیت تغذیه نیروهای نظامی تاثیرات مهمی دارند و آگاهی از این عوامل به فرمانده عملیاتی و مسئولین لجستیکی کمک می‌کند که غذای ایمن و قابل قبولی در اختیار نیروها قرار دهد. بعضی از این عوامل عبارتند از: کیفیت و نوع مواد اولیه و اجزای تشکیل دهنده غذا، روش طبخ، میزان تازگی و کهنگی مواد غذایی مصرفی، کیفیت آماده سازی، بسته بندی و روش مصرف، کمیت و حجم غذا، حمل و نقل غذا، کیفیت آب مصرفی در تهیه غذا، آگاهی و مهارت کارکنان و افسران بخش تغذیه، گرم یا سرد بودن غذا، تجهیزات آماده‌سازی، مصرف غذا و ... (۱۰ و ۹). همچنین توجه به عادات غذایی سربازان و نیروهای رزمنده در تهیه و طبخ جیره‌های غذایی در میزان مقبولیت جیره‌ها تاثیر فراوانی دارد (۱۱). علاوه بر این توجه به تاثیر شرایط خوردن غذا و میزان مصرف غذا در موفقیت فرماندهان نسبت به تغذیه مناسب نیروهای تحت امر خود بسیار موثر است. به تجربه ثابت شده است دسته جمعی و گروهی خوردن غذا - حتی خوردن جیره‌های

تعیین نمودند. رده سنی پاسخ دهندگان زیر ۴۰ سال، ۸ درصد، ۴۰ تا ۴۵ سال ۴۱ درصد، بیش از ۴۵ سال ۴۷ درصد و ۴ درصد نیز به این سوال پاسخ ندادند. سطح تحصیلات کلاسیک این افراد نیز به ترتیب ۳۲/۵ درصد دارای مدرک کارشناسی و ۸/۳ درصد کارشناس نظامی، ۳۹ درصد دیپلم و فوق دیپلم بودند، ۸ درصد کارشناسی ارشد و دکتری و ۱۲/۲۷ درصد نیز سطح تحصیلات خود را تعیین نکردند. از این افراد ۲۳ درصد جزء نیروهای صنفی و ۴۴ درصد نیروی ستادی و ۳۳ درصد نیز صف یا ستادی بودن مسئولیت خود را تعیین نکردند. در جدول ۱ و ۲ موارد مذکور مورد بررسی دارای امتیاز ضعیف و نمره پایینی بودند و ۳۶ درصد نیز در وضعیت متوسط قرار داشتند. البته میزان آگاهی فرماندهان در نبرد نا متقارن (ناهمطراز) از اهمیت فوق العاده‌ای برخوردار می‌باشد که برای تحقق این امر بایستی از آموزش‌های مناسب بهره جست، چرا که در نبرد نا متقارن شیوه تهیه و تامین غذا و نحوه استفاده از آن و یا فراهم نمودن مواد اولیه غذایی و تبدیل آن به غذای ماکول که انرژی و مواد مغذی لازم و مورد

رده‌ها نسبت به انتخاب خوشه‌های نمونه در چند مرحله (متناسب با تعداد رده‌ها) اقدام گردید. در نهایت تمام فرماندهان و مسئولین شاغل در آن رده مورد بررسی قرار گرفتند. مجموع این افراد برابر ۲۷۷ نفر می‌باشد. براساس مطالعات انجام شده قبلی، پرسشنامه اولیه طراحی گردید سپس بمنظور بررسی اعتبار پرسشنامه، ۱۱ نفر از متخصصان و افراد صاحب نظر در مورد موضوع، انتخاب شدند و پرسشنامه در اختیار آنان قرار گرفت و پس از چند مرحله پرسشنامه نهایی تدوین گردید. و پس از تکمیل تمام پرسشنامه‌ها با کمک نرم افزار SPSS نتایج مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

لازم به ذکر است در پرسشنامه علاوه بر اطلاعات مربوط به فرد پاسخگو (مصاحبه شونده) که شامل مسئولیت، درجه، سابقه کار بر حسب سال، سن، نیروی صف و یا ستادی بودن، رشته و رشته تحصیلی تعداد ۲۵ سؤال برای سنجش میزان اطلاعات تغذیه ای طرح گردید به این صورت که سوالات ۱-۱۷، سه گزینه ای شامل گزینه‌های ((صحیح، غلط و نمی دانم)) بود و پاسخگو بایستی یکی از این گزینه‌ها را انتخاب نماید. در سوالات ۱۸-۲۵ برای هر سوال چند توضیح ارائه شده بود که پاسخگو بایستی مناسبترین توضیح را مشخص نماید.

در این قسمت، در صورت انتخاب ۲۵ گزینه صحیح، حداکثر امتیاز، ۲۵ در نظر گرفته شد. امتیازات کسب شده به این صورت دسته بندی شدند: زیر ۱۰ (ضعیف)، ۱۰-۱۵ (متوسط)، ۱۵-۲۰ (خوب) و ۲۰-۲۵ (عالی).

نتایج

اطلاعات بدست آمده از این تحقیق در خصوص مشخصات فردی افراد پاسخگو - یعنی فرماندهان و مسئولین شاغل در نیروی مورد مطالعه - به شرح ذیل می‌باشد:

از مجموع ۲۷۷ نفر بر حسب درصد پاسخگویان ۱۳ درصد دارای رتبه ۱۵ (سرهنگ دوم)، ۷۷ درصد رتبه ۱۶ (سرهنگ تمام)، ۷ درصد رتبه ۱۷ (سرتیپ دوم) و ۳ درصد رتبه خود را تعیین نکردند (بی پاسخ) و از نظر سابقه کار بر حسب سال ۱۰ درصد زیر ۲۰ سال سابقه داشتند و ۳۴ درصد دارای سابقه کار بین ۲۰ تا ۲۵ سال و ۳۸ درصد بیش از ۲۵ سال سابقه کار داشتند و ۱۸ درصد سابقه کار خود را

جدول ۱- توزیع فراوانی مطلق و نسبی جامعه مورد مطالعه بر حسب درجه، سابقه کار و سن

درجه (رتبه)	درصد	سابقه کار (سال)	درصد	سن (سال)	درصد
۱۵	۱۳	<۲۰	۱۰	<۴۰	۸
۱۶	۷۷	۲۰-۲۵	۳۴	۴۰-۴۵	۴۱
۱۷	۷	≤۲۵	۳۸	۴۵≤	۴۷
بی پاسخ	۳	بی پاسخ	۱۸	بی پاسخ	۴
جمع	۱۰۰	جمع	۱۰۰	جمع	۱۰۰

جدول ۲- توزیع فراوانی مطلق و نسبی جامعه مورد مطالعه بر حسب سطح تحصیلات، صف یا ستادی بودن

تحصیلات	تعداد (نفر)	درصد	نیروی	درصد	
کارشناس	۹۰	۳۲/۵	صف	۲۳	
کارشناسی ارشد و بالاتر	۲۲	۷/۹۴	ستاد	۴۴	
فوق دیپلم و دیپلم	۱۰۸	۳۸/۹۹	بی پاسخ	۳۳	
کارشناس نظامی	۲۳	۸/۳۰			
بی پاسخ	۳۴	۱۲/۲۷			
جمع	۲۲۷	جمع	۱۰۰	جمع	۱۰۰

و درمان در سایر رسته‌ها نیز آموزش تغذیه و بهداشت مواد غذایی اجرا شود تا کلیه فرماندهان اعم از عملیاتی و پشتیبانی و خدماتی، آموزشی هماهنگ دیده و از یک برنامه واحد آموزشی تبعیت نمایند.

تقدیر و تشکر

برخود لازم می‌دانیم از کلیه فرماندهان و مسئولینی که در انجام این طرح همکاری و مساعدت نمودند، تقدیر و تشکر نماییم. همچنین از رابطین بهداشت مناطق مختلف سپاه که ذکر نام آن‌ها مقدور نمی‌باشد و از همکاران اداره بهداشت مخصوصاً آقای مهندس سلیمان ربی، ریاست محترم مرکز تحقیقات بهداشت جناب آقای دکتر مرتضی ایزدی، معاون و مدیر پژوهش دانشکده بهداشت، برادران عزیز دکتر علی اکبر کریمی زارچی و مهندس حسین صفری و تمامی کسانی که در اجرای طرح همکاری و مساعدت داشتند، صمیمانه تقدیر و تشکر نماییم.

منابع

- ۱- پور جعفری س. ایمنی و بهداشت در فرآیند تامین آماد مواد اولیه و جیره‌های نظامی به منظور تحقق سلامت، کیفیت و امنیت غذایی، مجموعه مقالات همایش نقش بهداشت و سلامت درمانیت ملی. سال ۱۳۸۴.
 - ۲- حیدر نیا ع. مباحثی در فرآیند آموزش بهداشت. تهران، انتشارات زمانی، سال ۱۳۸۲، ص ۸.
 - ۳- محسنی منوچهر. مبانی آموزش بهداشت. تهران، انتشارات کتابخانه طهوری، سال ۱۳۷۵، ص ۷۲.
 - ۴- سنایی نسب هرمز، توکلی رضا، رشیدی جهان حجت، مجموعه مقالات همایش سلامت و بهداشت نظامی، سال ۱۳۸۱، ص ۱۶۳.
 - ۵- پارک ا. جی، پارک ک، درسنامه پیشگیری و پزشکی اجتماعی، روش‌های اپیدمیولوژی و آمارهای بهداشتی. ترجمه دکتر حسین شجاعی تهرانی، بخش نخست، چاپ چهارم، ۱۳۸۰.
- 6- Celia F. Adolphi. Commander,s perceptions and Attitudes about Their responsibility for Feeding soldiers from not eathing Enough. National Academy Press, Washington D. C. , 1995; p. 77-89.

نیاز یک رزمنده را تامین کند، نیازمند اطلاعات، دانش و تجربیات بیشتری است که فرمانده هر یگانی باید این اطلاعات و آگاهی را داشته باشند و بتواند مأموریت‌های یگان خود را انجام و نیروهای یگانش را هدایت و رهبری کند. در ارتباط با منابع مورد استفاده برای افزایش آگاهی نیز چنانچه از پاسخ‌ها پیداست باید با برنامه ریزی بیشتر در خصوص آموزش و انتقال دانش تغذیه به فرماندهان از منابعی مانند: روزنامه و مجلات و کلاسهای آموزش مداوم صدا و سیما و پیکهای بهداشتی بیشترین بهره برداری و استفاده را برد. نتیجه اینکه برای افزایش سطح آگاهی تغذیه ای فرماندهان و مسئولین ذیربط، باید برنامه‌های آموزشی مدون و دستور العمل‌های مربوط را تدوین و هر چه سریعتر به اجرا درآورد. یکی از این برنامه‌ها توسعه آموزش مقدماتی و عالی رسته ای و جدی گرفتن امر آموزش و توسعه آموزش مداوم و همچنین اجرای سر فصل‌های مربوط در برنامه خود امدادی و دگر امدادی می‌باشد. همچنین پیشنهاد می‌گردد علاوه بر آموزش تغذیه در رسته بهداشت

جدول ۳- توزیع فراوانی مطلق و نسبی جامعه مورد مطالعه بر حسب سطح آگاهی

امتیاز	تعداد	درصد
ضعیف(نمره کمتر از ۱۰)	۶	۲
متوسط(نمره ۱۰ تا ۱۵)	۱۰۰	۳۶
خوب(نمره ۱۵ تا ۲۰)	۱۴۹	۵۴
عالی (نمره ۲۰ تا ۲۵)	۲۲	۸
جمع	۲۷۷	۱۰۰

جدول شماره ۴ : توزیع فراوانی مطلق و نسبی جامعه مورد مطالعه بر حسب منابع کسب اطلاعات

منابع مورد استفاده	تعداد (نفر)	درصد
روزنامه و مجلات	۱۹۶	۷۰/۷۶
کلاسها و متخصصین تغذیه	۱۶۹	۶۱
صدا و سیما	۱۳۷	۴۹/۴۶
پیک‌های بهداشتی نیرو	۱۳۲	۴۷/۶۵
کتابهای تغذیه	۱۱۱	۴۰/۰۷
آشنایان و فامیل و دوستان	۵۱	۱۸/۴۱
سایر منابع	۷۹	۲۸/۵۱
بی پاسخ	۵	۱/۸

7 - Available on Seabeecook . com/ recent additions, "Meals ,Ready to Eat , set the standard for military rations " January 2000.

۸ - برنات. ام، ماریوت، ترجمه: توکلی، حمید رضا "تغذیه نامناسب، مصرف ناکافی جیره‌های عملیات نظامی " انتشارات مرکز برنامه ریزی و تالیف کتاب‌های درسی معاونت آموزش و نیروی انسانی ستاد مشترک سپاه ۱۳۸۶؛ ص ۱۲۹-۱۱۷
 ۹- فرج زاده، داود، « فرماندهی و مدیریت تغذیه» مجموعه مقالات همایش علمی کاربردی نقش بهداشت و سلامت در امنیت ملی، سال ۱۳۸۴، ص ۱۲۳

10- Available on Seabeecook . com/ recent additions, "Serving personnel set up in the desert" February. 1998.

11- Edwards J S A Kipps M Thomson J. British Military Feeding -The Influence of food habits and food references on combat nutrition. Int J hospitality management 1988; 7: 251- 264.

12- Hirsch E, Kramer FM. Situational influences on food intake, Areport of the committee on military nutrition Research , food and Nutrition Board , Institute of medicine, Washington D. C. National Academy Press, 1993.

13- [http://www.army.mil/usapa/epubs/pbf/p. 600-63-2_pbf](http://www.army.mil/usapa/epubs/pbf/p.600-63-2_pbf) - the Army Heath Program , « fit to win , commander,s Guide».

14 - Available on Seabeecook . com/ recent additions, "Field kitchen means hot chow", May 2000.

15 - Available on Seabeecook . com/ recent additions, "Serving food in the field", May 2000.