

فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة

الدكتور/ محمد سعد إسماعيل

الدكتور / محمد عودة خليل

الدكتور / أحمد محمد ياسين

الباحثة/ نهلة أحمد على

ملخص البحث:

يهدف البحث الى التعرف على فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة، كما استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بخطواته، وإجراءاته وذلك لملائمته لطبيعة البحث، كما اشتمل مجتمع البحث على السيدات المشتركات والمترددات على الاندية الصحية بمحافظة القاهرة والذي يتراوح أعمارهن ما بين ٣٥-٤٥ سنة والبالغ عددهم (٢٥٠) ، وتمثلت عينة البحث الأساسية في (٢٠٠) سيدة ، وعينة البحث الاستطلاعية تمثلت في (٢٠) سيدة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، وتم اسبعاد (٣٠) سيدة لعدم انتظامهم في الحضور، وأشارت اهم النتائج الى :

١. أكثر الإعلانات على صفحات الاعلام الالكتروني تهتم بالأدوية العلاجية للسمنة .
٢. يعمل الاعلام الالكتروني على غرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .
٣. يحرص الاعلام الالكتروني على بناء الإتجاهات الصحية السوية للحد من مرض السمنة .
٤. تعتبر المعلومات الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هامة بالنسبة للأفراد .
٥. يدعم الاعلام الالكتروني جهود وزارتي الصحة والبيئة في مكافحة مسببات أمراض السمنة .
٦. يقدم الاعلام الالكتروني مواعيد بأماكن الفحص لمكافحة مرض السمنة .

Research summary in English:

The research aims to identify the effectiveness of electronic media in reducing the spread of obesity for women over 35 years old. Between 35-45 years and their number is (250), and the basic research sample consisted of (200) women, and the exploratory research sample consisted

of (20) women from the research community and outside the basic sample, and (30) women were excluded because they did not attend

regularly, and the most important indicated Results to:

1. Most of the advertisements on the pages of the electronic media are concerned with the therapeutic drugs for obesity.
2. Electronic media works to inculcate sound healthy habits to prevent obesity.
3. The electronic media is keen to build healthy trends to reduce obesity.
4. Information on social media is important to individuals
5. Electronic media supports the efforts of the Ministries of Health and Environment in combating the causes of obesity diseases.
6. The electronic media provides appointments for examination places to combat obesity.

مقدمة ومشكلة البحث

تزداد أهمية الانترنت على المستوى الدولي مع تنوع استعمالاتها وازدياد عدد المستخدمين لها، ولا تنحصر أهمية الانترنت في مجال تبادل المعلومات فهي تؤدي اليوم أدوارا سياسية واجتماعية واقتصادية وعلمية وثقافية هامة جدا.

وقد ساهمت التطورات المتلاحقة في شبكة الانترنت في إيجاد شكل جديد من الاعلام والذي يشمل شبكات التواصل الاجتماعية الافتراضية، والمدونات والمنتديات الالكترونية والمجموعات البريدية وغيرها من الأشكال والانواع المتعددة، وتعتبر مواقع شبكات التواصل الاجتماعي هي الأكثر انتشارا على شبكة الانترنت، لما تمتلكه من خصائص تميزها عن المواقع الإلكترونية، مما شجع متصفح الانترنت من كافة أنحاء العالم على الإقبال المتزايد عليها.

(١٧ : ٢٩)

يعتبر الإعلام الإلكتروني بأنه الخدمات الإعلامية الجديدة التي تتيح تطوير محتوى وسائل الاتصال الإعلامي، أليا أو شبه آلي، في العملية الإعلامية باستخدام التقنيات الإلكترونية الحديثة الناتجة عن اندماج تكنولوجيا الاتصالات والمعلومات كقنوات إعلامية غنية بإمكاناتها في الشكل والمضمون، ويشمل الإشارات والمعلومات والصور والأصوات المكونة لمواد إعلامية بأشكالها المختلفة. (١١ : ٩٦)

استطاع (الإعلام الإلكتروني) أن يفرض واقعا مختلفا على الصعيد الإعلامي والثقافية والفكرية والسياسية فهو لا يعد تطويرا فقط لوسائل الإعلام التقليدية، وإنما وسيلة إعلامية احتوت

كل ما سبقها من وسائل الإعلام من خلال انتشار المواقع والمدونات الإلكترونية وظهور الصحف والمجلات الإلكترونية التي تصدر عبر الإنترنت بل إن الدمج بين كل من هذه الأنماط والتداخل بينها أفرز قوالب إعلامية متنوعة ومتعددة بما لا يمكن حصره أو التنبؤ بإمكانياته إعلام المستقبل – والعالم يتجه اليوم في شكل عام نحو الإنترنت وتطبيقاته في المجالات المختلفة وخصوصاً مواقع التواصل الاجتماعي (فايسبوك، تويتر، يوتيوب...) والتي استقطبت الكبار والصغار رغم سوء استخدامها وأصبحت منبراً سهلاً فكرة التحريض ويُستخدم لإثارة الفتنة ونشر التطرف ويبقى أن نذكر بأن الحصانه الفكرية هي أساس البناء السليم. (١٣ : ٨٦)

و عند تغيرات السن تبدأ خلايا الاعصاب في الضعف ويبدأ الجسم في التدهور، وعندما يبلغ الفرد سن الأربعين يبدأ في الاعتراف بأنه لم يعد في لياقته السابقة، حيث يبدأ معدل وظائف اجهزته الحيوية في الانخفاض تدريجياً، حيث يعود بنا السن للوراء في بناء الاجهزة الحيوية للجسم ولا يمكن اعاقه هذا الاسلوب أو عكسه وإنما يمكن توجيهه أو تأخير الوصول اليه، وتتوقف درجة انخفاض هذا المعدل أو استقراره لفترة أطول علي عدة عوامل منها الوراثة والتغذية وطبيعة العمل واسلوب الحياة اليومية واهمها ممارسة النشاط الرياضي من عدمه. (١ : ٧٧)

وانخفاض الوعي الثقافي لدي السيدات بأهمية ممارسة النشاط الرياضي أدي إلي عدم ممارستهن للرياضة، وحيث تبدأ الكفاءة البدنية والفسولوجية في النقصان بعد سن الأربعين وتظهر مشكلة زيادة الوزن عن المعدل الطبيعي (البدانة) مما قد يبكر بظهور الكثير من الامراض الي جانب قلة مقاومة الجسم للأمراض.

وأن البدانة هي الحالة التي يزيد فيها كمية الدهون بالجسم إلى الحد الذي يسبب فيه تأثيراً سلبياً على الصحة العامة وتوجد طرق مختلفة لتحديد الوزن الطبيعي ومن ثم تحديد البدانة ودرجاتها ويعتبر مؤشر كتلة الجسم من أهم هذه الطرق حيث يذكر كل من "محمد الأمين واحمد حسن" (٢٠٠٥م) أن مؤشر كتلة الجسم (BMI) Body mass index وهو عبارة عن طريق التعبير عن وزن الجسم في ضوء علاقته بالطول وتحسب بقسم الوزن بالكيلو جرام على مربع الطول بالمتر. (٤ : ٩٥)

ويرى "أسامة راتب" (٢٠٠٤م) أن زيادة مؤشر كتلة الجسم يرتبط باحتمالية تعرض الفرد لحدوث مشاكل صحية في المستقبل وتتمثل في ارتفاع السكر وضغط الدم وأمراض القلب وتسمى هذه الحالة بالمتلازمة الاستقلابية metabolic yndrome. (٣ : ٦٣)

إن ظاهرة زيادة الوزن والسمنة في المجتمعات الإنسانية حظيت بأهتمام العديد من العلماء والباحثين من حيث أسبابها وعوامل الخطورة الناتجة عنها نظراً لما تشكله من خطورة على



الصحة، وذلك لارتباطها بالكثير من الأمراض المزمنة كأمراض القلب، والأوعية الدموية ، وداء السكري ، والجهاز الهضمي، والمفاصل ، وبعض أنواع السرطان. بإضافة إلى الآثار النفسية والاجتماعية والاقتصادية السلبية الأخرى .

وتعد السمنة سبباً رئيسياً للموت يمكن الوقاية منه على مستوى العالم أجمع، وهي تشهد شيوعاً أو انتشاراً متزايداً بين فئات الراشدين والأطفال ، وتعتبر السمنة واحدةً من أكثر مشكلات الصحة العامة في القرن الحادي والعشرين خطورة ، ويُنظر إلى السمنة على أنها وصمةٌ في العالم الحديث (خاصةً العالم الغربي) ، على الرغم من أنها كانت يُنظر إليها -وعلى نطاقٍ واسعٍ - على أنها رمز الثروة والخصوبة في عصور أخرى عبر التاريخ، وهو رأي ما زال سائداً في بعض أنحاء العالم.

وتعد السمنة حالة مرضية خطيرة في كل دول العالم المتقدمة والنامية ، لكن بنسب متفاوتة ، ويعتبر التطرق لهذا المرض أمراً ضروريا لا يمكن إهماله ، لأنه يتسبب في أخطار ومضاعفات صحية وجسدية ونفسية ، فالسمنة قد تكون مشكلة جمالية تشوه مظهر الجسم وصورة الفرد العقلية المثالية لذاته فهي تمس النساء أكثر، مما يتولد عن ذلك آثار نفسية (مشاعر النقص ، القلق، الاكتئاب) واجتماعية (الانسحاب ، العزلة ، عدو الاندماج في المجتمع) ، فطريقة تجاوب المرأة المصابة بالسمنة تختلف من امرأة إلى أخرى ، فهناك من تنظر إلى نفسها نظرة عادية ، تتعامل وتتفاعل مع الآخرين ، فتحسن تقدير ذاتها والعكس صحيح في المقابل نجد من تستسلم لمرضها بكل سهولة فلا تعاشر أفراد مجتمعها وتحس بنوع من الدونية والنقص والخجل والعزلة .

ومن خلال عمل الباحثة كأخصائية تغذية بمركز اليمامة وجدت النساء المترددات على المركز المصابات بالسمنة يتراوح سنهن ما بين (٣٥ - ٤٥) سنة يعانون من مشكلات في الوزن وترجع الباحثة ذلك غياب الاعلام الإلكتروني أحد أسباب السمنة وعدم معرفتهن بالدور الذي حظيته وسائل الاعلام الإلكتروني والتواصل الحديثة والإهتمام الواضح لما فرضته هذه الوسائل على المجتمعات المعاصرة عموماً ، وعلى بنيتها العلمية والثقافية خصوصاً ، ومن خلال إطلاع الباحثة على المراجع العلمية والدراسات المرجعية مثل سمير أبو حامد (٢٠٠٩م) (٨) ، أبو بكر حبيب (٢٠١٣م) (٢) ، عديل الشerman (٢٠٢٠م) (١٠) ، محمد طه ، العبيد أحمد (٢٠٢١م) (١٥) ، راجية عبدالمطلب (٢٠٢٢م) (٦) الي اهمية الاعلام في التوعية الصحية لأفراد المجتمع ، وفي ضوء هذه التطورات التكنولوجية والتحول والتطور الهائل لجأت الباحثة الى القيام بهذا البحث والتعرف على " دور الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفردة للسيدات للمرحلة ما بين ٣٥-٤٥ سنة "

هدف البحث:

التعرف على فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة.

تساؤلات البحث:

١. ما هو فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة؟

مصطلحات البحث:

الإعلام الإلكتروني Electronic Media:

هو الإعلام الذي يتم عبر الطرق الالكترونية و على رأسها الإنترنت، يحظى هذا النوع من الإعلام بحصة متنامية في سوق الإعلام و ذلك نتيجة لسهولة الوصول إليه و سرعة إنتاجه و تطويره و تحديثه كما يتمتع بمساحة أكبر من الحرية الفكرية , تعد التسجيلات الصوتية و المرئية و الوسائط المتعددة الأقرص المدمجة و الإنترنت أهم أشكال الإعلام الالكتروني الحديث.

(٧ : ٦٩)

• السمنة Obesity:

هي تراكم كمية من الدهن بالجسم تؤدي إلى زيادة الوزن بحوالي (٢٠%) عن الوزن المثالي، بحيث تفوق المعدل الطبيعي بالنسبة للسن والطول والجنس إذ تزيد عن حاجة الجسم لأداء وظائفه الطبيعية. (٨ : ١٠٣)

الدراسات المرجعية العربية

جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	الهدف	المنهج	العينة	أهم النتائج
١	أبو بكر حبيب (٢٠١٣م) (٢)	العلاقة بين التعرض للتلفزيون والإنترنت ومستوى وعى الجمهور	التعرف على العلاقة بين التعرض للتلفزيون والإنترنت ومستوى وعى الجمهور	الوصفى	الجمهور المصرى من المرحلة العمرية (١٥ - ٦٠) عاماً فى بعض	وجود علاقة بين التعرض للتلفزيون والإنترنت ومستوى الوعى بمرض السمنة لدى الجمهور المصرى , وتكون أعلى من هذا المستوى عن الإنترنت .

المحافظات (الشرقية – القاهرة – بنى سويف – الإسكندرية) (٤٠٠)	ضرورة إهتمام الغعلام بإلقاء الضوء على بعض الأمراض التى تنتشر فى المجتمع إيماناً بدور الإعلام فى المعرفة بالمرض وسبل الوقاية منه .	الجمهورية المصرى بمرض السمنة	المصرى بمرض السمنة	
١١٧ من طلاب احدي الجامعات الاسترالية	كما بيّنت الدراسة أن وسائل الإعلام بشكل عام أسهمت الي حد كبير فى نشر الوعي الصحي بطرق الوقاية من مرض كورونا، وفتحت المجال علي نحو واسع لتبادل الآراء بين المختصين حول أفضل الطرق للوقاية منه والتعامل معه .	التعرف علي دور الإعلام فى مواجهة الأوبئة والأمراض المعدية: وباء فيروس كورونا نموذجًا	دور الإعلام فى مواجهة الأوبئة والأمراض المعدية: وباء فيروس كورونا نموذجًا	٢ عديل الشهران (٢٠٢٠م) (١٠)
(٦٨) ذكر , (٣٧) انثى	الحملات الإعلامية للتوعية بجائحة بفيروس كورونا لعبت دورا فاعلا في زيادة الوعي بجائحة كورونا. إتباع المواطنين للإرشاد والتوجيهات والتباعد الاجتماعي وأدت إلى التقليل من انتشار الجائحة بولاية الخرطوم.	التعرف علي الإرشادات الصحية وطرق انتقال جائحة كورونا والتأكيد على فعالية الحملات الإعلامية في التأثير علي سلوك الفرد للاستجابة للتعليمات	دور الحملات الإعلامية في التوعية الصحية بمخاطر جائحة كورونا: دراسة حالة وزارة الصحة ولاية الخرطوم مارس ٢٠٢٠ - ٢٠٢١م.	٣ محمد طه , العبيد أحمد (٢٠٢١م) (١٥)

تابع جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	الهدف	المنهج	العينة	أهم النتائج
٤	راجية عبدالمطلب (٢٠٢٢م) (٦)	تأثيرات برامج التجميل بالفضائيات المصرية على المراهقات المصريات	التعرف على تأثيرات برامج التجميل بالفضائيات المصرية على المراهقات المصريات	الوصفي	(٤٠٠) مبحوثة بالجامعات المصرية (جامعة عين شمس- جامعة ٦ أكتوبر)	((في أيد أمينة بقناة صدى البلد ٢))، يليه برنامج «هي وبس بقناة cbc سفرة»، ثم ((صحتك وبس بقناة المحور)). جاءت آراء المبحوثات في العوامل التي تدفع الأنثى لإجراء عمليات التجميل في الترتيب الأول ((الرغبة في الشعور بالجمال))، ثم «التخلص من البدانة لأجل تحسين الصحة)). جاءت التأثيرات المختلفة لاعتماد المبحوثات على برامج التجميل «تمكنني من التعرف على منتجات التجميل والوصول للشكل المثالي))، و((تمكنني من معرفة أسباب السمنة والنحافة وعلاجهما))، و((عندما أشاهدها أشعر بأنني متميزة في شكلي))، و((تنمي روح النقاش حول التجميل والتزيين للمرأة)).

الدراسات المرجعية الأجنبية:

جدول (٢)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	الهدف	المنهج	العينة	أهم النتائج
١	بيسشوف و ستيفن Bischoff & Steven (٢٠١٠م) (١٨)	تأثير تحديد الهدف على زيادة سلوك النشاط البدني	التعرف على ما إذا كان الإنجازات في البالغات في منتصف العمر الاتر اتبعن ١٦	الوصفي	٤٣ مفردة	ارتفعت معدلات اللياقة البدنية بشكل كبير بعد ١٦ أسبوعًا من النشاط البدني المتبع عبر الإنترنت في برنامج تغير السلوك للإنثى ذات الأهداف المحددة.

<p>ارتفعت معدلات الثقة في قدرات الإناث اللاتي اتبعن البرنامج على الإنترنت لتغيير سلوكهن وهذا نتيجة الالتزام بممارسة ما يقدمه البرنامج، أما الإناث اللاتي لم يكن لديهن أهداف محددة فوجدن أن البرنامج صعب، وفشلن في الالتزام به.</p>			<p>أسبوعاً من برنامج النشاط البدني المُقدم عبر الإنترنت، وكان لديهن أهداف محددة، واضحة، حدث لديهن تغيير سلوكي أكبر من الإناث اللاتي لم يضعن أهدافاً محددة</p>	<p>خال ستة عشر أسبوعاً متابعه لبرنامج على الإنترنت</p>	
<p>أن الغالبية العظمى من النساء حوالي (٩١,٩%) يتصفحن الإنترنت، وأن (٨٨,٧%) يستخدمن الإنترنت للحصول على معلومات صحية عن الحمل. أن تطور الجنين والتغذية أثناء الحمل كانت من أكثر الموضوعات التي حرصت أكثر من نصف أفراد العينة على البحث عنها على شبكة الإنترنت. (٧٥,١%) من السيدات الحوامل لم يناقشن المعلومات التي حصلن عليها عن طريق الإنترنت مع الأطباء.</p>	<p>٣٣٥ سيدة</p>	<p>الوصفي</p>	<p>التحقيق فيما إذا كان يمكن للمرأة الصينية الحامل استخدام الإنترنت للحصول إلى معلومات خاصة بالحمل</p>	<p>استخدام الصينية المرأة الحامل للإنترنت بحثاً عن معلومات متعلقة بالحمل.</p>	<p>٢ لينج وآخرين Ling - Ling - Gae et al (٢٠١٣م) (٢١)</p>

إجراءات البحث :

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بخطواته، وإجراءاته وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على السيدات المشتركات والمترددات على الاندية الصحية بمحافظة القاهرة والذي يتراوح أعمارهن ما بين ٣٥-٤٥ سنة والبالغ عددهم (٢٥٠) ، وتمثلت عينة البحث الأساسية في (٢٠٠) سيدة ، وعينة البحث الاستطلاعية تمثلت في (٢٠) سيدة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، وتم اسبعاد (٣٠) سيدة لعدم انتظامهم في الحضور ويوضح جدول (٣) إجمالي أعداد العينة ، جدول (٤) يوضح توصيف أعداد التلاميذ والمدارس .

جدول (٣)

توصيف مجتمع و عينة البحث الكلية (الأساسية والاستطلاعية)

العينة الاستطلاعية		العينة الأساسية		مجتمع البحث	
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد
٨%	٢٠	٨٠%	٢٠٠	١٠٠%	٢٥٠

جدول (٤)

توصيف عينة البحث الكلية (الأساسية والاستطلاعية)

م	اسم الاندية الصحية	العينة الأساسية		العينة الاستطلاعية	
		العدد	%	العدد	%
١	دار الاشعاع العسكرية	٤٠	١٦%	٧	٢,٨%
٢	جيم ice	٥٠	٢٠%	٥	٢%
٣	جيم elit	٤٠	١٦%	٤	١,٦%
٤	جيم h2o	٧٠	٢٨%	٤	١,٦%
	إجمالي	٢٠٠	٨٠%	٢٠	١٢%

ثالثاً: أدوات ووسائل جمع البيانات:

١. استبيان " فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمعة المفرطة للسيدات

فوق ٣٥ سنة "

خطوات الاستبيان:

- الرجوع إلى القراءات النظرية للمراجع العلمية والدراسات المرجعية بموضوع البحث

- تحديد المحاور الافتراضية المقترحة لإعداد المقياس
 - عرض المحاور الافتراضية على السادة الخبراء المتخصصين في الصحة والإدارة الرياضية .
 - صياغة مجموع العبارات المقترحة الخاصة بكل محور
 - عرض المقياس في صورته الأولية على السادة الخبراء لإبداء الرأي
 - صياغة الصورة النهائية للمقياس بعد الحذف والإضافة المقترحة من السادة الخبراء .
- وفيما يلي شرح لخطوات الاستبيان :

الرجوع إلى القراءات النظرية للمراجع العلمية والدراسات المرجعية بموضوع البحث

- قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية، والبحوث، والدراسات المرجعية التي تناولت موضوع الدراسة كدراسة كل من أبو بكر حبيب (٢٠١٣م) (٢) ، محمود عزت اللحام ، مروى عصام صلاح (٢٠١٥م) (١٦)، حسين أحمد (٢٠١٦م) (٥)، علي كنعان (٢٠١٧م) (١١) ، صبري عبدالهادي (٢٠٢١م) (٩) .
- تحديد المحاور الافتراضية المقترحة لإعداد المقياس:

قامت الباحثة بمراجعة الأطر النظرية والدراسات المرجعية للاستبيان بهدف تحديد المحاور الافتراضية المقترحة للمقياس، والتي بلغت في صورتها الأولى (١٤) محور .

جدول (٥)

المحاور المقترحة للمقياس في صورتها الأولية

المحاور	م
الإعلانات التي تهتم بمرض السمنة بالاعلام الإلكتروني	١
أهمية الاعلام الإلكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة	٢
درجات ثقة السيدات في الاعلام الإلكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة	٣
معدل استخدام السيدات للانترنت	٤
عدد ساعات استخدام السيدات للانترنت	٥
النشاط الذي تقوم به السيدات أثناء استخدام الانترنت	٦
الموضوعات التي تحرص السيدات عليها عند استعمال الانترنت	٧
أهم المواقع الإلكترونية التي تفضلها السيدات عند تصفحها عبر المواقع الصحية	٨
مدى اهتمام السيدات باستخدام المواقع الصحية	٩
أهم المواقع الصحية التي تفضلها السيدات	١٠
أهم الموضوعات التي تفضلها السيدات عند استخدامها للانترنت	١١
درجة اعتماد السيدات علي الانترنت في الحصول علي معلومات حول مرض السمنة	١٢
مدى وعى السيدات حول مرض السمنة	١٣
الاعلام الإلكتروني وكيفية الوقاية من مرض السمنة	١٤

يتضح من جدول (٥) المحاور المقترحة للمقياس في صورتها الأولية

عرض المحاور الافتراضية على السادة الخبراء المتخصصين في الصحة والإدارة الرياضية
جدول (٦)

آراء السادة الخبراء حول محاور الاستبيان ن = ٧

م	المحاور	رأى الخبير	
		عدد آراء الإتيافق	%
١	الإعلانات التي تهتم بمرض السمنة بالاعلام الإلكتروني	٦	٨٥,٧١%
٢	أهمية الاعلام الاكترونى كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة	٧	١٠٠%
٣	درجات ثقة السيدات فى الاعلام الاكترونى كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة	٦	٨٥,٧١%
٤	معدل استخدام السيدات للانترنت	٤	٥٧,١٤%
٥	عدد ساعات استخدام السيدات للانترنت	٣	٤٢,٨٥%
٦	النشاط الذى تقوم به السيدات أثناء استخدام الانترنت	٦	٨٥,٧١%
٧	الموضوعات التي تحرص السيدات عليها عند استعمال الانترنت	٧	١٠٠%
٨	أهم المواقع الالكترونية التي تفضلها السيدات عند تصفحها عبر المواقع الصحية	٦	٨٥,٧١%
٩	مدى اهتمام السيدات بإستخدام المواقع الصحية	٤	٥٧,١٤%
١٠	أهم المواقع الصحية التي تفضلها السيدات	٣	٤٢,٨٥%
١١	أهم الموضوعات التي تفضلها السيدات عند استخدامها للانترنت	٢	٢٨,٥٧%
١٢	درجة اعتماد السيدات علي الانترنت فى الحصول علي معلومات حول مرض السمنة	٤	٥٧,١٤%
١٣	مدى وعى السيدات حول مرض السمنة	٦	٨٥,٧١%
١٤	الاعلام الاكترونى وكيفية الوقاية من مرض السمنة	٧	١٠٠%

يتضح من جدول (٦) آراء السادة الخبراء حول محاور الاستبيان , حيث إرتضت الباحثة بنسبة ٨٥,٧١% فأكثر .

صياغة مجموع العبارات المقترحة الخاصة بكل محور

لقد صاغت الباحثة عبارات الاستبيان في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل محور من خلال اطلاعها على المراجع والدراسات المرجعية وآراء الخبراء المتخصصين في مجال الصحة والادارة الرياضية.

وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات ما يلي:

- أن تكتب بلغة واضحة وسليمة ومفهومة.

- عدم إحياء العبارة بنوع الاستجابة.
 - أن تكون العبارات واضحة ومحددة ولا تقبل أكثر من تفسير.
 - أن تتناسب العبارة مع الهدف الذي وضعت من أجله.
- عرض المقياس في صورته الأولى على الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي (المحتوى):
- قامت الباحثة بعرض الصورة الأولى للمقياس على السادة المحكمين للتحقق من صدق المحتوى .

ويوضح جدول (٧) نسبة آراء السادة الخبراء في كل عبارة من عبارات المقياس

جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان ن = (٧)

المحور الأول الإعلانات التي تهتم بمرض السمنة بالاعلام الإلكتروني			
م	العبارة	عدد آراء إتفاق	النسبة المئوية
١	يهتم الاعلام الإلكتروني بالإعلانات عن الوجبات الغذائية الصحية التي تقلل من أمراض السمنة .	٦	٨٥,٧١%
٢	أكثر الإعلانات على صفحات الاعلام الإلكتروني تهتم بالأدوية العلاجية للسمنة .	٧	١٠٠%
٣	يهتم الاعلام الإلكتروني بالبحث عن ممارسة الرياضة من خلال الاعلان عن المراكز الصحية المختلفة .	٦	٨٥,٧١%
٤	يهتم الاعلام الإلكتروني بتقديم أنظمة وتمارين رياضية تمارس على مدار اليوم لتقليل من أخطار السمنة .	٧	١٠٠%
٥	يعمل الاعلام الإلكتروني على غرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .	٦	٨٥,٧١%
٦	يوضح الاعلام الإلكتروني بالإعلانات أهمية التغذية السليمة للوقاية من مرض السمنة .	٧	١٠٠%
٧	يقوم الاعلام الإلكتروني بدعم وتوعية الصلة بين ممارسة الرياضة وأضرار مرض السمنة .	٦	٨٥,٧١%

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان ن = (٧)

المحور الثاني أهمية الاعلام الإلكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة			
م	العبارة	عدد آراء إتفاق	النسبة المئوية
١	يعتبر الاعلام الإلكتروني وسيلة هامة لترسيخ السلوك الصحي .	٧	١٠٠%



٦	٨٥,٧١%	٢	يحرص الاعلام الالكتروني على بناء الإتجاهات الصحية السوية للحد من مرض السمنة .
٧	١٠٠%	٣	يساعد الاعلام الالكتروني متابعيه بتزويدهم بالمعلومات والسلوك الصحي السليم للحد من مرض السمنة .
٦	٨٥,٧١%	٤	يكسب الاعلام الالكتروني الفرد طريقة التفكير السليم التي تقوم على الملاحظة الدقيقة وعدم تقبل الآراء والأحكام قبل التأكد من صحتها .
٧	١٠٠%	٥	يعتبر الاعلام الالكتروني مصدر مهم للمعلومات مع وجود مصادر أخرى أقل أهمية .
٦	٨٥,٧١%	٦	تعتبر المعلومات الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هامة بالنسبة للأفراد .
٤	٥٧,١٤%	٧	يحث الاعلام الالكتروني على اللجوء لمصادر موثوق منها للحصول على معلومات حول مرض السمنة .

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان = ن (٧)

المحور الثالث درجات ثقة السيدات في الاعلام الالكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة			
م	العبارة	عدد آراء الإيتفاق	النسبة المئوية
١	يدعم الاعلام الالكتروني جهود وزارتي الصحة والبيئة في مكافحة مسببات أمراض السمنة .	٧	١٠٠%
٢	يعطى مواقع وزارة الصحة الالكتروني إرشادات هامة حول أضرار مرض السمنة وكيفية الوقاية منها .	٦	٨٥,٧١%
٣	يقدم موقع وزارة الصحة الالكتروني كل ما هو جديد حول أمراض السمنة وأعداد المصابين سنوياً .	٧	١٠٠%
٤	يقدم الاعلام الالكتروني مواعيد بأماكن الفحص لمكافحة مرض السمنة .	٦	٨٥,٧١%
٥	يحث الاعلام الالكتروني على الفحص الدوري والذاتي لتجنب الاصابة بمرض السمنة .	٧	١٠٠%
٦	يهتم الاعلام الالكتروني بنشر المعلومات الخاصة بوزارة الصحة حول مخاطر مرض السمنة .	٧	١٠٠%
٧	يركز الاعلام الالكتروني على الاساليب التي تجعل الفرد غير مستهتر بمرض السمنة وبشكر لا يقوم على تخويف الفرد .	٦	٨٥,٧١%

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان ن = (٧)

المحور الرابع النشاط الذي تقوم به السيدات أثناء استخدام الانترنت			
م	العبارة	عدد آراء الإتيافق	النسبة المئوية
١	تقوم السيدات بإستخدام الانترنت أثناء تناول بعض الوجبات الغذائية السريعة.	٧	١٠٠%
٢	تعمل السيدات بمهام البيت المنزلية أثناء تصفحها الانترنت .	٦	٨٥,٧١%
٣	تقوم السيدات بالاسترخاء أثناء تصفحها الانترنت .	٧	١٠٠%
٤	تركز السيدات فيما تتصفح على الانترنت .	٦	٨٥,٧١%
٥	تستمع السيدات الى الأغاني أثناء تصفحها الانترنت .	٧	١٠٠%
٦	تستطيع السيدات القيام بأكثر من عمل أثناء تصفحها الانترنت .	٧	١٠٠%
٧	تقوم السيدات بتصفح الانترنت في أوقات تواجدها بالنادى .	٦	٨٥,٧١%
٨	تقوم السيدات بتصفح الانترنت مع زملائها في العمل .	٧	١٠٠%

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان ن = (٧)

المحور الخامس الموضوعات التي تحرص السيدات عليها عند استعمال الانترنت			
م	العبارة	عدد آراء الإتيافق	النسبة المئوية
١	تركز السيدات على متابعة الموضوعات الصحية عند استخدامها للانترنت .	٧	١٠٠%
٢	تحرص السيدات على متابعة الاحداث الرياضية عند استعمالها للانترنت .	٦	٨٥,٧١%
٣	تهتم السيدات على متابعة الأحداث الإجتماعية عند استخدامها للانترنت .	٧	١٠٠%
٤	تحرص السيدات على متابعة الموضوعات الدينية عند استعمالها للانترنت .	٦	٨٥,٧١%
٥	تتعرف السيدات على الموضوعات الاقتصادية عند استعمالها للانترنت .	٧	١٠٠%
٦	تهتم السيدات بمتابعة الموضوعات العلمية من خلال استخدامها للانترنت .	٧	١٠٠%
٧	تركز السيدات على متابعة كل ما هو جديد عن الموضوعات التي تخص السمنة	٦	٨٥,٧١%
٨	تهتم السيدات بمعرفة كل ما يخص الموضوعات السياسية من خلال استخدامها للانترنت .	٧	١٠٠%

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان ن = (٧)

المحور السادس أهم المواقع الإلكترونية التي تفضلها السيدات عند تصفحها عبر المواقع الصحية			
م	العبارة	عدد آراء الإيتفاق	النسبة المئوية
١	يعتبر الفيس بوك أهم مصدر في الحصول على المعلومات عن مرض السمنة ومخاطرها .	٧	١٠٠%
٢	يعتبر اليوتيوب أهم وأحدث مصدر في عصرنا لترسيخ السلك الصحي السليم وتغيير السلوك الصحي الخاطي .	٦	٨٥,٧١%
٣	يعد تويتر من أهم المواقع الإلكترونية للحصول على المعلومات الصحية .	٧	١٠٠%
٤	تعتبر المواقع المتخصصة في المصادر المهمة لتغرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .	٦	٨٥,٧١%
٥	تحت المواقع التليفزيونية على تمكين المتابعات من معرفة مفهوم المرض ومشكلة حدوثه ومسبباته وكيفية الحد منه .	٧	١٠٠%
٦	تمكن المواقع الإخبارية المتابعين من معرفة المعلومات الصحية السليمة	٧	١٠٠%
٧	تعتبر المواقع الصحفية من المواقع المهمة في نشر المفاهيم والمعارف الصحية .	٦	٨٥,٧١%

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان ن = (٧)

المحور السابع مدى وعى السيدات حول مرض السمنة			
م	العبارة	عدد آراء الإيتفاق	النسبة المئوية
١	تعرف على الجديد في مسببات وعلاج مرض السمنة	٧	١٠٠%
٢	يتعاطف الاعلام مع مرضى السمنة وتقديم الدعم لهم	٦	٨٥,٧١%
٣	يعتبر مرض السمنة نوع من أنواع سوء التغذية	٧	١٠٠%
٤	يعتبر مرض السمنة منتشر في السيدات أكثر من الرجال	٦	٨٥,٧١%
٥	يعتبر مرض السمنة منتشر في الأطفال أكثر من الكبار	٧	١٠٠%
٦	يعتبر مرض السمنة هو زيادة نسبة الدهون لأكثر من ٣٠% من زيادة وزن الجسم الكلي	٧	١٠٠%
٧	يعتبر مرض السمنة هو مرض ناتج عن عدم التوازن بين الطاقة المتناولة من الطعام والطاقة المستهلكة من الجسم	٦	٨٥,٧١%
٨	ينتج عن أثناء الجلوس فترات طويلة في أعمال مكتبية وأمام الكمبيوتر والتليفزيون	٧	١٠٠%
٩	ينتج عن التهام الغذاء بسرعات حرارية عالية مع عدم إخراج هذه السرعات العالية مما يؤدي الى تراكم الدهون	٦	٨٥,٧١%

١٠	٧	١٠٠%	توجد فترات حرجة للإصابة بالمرض أهمها (البلوغ - الحمل - الرضاعة - انقطاع الطمث)
١١	٦	٨٥,٧١%	يعتبر نسبة ارتفاع ضغط الدم بين المصابين بالسمنة ثلاث أضعاف من العاديين
١٢	٧	١٠٠%	يزيد استمرار السمنة لمدة تزيد عن ١٠ سنوات الى التعرض لأمراض القلب والموت المفاجئ

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في عبارات الاستبيان = (٧)

المحور الثامن الاعلام الالكتروني وكيفية الوقاية من مرض السمنة			
م	العبارة	عدد آراء الإيتفاق	النسبة المئوية
١	يشجع الاعلام الالكتروني على المزيد من أهمية ممارسة الرياضة بالمراكز الصحية المتخصصة	٧	١٠٠%
٢	يحث الاعلام الالكتروني على الابتعاد عن الوجبات الغذائية الخاطئة المتعلقة بالسمنة	٦	٨٥,٧١%
٣	يشير الاعلام الالكتروني بالاقبال من تناول الاغذية التي تحتوى على سكريات مصنعة كالحلويات والشيكولاته	٧	١٠٠%
٤	ينصح الاعلام الالكتروني بعدم اللجوء الى العمليات الجراحية فى استئصال الدهون من الجسم	٦	٨٥,٧١%
٥	يحث الاعلام الالكتروني على تجنب تقديم الاطعمة الصحية التي لا تحتوى على الدهون والدم	٧	١٠٠%
٦	يشير الاعلام الالكتروني بفضل ممارسة الرياضة بمعدل ثلاثة أيام فى الاسبوع وإعتبارها أسلوب حياة	٧	١٠٠%
٧	يحث الاعلام الالكتروني على الاكثار من تناول الاطعمة الغنية بالألياف الغذائية كالخضروات والفواكه ونخالة القمح والحبوب الكاملة	٦	٨٥,٧١%
٨	يدعم الاعلام الالكتروني على الاقلال من تناول الاطعمة الدهنية وعدم استخدام الدهون الغير صحية والمهدجة بأنواعها فى المطبخ	٧	١٠٠%
٩	يحث الاعلام الالكتروني على التواصل مع طبيب متخصص عبر الانترنت أو المتابعة بالعيادة .	٦	٨٥,٧١%
١٠	يقوم الاعلام الالكتروني بتوسيع المدارك السلوكية فى المجال الصحى للوقاية من مرض السمنة .	٣	٤٢,٨٥%
١١	يعمل الإعلام الإلكتروني بنشر بكل ما يرتبط بالمستجدات الطبية لمرض السمنة.	٤	٥٧,١٤%

يتضح من جدول (٧) النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات الاستبيان ؛ حيث

يتضح أن نسبة آراء السادة الخبراء الموافقين على وجود بعض العبارات ، وتتراوح النسبة المئوية

للعبارات ما بين (٤٢,٨٥% - ١٠٠%)؛ حيث ارتضت الباحثة والسادة المشرفين بقبول العبارات التي حصلت على أهمية نسبية مئوية قدرها (٨٥,٧١%) فأكثر من مجموع الآراء.

الصورة النهائية لعبارات الاستبيان :

في ضوء ما أبداه السادة الخبراء من آراء على الصورة المبدئية للمقياس , قامت الباحثة بوضع هذه العبارات في الصورة النهائية وتطبيقه على العينة الإستطلاعية لحساب المعاملات العلمية الخاصة (الصدق - الثبات) , قبل التطبيق على العينة الأساسية .

وقد تم تطبيق الاستبيان على العينة الإستطلاعية والتي يبلغ عددهم (٢٠) سيدة , وبعد التطبيق تم رصد الدرجات تمهيداً لحساب المعاملات العلمية .

تصحيح المقياس والدرجة الكلية :

تم وضع طريقة التصحيح , حيث تجيب السيدة على كل فقرة من فقرات الاستبيان كالآتي (دائماً = خمسة درجات - غالباً = أربعة درجات - أحياناً = ثلاث درجات - نادراً = درجتان - أبداً = درجة واحدة) و ذلك في حالة العبارات السلبية أما في حالة العبارات الايجابية فيتم تبديل الدرجات التي تأخذها كل إجابة من الإجابات الخمسة فتكون على النحو التالي (دائماً = درجة واحدة - غالباً = درجتان - أحياناً = ثلاث درجات - نادراً = أربعة درجات - أبداً = خمسة درجات)

المعاملات العلمية للاستبيان :

صدق الاتساق الداخلي للاستبيان.

قامت الباحثة بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وذلك بتطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية التي قوامها (٢٠) سيدة من سيدات التي تتراوح أعمارهن من ٣٥-٤٥ سنة ومن غير العينة الأساسية للبحث ، وجدول (٨) توضح ذلك .

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة

ن = ٢٠

الكلية للاستبيان

م	العبارات	معامل الارتباط
المحور الأول الإعلانات التي تهتم بمرض السمنة بالاعلام الإلكتروني		



٠,٨٤٥	١	يهتم الاعلام الالكتروني بالإعلانات عن الوجبات الغذائية الصحية التي تقلل من أمراض السمنة .
٠,٨٦٢	٢	أكثر الإعلانات على صفحات الاعلام الالكتروني تهتم بالأدوية العلاجية للسمنة .
٠,٨٧٣	٣	يهتم الاعلام الالكتروني بالبحث عن ممارسة الرياضة من خلال الاعلان عن المراكز الصحية المختلفة .
٠,٨٦٠	٤	يهتم الاعلام الالكتروني بتقديم أنظمة وتمارين رياضية تمارس على مدار اليوم لتقليل من أخطار السمنة .
٠,٨٨٥	٥	يعمل الاعلام الالكتروني على غرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .
٠,٨٤٦	٦	يوضح الاعلام الالكتروني بالإعلانات أهمية التغذية السليمة للوقاية من مرض السمنة .
٠,٨١٩	٧	يقوم الاعلام الالكتروني بدعم وتوعية الصلة بين ممارسة الرياضة وأضرار مرض السمنة .
المحور الثاني أهمية الاعلام الالكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة		
٠,٨٨٢	٨	يعتبر الاعلام الالكتروني وسيلة هامة لترسيخ السلوك الصحي .
٠,٨٢٤	٩	يحرص الاعلام الالكتروني على بناء الإتجاهات الصحية السوية للحد من مرض السمنة .
٠,٨٦٢	١٠	يساعد الاعلام الالكتروني متابعيه بتزويدهم بالمعلومات والسلوك الصحي السليم للحد من مرض السمنة .
٠,٨٥٨	١١	يكسب الاعلام الالكتروني الفرد طريقة التفكير السليم التي تقوم على الملاحظة الدقيقة وعدم تقبل الآراء والأحكام قبل التأكد من صحتها .
٠,٨٢٦	١٢	يعتبر الاعلام الالكتروني مصدر مهم للمعلومات مع وجود مصادر أخرى أقل أهمية .
٠,٨٧٩	١٣	تعتبر المعلومات الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هامة بالنسبة للأفراد .
المحور الثالث درجات ثقة السيدات في الاعلام الالكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة		
٠,٨١٤	١٤	يدعم الاعلام الالكتروني جهود وزارتي الصحة والبيئة في مكافحة مسببات أمراض السمنة .
٠,٨٤٣	١٥	يعطى مواقع وزارة الصحة الالكتروني إرشادات هامة حول أضرار مرض السمنة وكيفية الوقاية منها

٠,٨٩٧	يقدم موقع وزارة الصحة الالكترونى كل ما هو جديد حول أمراض السمنة وأعداد المصابين سنوياً .	١٦
٠,٨٥٩	يقدم الاعلام الالكترونى مواعيد بأمكان الفحص لمكافحة مرض السمنة .	١٧
٠,٨٧٠	يحث الاعلام الالكترونى على الفحص الدورى والذاتى لتجنب الاصابة بمرض السمنة .	١٨
٠,٨٧٨	يهتم الاعلام الالكترونى بنشر المعلومات الخاصة بوزارة الصحة حول مخاطر مرض السمنة .	١٩
٠,٨٢٥	يركز الاعلام الالكترونى على الاساليب التى تجعل الفرد غير مستهتر بمرض السمنة ويشكر لا يقوم على تخويف الفرد .	٢٠
المحور الرابع النشاط الذى تقوم به السيدات أثناء استخدام الانترنت		
٠,٨٥١	تقوم السيدات باستخدام الانترنت أثناء تناول بعض الوجبات الغذائية السريعة.	٢١
٠,٨٠٤	تعمل السيدات بمهام البيت المنزلية أثناء تصفحها الانترنت .	٢٢
٠,٨٢٣	تقوم السيدات بالاسترخاء أثناء تصفحها الانترنت .	٢٣
٠,٧٩٦	تركز السيدات فيما تتصفح على الانترنت .	٢٤
٠,٨٠٢	تستمع السيدات الى الأغاني أثناء تصفحها الانترنت .	٢٥
٠,٨٢٧	تستطيع السيدات القيام بأكثر من عمل أثناء تصفحها الانترنت .	٢٦
٠,٨٠٩	تقوم السيدات بتصفح الانترنت فى أوقات تواجدها بالنادى .	٢٧
٠,٨٠٦	تقوم السيدات بتصفح الانترنت مع زملائها فى العمل .	٢٨

تابع جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة

ن = ٢٠

الكلية للاستبيان

م	العبارات	معامل الارتباط
المحور الخامس الموضوعات التى تحرص السيدات عليها عند استعمال الانترنت		
٢٩	تركز السيدات على متابعة الموضوعات الصحية عند استخدامها للانترنت .	٠,٨٢١
٣٠	تحرص السيدات على متابعة الاحداث الرياضية عند استعمالها للانترنت .	٠,٨٠٣
٣١	تهتم السيدات على متابعة الأحداث الإجتماعية عند استخدامها للانترنت .	٠,٨٩٢
٣٢	تحرص السيدات على متابعة الموضوعات الدينية عند استعمالها للانترنت .	٠,٨١٧
٣٣	تتعرف السيدات على الموضوعات الاقتصادية عند استعمالها للانترنت .	٠,٨٧٨
٣٤	تهتم السيدات بمتابعة الموضوعات العلمية من خلال استخدامها للانترنت .	٠,٨٣٦
٣٥	تركز السيدات على متابعة كل ما هو جديد عن الموضوعات التى تخص السباحة .	٠,٨٧٢

٠,٨٣٥	تهتم السيدات بمعرفة كل ما يخص الموضوعات السياسية من خلال استخدامها للانترنت .	٣٦
المحور السادس أهم المواقع الإلكترونية التي تفضلها السيدات عند تصفحها عبر المواقع الصحية		
٠,٨٦٤	يعتبر الفيس بوك أهم مصدر في الحصول على المعلومات عن مرض السمنة ومخاطرها .	٣٧
٠,٨٥٥	يعتبر اليوتيوب أهم وأحدث مصدر في عصرنا لترسيخ السلك الصحى السليم وتغيير السلوك الصحى الخاطى .	٣٨
٠,٨٨٠	يعد تويتر من أهم المواقع الإلكترونية للحصول على المعلومات الصحية .	٣٩
٠,٨٧٦	تعتبر المواقع المتخصصة في المصادر المهمة لتغرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .	٤٠
٠,٧٩٩	تحت المواقع التليفزيونية على تمكين المتابعات من معرفة مفهوم المرض ومشكلة حدوثه ومسبباته وكيفية الحد منه .	٤١
٠,٨٤٣	تمكن المواقع الإخبارية المتابعين من معرفة المعلومات الصحية السليمة .	٤٢
٠,٧٩٧	تعتبر المواقع الصحفية من المواقع المهمة في نشر المفاهيم والمعارف الصحية .	٤٣

المحور السابع مدى وعى السيدات حول مرض السمنة		
٠,٨٦٣	تعرف على الجديد فى مسببات وعلاج مرض السمنة	٤٤
٠,٨٤٠	يتعاطف الاعلام مع مرضى السمنة وتقديم الدعم لهم	٤٥
٠,٨١٥	يعتبر مرض السمنة نوع من أنواع سوء التغذية	٤٦
٠,٨٥٨	يعتبر مرض السمنة منتشر فى السيدات أكثر من الرجال	٤٧
٠,٨١٢	يعتبر مرض السمنة منتشر فى الأطفال أكثر من الكبار	٤٨
٠,٨٤٦	يعتبر مرض السمنة هو زيادة نسبة الدهون لأكثر من ٣٠% من زيادة وزن الجسم الكلى	٤٩
٠,٨١٩	يعتبر مرض السمنة هو مرض ناتج عن عدم التوازن بين الطاقة المتناولة من الطعام والطاقة المستهلكة من الجسم	٥٠
٠,٨٤٥	ينتج عن أثناء الجلوس فترات طويلة فى أعمال مكتبية وأمام الكمبيوتر والتليفزيون	٥١
٠,٩٠٣	ينتج عن التهام الغذاء بسعرات حرارية عالية مع عدم إخراج هذه السعرات العالية مما يؤدي الى تراكم الدهون	٥٢
٠,٨٩١	توجد فترات حرجة للإصابة بالمرض أهمها (البلوغ - الحمل - الرضاعة - انقطاع الطمث)	٥٣
٠,٨٣٨	يعتبر نسبة ارتفاع ضغط الدم بين المصابين بالسمنة ثلاث أضعاف من العاديين	٥٤

٥٥	يزيد استمرار السمنة لمدة تزيد عن ١٠ سنوات الى التعرض لأمراض القلب والموت المفاجئ	٠,٨٦٤
المحور الثامن الاعلام الالكتروني وكيفية الوقاية من مرض السمنة		
٥٦	يشجع الاعلام الالكتروني على المزيد من أهمية ممارسة الرياضة بالمراكز الصحية المتخصصة	٠,٨١٧
٥٧	يحث الاعلام الالكتروني على الابتعاد عن الوجبات الغذائية الخاطئة المتعلقة	٠,٨٢٠
٥٨	يشير الاعلام الالكتروني بالاقبال من تناول الاغذية التي تحتوى على سكريات	٠,٨٧١
٥٩	ينصح الاعلام الالكتروني بعدم اللجوء الى العمليات الجراحية فى اسئصال	٠,٨٧٤
٦٠	يحث الاعلام الالكتروني على تجنب تقديم الاطعمة الصحية التي لا تحتوى	٠,٨١٥
٦١	يشير الاعلام الالكتروني بفضل ممارسة الرياضة بمعدل ثلاثة أيام فى الاسبوع وإعتبارها أسلوب حياة	٠,٨٤٩
٦٢	يحث الاعلام الالكتروني على الاكثار من تناول الاطعمة الغنية بالألياف الغذائية كالخضروات والفواكهه ونخالة القمح والحبوب الكاملة	٠,٨٢٦
٦٣	يدعم الاعلام الالكتروني على الاقلال من تناول الاطعمة الدهنية وعدم استخدام الدهون الغير صحية والمهدرجة بأنواعها فى المطبخ	٠,٨٠٣
٦٤	يحث الاعلام الالكتروني على التواصل مع طبيب متخصص عبر الانترنت	٠,٨٣٨

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية ١٨ ومستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٨) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان والدرجة الكلية للمقياس ، ويتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للاستبيان .

ثبات الاستبيان " دور الإعلام الإلكتروني فى الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات للمرحلة ما بين ٣٥-٤٥ سنة "

أ- ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية .

قامت الباحثة باستخدام طريقة التجزئة النصفية عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية للاستبيان ، حيث تم تطبيق المقياس علي عينة الدراسة الاستطلاعية التي قوامها (٢٠) سيدة من السيدات التي يتراوح أعمارهن ٣٥-٤٥ سنة ومن غير العينة الأساسية للبحث ، وجدول (٩) يوضح ذلك .

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية للاستبيان

ن = ٢٠

م	الاستبيان	العبارات الفردية		العبارات الزوجية	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة	١١٨,٠٥٠	٣٦,٣٢٦	١١٩,٨٠٠	٣٦,١٧٧

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية ١٨ ومستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٩) معاملات الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية للاستبيان ، ويتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، مما يشير إلى ثبات المقياس .

ب- ثبات الاستبيان باستخدام معامل ألفا كرونباخ .

قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا كرونباخ لإيجاد ثبات الاستبيان عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين الأجزاء المتعددة لأبعاد المقياس ، جدول (١٠) يوضح ذلك .

جدول (١٠)

معاملات ألفا كرونباخ لثبات الاستبيان

م	الاستبيان	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
١	فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة	٦٤	٠,٨٩١

* دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٠) قيم معاملات ألفا كرونباخ لثبات الاستبيان ، ويتضح أن جميع قيم المعاملات دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، وذو معامل ثبات عالي ، مما يشير إلى ثبات الاستبيان .

الدراسة الاستطلاعية

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢٢/١١/٥م، إلى يوم الخميس الموافق ١١/١١/٢٠٢٢م على عينة استطلاعية قوامها (٢٠) سيدة من السيدات التي يتراوح أعمارهن من ٣٥-٤٥ سنة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وكان الهدف:

- تحديد الصعوبات التي قد تقابل الباحثة أثناء تطبيق أدوات جمع البيانات
 - التعرف على مدى فهم عينة لعبارات المقاييس المستخدمة قيد البحث
 - حساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمقاييس المستخدمة قيد البحث
- الإجراءات التنفيذية للبحث:

الدراسة الأساسية:

بعد أن تأكدت الباحثة من صدق وثبات الاستبيان المستخدم قيد البحث ، قامت الباحثة بتطبيقها على العينة الأساسية في الفترة من يوم السبت الموافق ١٢/١١/٢٠٢٢م ، إلى يوم الخميس الموافق ٢٢/١٢/٢٠٢٢م، وبعد ذلك قامت الباحثة بتجميع استمارة الاستبيان وتصحيحها ووضع الدرجات لها، ثم تبويب تلك النتائج تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

المعالجات الإحصائية

قامت الباحثة بعد جمع وتسجيل البيانات الخاصة بالبحث بإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والإجابة على تساؤلات البحث باستخدام القوانين الإحصائية، وكذلك الحاسب الآلي باستخدام البرنامج الإحصائي "SPSS" (الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية) ، وتم حساب ما يلي:

Mean.	المتوسط الحسابي.
Correlation (person)	معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
Cronbachs Alpha	معامل الفا كرو نباخ
Chi - Square	اختبار دلالة الفروق "كا ^٢ "
Percentage	النسبة المئوية
	الأهمية النسبية

عرض ومناقشة النتائج .

أولاً: عرض النتائج الخاصة التساؤل الأول :

جدول (١١)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية ومربع كا ٢ لإستجابات

ن = ٢٠٠

العينة بالنسبة للاستبيان

المحور الأول الإعلانات التي تهتم بمرض السممه بالاعلام الإلكتروني													
رقم العبرة	دائماً		غالباً		أحياناً		نادراً		أبداً		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	قيمة كا ٢
	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار					
١	٣٨,٠	٧٦	٢٤,٥٠	٤٩	١٦,٠	٣٢	١٤,٠	٢٨	٧,٥٠	١٥	٧٤,٣	٥٥,٢	٥٠
٢	٢٤,٠	٤٨	٣٨,٠٠	٧٦	١٩,٠	٣٨	١٠,٥	٢١	٨,٥٠	١٧	٧١,٧	٦٥,٣	٥٠
٣	١٠,٥	٢١	١٦,٠٠	٣٢	٢٢,٥	٤٥	٣٦,٥	٧٣	١٤,٥	٢٩	٥٤,٣	٤١,١	٥٠
٤	٨,٥٠	١٧	١٢,٠٠	٢٤	١٨,٥	٣٧	٢٤,٥	٤٩	٣٦,٥	٧٣	٤٦,٣	٤٩,١	٥٠
٥	٤١,٥	٨٣	٢٣,٥٠	٤٧	١٥,٥	٣١	١٣,٥	٢٧	٦,٠٠	١٢	٧٦,٢	٧٣,٣	٥٠
٦	١٢,٥	٢٥	٢٠,٥٠	٤١	٣٢,٥	٦٥	٢١,٥	٤٣	١٣,٠	٢٦	٥٩,٦	٢٦,٤	٥٠
٧	١٥,٠	٣٠	٢٢,٥٠	٤٥	٣٦,٠	٧٢	١٧,٥	٣٥	٩,٠٠	١٨	٦٣,٤	٤١,٤	٥٠
المحور الثاني أهمية الاعلام الإلكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمته													
٨	٧,٥٠	١٥	١١,٥٠	٢٣	١٩,٥	٣٩	٢٦,٠	٥٢	٣٥,٥	٧١	٤٥,٩	٥٠,٥	٥٠
٩	٣٦,٠	٧٢	٢٢,٥٠	٤٥	٢٠,٥	٤١	١٤,٠	٢٨	٧,٠٠	١٤	٧٣,٣	٤٦,٧	٥٠
١٠	١٧,٠	٣٤	٢١,٠٠	٤٢	٣١,٥	٦٣	١٨,٠	٣٦	١٢,٥	٢٥	٦٢,٤	٢٠,٢	٥٠
١١	١١,٥	٢٣	١٩,٠٠	٣٨	٢١,٥	٤٣	٣٩,٠	٧٨	٩,٠٠	١٨	٥٧,٠	٥٥,٧	٥٠
١٢	٩,٥٠	١٩	١٥,٥٠	٣١	٢٢,٥	٤٥	٤٢,٠	٨٤	١٠,٥	٢١	٥٤,٣	٧١,١	٥٠
١٣	٣١,٥	٦٣	٢٦,٠	٥٢	٢٠,٥	٤١	١٣,٠	٢٦	٩,٠٠	١٨	٧١,٦	٣٣,٨	٥٠
المحور الثالث درجات ثقة السيدات في الاعلام الإلكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمته													
١٤	٢٣,٥	٤٧	٣٤,٥	٦٩	١٩,٠	٣٨	١٥,٥	٣١	٧,٥٠	١٥	٧٠,٢	٤٠,٠	٥٠
١٥	٢١,٥	٤٣	٣٣,٥	٦٧	٢١,٠	٤٢	١٨,٥	٣٧	٥,٥٠	١١	٦٩,٤	٣٩,٨	٥٠
١٦	١٠,٠	٢٠	٢١,٠	٤٢	٢٣,٠	٤٦	٣٨,٠	٧٦	٨,٠٠	١٦	٥٧,٤	٥٧,٨	٥٠
١٧	٣٦,٠	٧٢	٢٤,٥	٤٩	١٦,٠	٣٢	١٤,٠	٢٨	٩,٥٠	١٩	٧٢,٧	٤٣,٨	٥٠
١٨	١٢,٥	٢٥	٢١,٥	٤٣	٣٥,٥	٧١	١٨,٠	٣٦	١٢,٥	٢٥	٦٠,٧	٣٥,٩	٥٠
١٩	٢٤,٠	٤٨	٣٩,٠	٧٨	١٧,٠	٣٤	١١,٥	٢٣	٨,٥٠	١٧	٧١,٧	٥٩,٠	٥٠

٣٠,٥ ٥٠	٦٤,٨ ٥٥	٦٤٨	١٠,٠ ٥٥	٢٠	١٥,٥ ٥٥	٣١	٣٣,٠ ٥٥	٦٦	٢٣,٥ ٥٥	٤٧	١٨,٠ ٥٥	٣٦	٢٠
------------	------------	-----	------------	----	------------	----	------------	----	------------	----	------------	----	----

عرض ومناقشة النتائج .

أولاً: عرض النتائج الخاصة التساؤل الأول :

جدول (١١)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية ومربع كا ٢ لإستجابات

ن = ٢٠٠

العينة بالنسبة للاستبيان

المحور الأول الإعلانات التي تهتم بمرض السمنة بالاعلام الإلكتروني													
رقم الع بة أ رة	دائماً		غالباً		أحياناً		نادراً		أبداً		الوز ن الن سبي	الأهمي ة النسبي ة	قيمة كا ٢
	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار			
١	٣٨,٠	٧٦	٢٤,٥	٤٩	١٦,٠	٣٢	١٤,٠	٢٨	٧,٥٠	١٥	٧٤٣	٧٤,٣	٥٥,٢
٢	٢٤,٠	٤٨	٣٨,٠	٧٦	١٩,٠	٣٨	١٠,٥	٢١	٨,٥٠	١٧	٧١٧	٧١,٧	٦٥,٣
٣	١٠,٥	٢١	١٦,٠	٣٢	٢٢,٥	٤٥	٣٦,٥	٧٣	١٤,٥	٢٩	٥٤٣	٥٤,٣	٤١,١
٤	٨,٥٠	١٧	١٢,٠	٢٤	١٨,٥	٣٧	٢٤,٥	٤٩	٣٦,٥	٧٣	٤٦٣	٤٦,٣	٤٩,١
٥	٤١,٥	٨٣	٢٣,٥	٤٧	١٥,٥	٣١	١٣,٥	٢٧	٦,٠٠	١٢	٧٦٢	٧٦,٢	٧٣,٣
٦	١٢,٥	٢٥	٢٠,٥	٤١	٣٢,٥	٦٥	٢١,٥	٤٣	١٣,٠	٢٦	٥٩٦	٥٩,٦	٢٦,٤
٧	١٥,٠	٣٠	٢٢,٥	٤٥	٣٦,٠	٧٢	١٧,٥	٣٥	٩,٠٠	١٨	٦٣٤	٦٣,٤	٤١,٤
المحور الثاني أهمية الاعلام الاكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة													
٨	٧,٥٠	١٥	١١,٥	٢٣	١٩,٥	٣٩	٢٦,٠	٥٢	٣٥,٥	٧١	٤٥٩	٤٥,٩	٥٠,٥
٩	٣٦,٠	٧٢	٢٢,٥	٤٥	٢٠,٥	٤١	١٤,٠	٢٨	٧,٠٠	١٤	٧٣٣	٧٣,٣	٤٦,٧
١٠	١٧,٠	٣٤	٢١,٠	٤٢	٣١,٥	٦٣	١٨,٠	٣٦	١٢,٥	٢٥	٦٢٤	٦٢,٤	٢٠,٢
١١	١١,٥	٢٣	١٩,٠	٣٨	٢١,٥	٤٣	٣٩,٠	٧٨	٩,٠٠	١٨	٥٧٠	٥٧,٠	٥٥,٧
١٢	٩,٥٠	١٩	١٥,٥	٣١	٢٢,٥	٤٥	٤٢,٠	٨٤	١٠,٥	٢١	٥٤٣	٥٤,٣	٧١,١
١٣	٣١,٥	٦٣	٢٦,٠	٥٢	٢٠,٥	٤١	١٣,٠	٢٦	٩,٠٠	١٨	٧١٦	٧١,٦	٣٣,٨
المحور الثالث درجات ثقة السيدات في الاعلام الإلكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة													
١٤	٢٣,٥	٤٧	٣٤,٥	٦٩	١٩,٠	٣٨	١٥,٥	٣١	٧,٥٠	١٥	٧٠٢	٧٠,٢	٤٠,٠
١٥	٢١,٥	٤٣	٣٣,٥	٦٧	٢١,٠	٤٢	١٨,٥	٣٧	٥,٥٠	١١	٦٩٤	٦٩,٤	٣٩,٨
١٦	١٠,٠	٢٠	٢١,٠	٤٢	٢٣,٠	٤٦	٣٨,٠	٧٦	٨,٠٠	١٦	٥٧٤	٥٧,٤	٥٧,٨
١٧	٣٦,٠	٧٢	٢٤,٥	٤٩	١٦,٠	٣٢	١٤,٠	٢٨	٩,٥٠	١٩	٧٢٧	٧٢,٧	٤٣,٨
١٨	١٢,٥	٢٥	٢١,٥	٤٣	٣٥,٥	٧١	١٨,٠	٣٦	١٢,٥	٢٥	٦٠٧	٦٠,٧	٣٥,٩

٥٩,٠ ٥٠	٧١,٧ ٠٠	٧١٧	٨,٥٠ ٠	١٧	١١,٥ ٠٠	٢٣	١٧,٠ ٠٠	٣٤	٣٩,٠ ٠٠	٧٨	٢٤,٠ ٠٠	٤٨	١٩
٣٠,٥ ٥٠	٦٤,٨ ٠٠	٦٤٨	١٠,٠ ٠٠	٢٠	١٥,٥ ٠٠	٣١	٣٣,٠ ٠٠	٦٦	٢٣,٥ ٠٠	٤٧	١٨,٠ ٠٠	٣٦	٢٠

تابع جدول (١١)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية ومربع كا ٢ لإستجابات

العينة بالنسبة للإستبيان

ن = ٢٠٠

رقم العب ارة	دائماً		غالباً		أحياناً		نادراً		أبداً		الوزن النسبي	الأهمي ة النسبي ة	قيمة كا ٢
	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار					
المحور الرابع النشاط الذي تقوم به السيدات أثناء استخدام الانترنت													
٢١	٣٢	١٦,٠ ٠٠	٤٦	٢٣,٠ ٠٠	٧٩	٣٩,٥ ٠٠	٢٥	١٢,٥ ٠٠	١٨	٩,٠٠ ٠	٦٤٩	٦٤,٩ ٠٠	٥٨,٢ ٥٠
٢٢	١٨	٩,٠٠ ٠	٢٣	١١,٥ ٠٠	٣٧	١٨,٥ ٠٠	٤٣	٢١,٥ ٠٠	٧٩	٣٩,٥ ٠٠	٤٥٨	٤٥,٨ ٠٠	٥٧,٨ ٠٠
٢٣	٨١	٤٠,٥ ٠٠	٤٥	٢٢,٥ ٠٠	٣٢	١٦,٠ ٠٠	٢٧	١٢,٥ ٠٠	١٥	٧,٥٠ ٠	٧٥٠	٧٥,٨ ٠٠	٦٤,١ ٠٠
٢٤	٣١	١٥,٥ ٠٠	٤٧	٢٣,٥ ٠٠	٦٤	٣٢,٠ ٠٠	٣٥	١٧,٥ ٠٠	٢٣	١١,٥ ٠٠	٦٢٨	٦٢,٨ ٠٠	٢٥,٥ ٠٠
٢٥	٢٢	١١,٠ ٠٠	٣٥	١٧,٥ ٠٠	٨٢	٤١,٠ ٠٠	٣٩	١٨,٥ ٠٠	٢٢	١١,٠ ٠٠	٥٩٦	٥٩,٦ ٠٠	٦٠,٩ ٥٠
٢٦	١٩	٩,٥٠ ٠	٣١	١٥,٥ ٠٠	٣٥	١٧,٥ ٠٠	٧٤	٣٧,٠ ٠٠	٤١	٢٥,٥ ٠٠	٥١٣	٥١,٣ ٠٠	٤٢,٦ ٠٠
٢٧	٢٧	١٣,٥ ٠٠	٤٢	٢١,٠ ٠٠	٧٣	٣٦,٥ ٠٠	٣٨	١٩,٠ ٠٠	٢٠	١٠,٠ ٠٠	٦١٨	٦١,٨ ٠٠	٤١,٦ ٥٠
٢٨	٢٨	١٤,٠ ٠٠	٧٩	٣٩,٥ ٠٠	٤٥	٢٢,٥ ٠٠	٣١	١٥,٥ ٠٠	١٧	٨,٥٠ ٠	٦٧٠	٦٧,٠ ٠٠	٥٧,٥ ٠٠
المحور الخامس الموضوعات التي تحرص السيدات عليها عند استعمال الانترنت													
٢٩	٧٣	٣٦,٥ ٠٠	٤٢	٢١,٠ ٠٠	٤٢	٢١,٠ ٠٠	٢٨	١٤,٠ ٠٠	١٥	٧,٥٠ ٠	٧٣٠	٧٣,٠ ٠٠	٤٦,٦ ٥٠
٣٠	٢٦	١٣,٠ ٠٠	٣٥	١٧,٥ ٠٠	٤٧	٢٣,٥ ٠٠	٧٣	٣٦,٥ ٠٠	١٩	٩,٥٠ ٠	٥٧٦	٥٧,٦ ٠٠	٤٥,٠ ٠٠
٣١	١٧	٨,٥٠ ٠	٢٣	١١,٥ ٠٠	٣٨	١٩,٠ ٠٠	٤٣	٢١,٥ ٠٠	٧٩	٣٩,٥ ٠٠	٤٥٦	٤٥,٦ ٠٠	٥٨,٨ ٠٠
٣٢	١٩	٩,٥٠ ٠	٣٤	١٧,٠ ٠٠	٧٢	٣٦,٠ ٠٠	٤٨	٢٤,٠ ٠٠	٢٧	١٣,٥ ٠٠	٥٧٠	٥٧,٠ ٠٠	٤٣,٣ ٥٠
٣٣	٢٧	١٣,٥ ٠٠	٧٨	٣٩,٠ ٠٠	٤٥	٢٢,٥ ٠٠	٣٥	١٧,٥ ٠٠	١٥	٧,٥٠ ٠	٦٦٧	٦٦,٧ ٠٠	٥٧,٢ ٠٠
٣٤	١٦	٨,٠٠ ٠	٣٧	١٨,٥ ٠٠	٧٦	٣٨,٠ ٠٠	٤٨	٢٤,٠ ٠٠	٢٣	١١,٥ ٠٠	٥٧٥	٥٧,٥ ٠٠	٥٥,٨ ٥٠
٣٥	٣٦	١٨,٠ ٠٠	٤٥	٢٢,٥ ٠٠	٦٨	٣٤,٠ ٠٠	٣١	١٥,٥ ٠٠	٢٠	١٠,٠ ٠٠	٦٤٦	٦٤,٦ ٠٠	٣٢,٦ ٥٠
٣٦	٢٥	١٢,٥ ٠٠	٣٨	١٩,٠ ٠٠	٦٤	٣٢,٠ ٠٠	٤٩	٢٤,٥ ٠٠	٢٤	١٢,٠ ٠٠	٥٩١	٥٩,١ ٠٠	٢٨,٥ ٥٠
المحور السادس أهم المواقع الإلكترونية التي تفضلها السيدات عند تصفحها عبر المواقع الصحية													
٣٧	٢٣	١١,٥ ٠٠	٧٥	٣٧,٥ ٠٠	٤٩	٢٤,٥ ٠٠	٣٧	١٨,٥ ٠٠	١٦	٨,٠٠ ٠	٦٥٢	٦٢,٢ ٠٠	٥٤,٥ ٠٠
٣٨	١٦	٨,٠٠ ٠	٣٨	١٩,٠ ٠٠	٨٢	٤١,٠ ٠٠	٤٣	٢١,٥ ٠٠	٢١	١٠,٥ ٠٠	٥٨٥	٥٨,٥ ٠٠	٦٧,٨ ٥٠
٣٩	٢٣	١١,٥ ٠٠	٣٢	١٦,٠ ٠٠	٧٩	٣٩,٥ ٠٠	٤١	٢٠,٥ ٠٠	٢٥	١٢,٥ ٠٠	٥٨٧	٥٨,٧ ٠٠	٥٢,٥ ٠٠

٣٧,٤ ٥٠	٧١,٣ ٥٥	٧١٣	٩,٥٥ ٥٠	١٨	١٧,٥ ٥٥	٣٤	١٨,٥ ٥٥	٣٦	٢٥,٥ ٥٥	٤١	٣٥,٥ ٥٥	٧١	٤٠
٣٧,١ ٥٥	٧١,٥ ٥٥	٧١٥	٩,٥٥ ٥٠	١٩	١٢,٥ ٥٥	٢٤	٢٣,٥ ٥٥	٤٧	٢١,٥ ٥٥	٤٣	٣٣,٥ ٥٥	٦٧	٤١
٣٥,٦ ٥٥	٦٢,٣ ٥٥	٦٢٣	١٢,٥ ٥٥	٢٥	١٩,٥ ٥٥	٣٨	٢٤,٥ ٥٥	٤٩	٣٢,٥ ٥٥	٦٥	١١,٥ ٥٥	٢٣	٤٢
٤٨,٥ ٥٥	٦٣,٦ ٥٥	٦٣٦	٨,٥٥ ٥٠	١٦	١٧,٥ ٥٥	٣٥	٣٦,٥ ٥٥	٧٣	٢٤,٥ ٥٥	٤٩	١٣,٥ ٥٥	٢٧	٤٣

تابع جدول (١١)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية ومربع كا ٢ لإستجابات

العينة بالنسبة للاستبيان

ن = ٢٠٠

رقم العب ارة	دائماً		غالباً		أحياناً		نادراً		أبداً		الوزن ن الن سبي	الأهمي ة النسبي ة	قيمة كا
	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار					
المحور السابع مدى وعى السيدات حول مرض السمنة													
٤٤	٢٨	١٤,٥	٤٥	٢٢,٥	٦٩	٣٤,٥	٤٠	٢٠,٥	١٨	٩,٥٥	٦٢٥	٦٢,٥	٣٧,٣ ٥٥
٤٥	٣٠	١٥,٥	٣٨	١٩,٥	٤٥	٢٢,٥	٦٤	٣٢,٥	٢٣	١١,٥	٥٨٨	٥٨,٨	٢٤,٨ ٥٥
٤٦	٦٣	٣١,٥	٥١	٢٥,٥	٤٢	٢١,٥	٢٩	١٤,٥	١٥	٧,٥٥	٧١٨	٧١,٨	٣٥,٥ ٥٥
٤٧	٢٧	١٣,٥	٥١	٢٥,٥	٦٤	٣٢,٥	٣٨	١٩,٥	٢٠	١٠,٥	٦٢٧	٦٢,٧	٣١,٧ ٥٥
٤٨	٧٩	٣٩,٥	٤٢	٢١,٥	٣٧	١٨,٥	٣١	١٥,٥	١١	٥,٥٥	٧٤٧	٧٤,٧	٦١,٤ ٥٥
٤٩	٦٨	٣٤,٥	٤٦	٢٣,٥	٣٥	١٧,٥	٢٧	١٣,٥	٢٤	١٢,٥	٧٠٧	٧٠,٧	٣١,٧ ٥٥
٥٠	١٦	٨,٥٥	٣٥	١٧,٥	٨٣	٤١,٥	٤٩	٢٤,٥	١٧	٨,٥٥	٥٨٤	٥٨,٤	٧٦,٥ ٥٥
٥١	٢٥	١٢,٥	٧٨	٣٩,٥	٤٦	٢٣,٥	٣٢	١٦,٥	١٩	٩,٥٥	٦٥٨	٦٥,٨	٥٥,٢ ٥٥
٥٢	٢٣	١١,٥	٣١	١٥,٥	٤٣	٢١,٥	٧٨	٣٩,٥	٢٥	١٢,٥	٥٤٩	٥٤,٩	٥١,٢ ٥٥
٥٣	١٨	٩,٥٥	٣٧	١٨,٥	٤٨	٢٤,٥	٨٢	٤١,٥	١٥	٧,٥٥	٥٦١	٥٦,١	٧٣,٦ ٥٥
٥٤	٢١	١٠,٥	٢٩	١٤,٥	٣٢	١٦,٥	٤٥	٢٢,٥	٧٣	٣٦,٥	٤٨٠	٤٨,٥	٤١,٥ ٥٥
٥٥	٤٢	٢١,٥	٧٤	٣٧,٥	٣٩	١٩,٥	٢٧	١٣,٥	١٨	٩,٥٥	٦٩٥	٦٩,٥	٤٥,٣ ٥٥
المحور الثامن الاثامن الاعلام الالكتروني وكيفية الوقاية من مرض السمنة													
٥٦	٧٦	٣٨,٥	٤١	٢٠,٥	٤٥	٢٢,٥	٢٢	١١,٥	١٦	٨,٥٥	٧٣٩	٧٣,٩	٥٥,٥ ٥٥
٥٧	٢٥	١٢,٥	٣٨	١٩,٥	٤١	٢٠,٥	٦٩	٣٤,٥	٢٧	١٣,٥	٥٦٥	٥٦,٥	٣١,٥ ٥٥
٥٨	٢٧	١٣,٥	٤٦	٢٣,٥	٧٢	٣٦,٥	٣٣	١٦,٥	٢٢	١١,٥	٦٢٣	٦٢,٣	٤٠,٥ ٥٥
٥٩	٢٩	١٤,٥	٤٣	٢١,٥	٦٩	٣٤,٥	٤١	٢٠,٥	١٨	٩,٥٥	٦٢٤	٦٢,٤	٣٦,٤ ٥٥
٦٠	٢٤	١٢,٥	٣٦	١٨,٥	٧٦	٣٨,٥	٤٠	٢٠,٥	٢٤	١٢,٥	٥٩٦	٥٩,٦	٤٥,٦ ٥٥
٦١	٢٧	١٣,٥	٤٦	٢٣,٥	٦٩	٣٤,٥	٣٨	١٩,٥	٢٠	١٠,٥	٦٢٢	٦٢,٢	٣٦,٢ ٥٥

٥٠,٢ ٥٠	٧٣,٠ ٥٥	٧٣,٠	٩,٠٠ ٠	١٨	١٢,٥ ٥٥	٢٥	٢١,٠ ٥٥	٤٢	١٩,٥ ٥٥	٣٩	٣٨,٠ ٥٥	٧٦	٦٢
٤٣,٧ ٥٠	٧٢,٨ ٥٥	٧٢,٨	٨,٠٠ ٠	١٦	١٤,٥ ٥٥	٢٩	١٩,٠ ٥٥	٣٨	٢٢,٥ ٥٥	٤٥	٣٦,٠ ٥٥	٧٢	٦٣
٣٥,٩ ٥٥	٦٠,٧ ٥٥	٦٠,٧	١٢,٥ ٥٥	٢٥	١٨,٠ ٥٥	٣٦	٣٥,٥ ٥٥	٧١	٢١,٥ ٥٥	٤٣	١٢,٥ ٥٥	٢٥	٦٤

قيمة كا ٢ الحرجة عند درجات حرية (٤) ومستوي دلالة (٠,٠٥) = ٩,٤٩

يتضح من نتائج جدول (٩) قيمة كا ٢ المحسوبة لاستجابات أفراد عينة البحث لعبارات الاستبيان " دور الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات للمرحلة ما بين ٣٥-٤٥ سنة" وهي عبارات جميعها دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠,٠٥) حيث تراوحت قيمة كا ٢ المحسوبة بين (٢٠,٢٥٠ : ٧٦,٥٠٠) ، كما تراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (دائماً) ما بين (٧,٥٠٠% : ٤١,٥٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (غالباً) ما بين (١١,٥٠٠% : ٣٩,٥٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (أحياناً) ما بين (١٥,٥٠٠% : ٤١,٥٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (نادراً) ما بين (١٠,٥٠٠% : ٤٢,٠٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (أبداً) ما بين (٥,٥٠٠% : ٣٩,٥٠٠%) ، كما تراوحت الأهمية النسبية لآراء عينة البحث في عبارات البعد ما بين (٤٥,٦٠٠% : ٧٦,٢٠٠%) .

ثانياً مناقشة وتفسير النتائج :

مناقشة التساؤل الاول : " فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة "

يتضح من نتائج جدول (١١) قيمة كا ٢ المحسوبة لاستجابات أفراد عينة البحث لعبارات الاستبيان وهي عبارات جميعها دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠,٠٥) حيث تراوحت قيمة كا ٢ المحسوبة بين (٢٠,٢٥٠ : ٧٦,٥٠٠) ، كما تراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (دائماً) ما بين (٧,٥٠٠% : ٤١,٥٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (غالباً) ما بين (١١,٥٠٠% : ٣٩,٥٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (أحياناً) ما بين (١٥,٥٠٠% : ٤١,٥٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (نادراً) ما بين (١٠,٥٠٠% : ٤٢,٠٠٠%) ، وتراوحت النسبة المئوية للاستجابة بـ (أبداً) ما بين (٥,٥٠٠% : ٣٩,٥٠٠%) ، كما تراوحت الأهمية النسبية لآراء عينة البحث في عبارات البعد ما بين (٤٥,٦٠٠% : ٧٦,٢٠٠%) .



وترجع الباحثة هذه النتائج الي أن للاعلام الإلكتروني دور مهم في صناعة الوعي الصحي بمعني ان توظيف وسائل الاعلام الإلكتروني المختلفة في خدمة القضايا الصحية أمر في غاية الأهمية .

وأن وسائل الاعلام الإلكتروني تعتمد علي مجموعة من الانشطة الاعلامية والتوعوية والتربوية , تهدف الي خلق وعي صحي بين مختلف أفراد المجتمع , بغرض تحذيرهم من خطر الاصابة بالامراض والالويئة الخطيرة , وتربية فئات المجتمع علي القيم الصحية المستوحاه من ثقافة المجتمع وعقيده , وتحسين نوعية الحياة لكل من الفرد والمجتمع .

وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلاً من ماهيناز رمزي (٢٠١٣م) (١٤) , حسين أحمد (٢٠١٦م)

(٥) , عنود العفيف (٢٠١٦م) (١٢)

كما وجدت الباحثة الاعلام الإلكتروني يعتبر قفزة حضارية في التبادل المعرفي وأثر علي الهوية الفكرية والثقافية والاجتماعية , كما ساهم في تغيير السلوكيات الصحية , واتسعت دائرة التواصل خارج المحيط الاجتماعي المؤلف واثحت التعارف لمن يتقاسمون نفس الاهتمام , كما اتاحت استكشاف احتياجاتهم بحرية اولئك الذين يعانون من السمنة .وهذا يتفق مع نتائج دراسة أبو بكر حبيب (٢٠١٣م) (٢)

ووجدت الباحثة ان الاعلام الإلكتروني له قدرة الوصول بسهولة إلى عدد كبير من مصادر المعلومات والمواقع الصحية المتعلقة بالسمنة ؛ وهذا ما يتيح له فرصة انتقاء المعلومات التي يراها جيدة وصادقة ويختلف عن الإعلام التقليدي في أنه يعتمد على وسيلة جديدة من وسائل الإعلام الحديثة وهي الدمج بين كل وسائل الاتصال التقليدي، بهدف إيصال المضامين المطلوبة بأشكال متميزة، ومؤثرة بطريقة أكبر .

كما تري الباحثة ان لابد من وجود علاقة بين الاعلام الإلكتروني والتثقيف الطبي وذلك لخلق وعي صحي متكامل ويتطلب ذلك تكوين مهني جيد للمواقع الإلكترونية الموثقة في اكتساب المعلومات والخدمات الصحية من فريق طبي مؤهل شامل .

ووجدت الباحثة أن وسائل الاعلام الإلكتروني بقدرتها علي التأثير في مختلف شرائح المجتمع ولها القدرة علي تغيير سلوك ونظرة وممارسة أفراد المجتمع ومن خلالها يمكن إيصال المعلومات الصحية حول مرض السمنة وتزيد من وعيهم الصحي وان من مميزات هذه الوسائل هي الانتشار السريع الواسع , فهي تتمتع بحكم هذا الانتشار بنفوذ قوى وأثر كبير في تغيير اتجاهات وسلوك وممارسات الافراد .

وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلاً من جون شاو وآخرين (Juhee Cho , et-al) (٢٠١١م) (٢٠) ، الين جيبارد (Elaine Gibbard) (٢٠١٢م) (١٩)

وترى الباحثة ان الاعلام الالكتروني هو إعلام معرفي وموسوعي شامل ومفتوح ومتيسير للجميع يتجاوز كل القيود والحوجز والعقبات والمكان ويتميز بالآنية والتفاعلية وهو إعلان آني "ذاتا ثانية"، يتناسب كلياً مع الحياة العصرية وتعقيداتها ومستلزماتها، وهو اقل كلفة وأسرع انتشاراً وليس له حدود في حجمه ومكان وصوله، وتعد كل من الصحافة الإلكترونية والمدونات الالكترونية واليوتيوب أشكالاً متعددة من الاعلام الالكتروني . وهذا يتفق مع نتائج دراسة كلاً من ليندج وآخرين (Ling- Ling Gae et-al) (٢٠١٣م) (٢١)

وبهذا استطاعت الباحثة الإجابة على التساؤل الاول والذي ينص علي " فاعلية الإعلام الإلكتروني في الحد من إنتشار مرض السمنة المفرطة للسيدات فوق ٣٥ سنة ؟ " الاستنتاجات

بالنسبة للمحور الاول "الإعلانات التي تهتم بمرض السمنة بالاعلام الإلكتروني":

- أكثر الإعلانات على صفحات الاعلام الالكتروني تهتم بالأدوية العلاجية للسمنة .
 - يعمل الاعلام الالكتروني على غرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .
- بالنسبة للمحور الثاني " أهمية الاعلام الالكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة ":

- يحرص الاعلام الالكتروني على بناء الإتجاهات الصحية السوية للحد من مرض السمنة .
 - تعتبر المعلومات الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هامة بالنسبة للأفراد .
- بالنسبة للمحور الثالث " درجات ثقة السيدات في الاعلام الالكتروني كمصدر للحصول على المعلومات حول مرض السمنة ":

- يدعم الاعلام الالكتروني جهود وزارتي الصحة والبيئة في مكافحة مسببات أمراض السمنة .
 - يقدم الاعلام الالكتروني مواعيد بأماكن الفحص لمكافحة مرض السمنة .
- بالنسبة للمحور الرابع " النشاط الذي تقوم به السيدات أثناء استخدام الانترنت ":
- تقوم السيدات بالاسترخاء أثناء تصفحها الانترنت .
 - تقوم السيدات بتصفح الانترنت مع زملائها في العمل .
- بالنسبة للمحور الخامس " الخامس الموضوعات التي تحرص السيدات عليها عند استعمال الانترنت ":



- تركز السيدات على متابعة الموضوعات الصحية عند استخدامها للانترنت .
 - تتعرف السيدات على الموضوعات الاقتصادية عند استعمالها للانترنت .
- بالنسبة للمحور السادس " أهم المواقع الالكترونية التي تفضلها السيدات عند تصفحها عبر المواقع الصحية ":**
- تعتبر المواقع المتخصصة في المصادر المهمة لتغرس العادات الصحية السليمة للوقاية من مرض السمنة .
 - تحث المواقع التليفزيونية على تمكين المتابعات من معرفة مفهوم المرض ومشكلة حدوثه ومسبباته وكيفية الحد منه .
- بالنسبة للمحور السابع " مدى وعى السيدات حول مرض السمنة ":**
- يعتبر مرض السمنة منتشر في الأطفال أكثر من الكبار
 - يعتبر مرض السمنة هو زيادة نسبة الدهون لأكثر من ٣٠% من زيادة وزن الجسم الكلي
- بالنسبة للمحور الثامن " الاعلام الالكتروني وكيفية الوقاية من مرض السمنة ":**
- يشجع الاعلام الالكتروني على المزيد من أهمية ممارسة الرياضة بالمراكز الصحية المتخصصة
 - يحث الاعلام الالكتروني على الاكثار من تناول الاطعمة الغنية بالألياف الغذائية كالخضروات والفاكهه ونخالة القمح والحبوب الكاملة
 - يدعم الاعلام الالكتروني على الاقلال من تناول الاطعمة الدهنية وعدم استخدام الدهون الغير صحية والمهدرجة بأنواعها في المطبخ
 - يحث الاعلام الالكتروني على التواصل مع طبيب متخصص عبر الانترنت أو المتابعة بالعيادة
- التوصيات:**
١. ضرورة التكامل والتعاون بين وسائل الإعلام الالكتروني والجهات الصحية المعينة وضرورة تشكيل فرق عمل تضم خبراء اعلام وإحصائيين من القطاع الصحي لإعداد وإنتاج المواد والبرامج الاعلامية في المجالات الصحية .
 ٢. يجب على ملتسمي المعلومات الصحية من المواقع الإلكترونية الصحية توخي الحذر الشديد قبل الاعتماد على المعلومات الصحية المقدمة خلالها، ويجب مناقشة تلك المعلومات مع الطبيب المختص للتأكد من مصداقيتها.

٣. ضرورة العمل على زيادة وعي الجمهور بكيفية التعامل السليم مع المحتويات الإعلامية التي يجري تداولها بين مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، وزيادة وعيهم بالطرق التي يجري فيها إعداد هذه المحتويات، والعمليات الفنية التي تجري عليها لجعلها أقرب للتصديق والواقع .
٤. يجب على الأطباء القائمين على المواقع الإلكترونية الصحية احترام خصوصية المريض، وعدم نشر أي معلومات تخصه إلا بموافقته، وعدم استغلال شهرته على مواقع التواصل الاجتماعي في الترويج لمنتجات صحية قد تضر بصحة الأفراد .
٥. يجب على القائمين على الإعام الصحي بشكل عام، والمواقع الإلكترونية الصحية بشكل خاص من الدراسة المتأنية للجمهور المستهدف (أذواقه- احتياجاته- اهتماماته- اتجاهاته- سلوكياته- معتقداته- عاداته- وغيرها من العوامل) التي تؤثر على إدراكه وتبنيه لمحتوى رسالة الإعام الصحي المقدمة.



المراجع العربية:

١. أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٣م): فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة
٢. أبو بكر حبيب (٢٠١٣م): العلاقة بين التعرض للتلفزيون والإنترنت ومستوى وعى الجمهور المصرى بمرض السمنة ، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام ، المجلد (١٢) ، العدد (٤) ، كلية الاعلام ، جامعة النهضة
٣. أسامة كامل راتب (٢٠٠٤م): "النشاط البدني والاسترخاء مدخل مواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة
٤. أمل حسين السيد (٢٠٠٣م): دراسة تتبعية عن مدى تأثير ممارسة التدريب الهوائي علي زيادة البروتينات، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة
٥. حسين أحمد (٢٠١٦م): دور الحملات الإعلامية في التوعية الصحية للمرأة: دراسة تطبيقية تحليلية على جمعية مجموعة المبادرات النسائية في الفترة من يناير ٢٠١٣م - ديسمبر ٢٠١٥م ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الاعلام ، جامعة أم درمان الاسلامية ، السودان
٦. راجية عبدالمطلب (٢٠٢٢م): تأثيرات برامج التجميل بالفضائيات المصرية على المراهقات المصريات ، مجلة البحوث الإعلامية ، العدد (٦٠) ، الجزء (٣) ، كلية الاعلام بالقاهرة ، جامعة الأزهر .
٧. سعيد محمد صالح (٢٠٠٢م): الإعلام الجديد والإعلام القديم ، ط٢ ، دار الطباعة والنشر ، جدة ، المدينة المنورة
٨. سمير أبو حامد (٢٠٠٩م): البدانة مرض العصر من الألف الى الياء ، خطرات للنشر والتوزيع ، دمشق
٩. صبري عبدالهادي (٢٠٢١م): دور الحملات الإعلامية التلفزيونية في التوعية بالأزمات الصحية لدى الجمهور المصري: "دراسة ميدانية" ، مجلة البحوث الإعلامية ، العدد (٥٩) ، الجزء (٤) ، كلية الاعلام بالقاهرة ، جامعة الأزهر .
١٠. عديل الشрман (٢٠٢٠م): دور الإعلام في مواجهة الأوبئة والأمراض المعدية: وباء فيروس كورونا نموذجًا ، المجلة العربية للدراسات الامنية ، المجلد (٣٦) ، أكاديمية الشرطة الملكية ، الاردن .
١١. علي كنعان (٢٠١٧م): الإعلام الإلكتروني ، دار الأيام للنشر والتوزيع ، الأردن .
١٢. عنود العفيف (٢٠١٦م): عتماد المرأة الأردنية على المواقع الإلكترونية في اكتساب المعلومات الصحية ، رسالة ماجستير غير منشور ، كلية الاداب قسم الاعلام ، (جامعة الملك سعود .

١٣. فوزي شريطي مراد (٢٠١٥م): التدوين الإلكتروني والإعلام الجديد , دار أسامة للنشر والتوزيع , عمان، الأردن

١٤. ماهيناز رمزي (٢٠١٣م): علاقة معدلات وأساليب التماس المعلومات الصحية على مواقع الإنترنت بالسلوك الصحي للمرأة , مجلة البحوث الإعلامية , العدد (٣٧) , جامعة الأزهر ,

١٥. محمد طه , العبيد أحمد (٢٠٢١م): دور الحملات الإعلامية في التوعية الصحية بمخاطر جائحة كورونا: دراسة حالة وزارة الصحة ولاية الخرطوم مارس ٢٠٢٠-٢٠٢١ م , مجلة القلم العلمية , العدد (١٠) , مركز بحوث ودراسات دول حوض البحر الأحمر .

١٦. محمود إسماعيل (٢٠١٤م): الرياضة وصحة المجتمع , مركز الكتاب الحديث للنشر , القاهرة

١٧. يوسف عبد علي (٢٠١٦م): الإعلام الإلكتروني , دار دجلة , عمان

ثانياً : المراجع الأجنبية:

18. **Bischoff, Steven(2010):** “The Effect of Goal Setting on Increasing Physical Activity Behavior Through a 16 week Internet-Delivered Intervention M.S University of Wyoming
19. **Elaine A. Gibbard(2012):** “An Examination of the Self-rated Health of older Adults to Determine if the Internet Influences Personal Health”, PH.D.)Capella University:
20. **Juhee Cho, Katherine c. Smith, Debra Roter, Eliseo Guallar. Dong-Youn Noh, Daniel E. Ford(2011):** “Needs of women with breast cancer as communicated to physicians on the internet”, Supportive Care In Cancer Vol. 19, no. 1
21. **Ling- Ling Gae, Margerata Larsson, Shu-Yuan Luo(2011):** “Internet Use By Chinese Women Seeking Pregnancy-Related Information”, Midwifery Journal, Vol.29,