

النشرة الإخبارية

مارس 2020



مستقبل صحي للإمارات
UAE HEALTHY FUTURE

شكراً

لمشاركتكم في دراسة مستقبل صحي للإمارات

الفعاليات



توقيع مذكرة تفاهم مع هيئة الصحة بدبي



توقيع مذكرة تفاهم مع دائرة الصحة - أبوظبي



الدكتور راغب علي
الباحث الرئيسي

مرحباً!

انتقلت إلى دولة الإمارات العربية المتحدة في عام 2011 لمحاولة فهم أسباب ارتفاع معدلات السمنة ومرض السكري وأمراض القلب والأوعية الدموية والوقاية منها في الدولة، وأدركت حينها أن ذلك لن يتم إلا من خلال عمل دراسة طويلة المدى متخصصة بصحة المجتمع الإماراتي. وفي عام 2014، قام مركز أبحاث الصحة العامة بجامعة نيويورك أبوظبي بالتعاون مع جامعات ومستشفيات رائدة في الدولة بتنفيذ دراسة مستقبل صحي للإمارات.

تعد هذه الدراسة من أوائل الدراسات طويلة الأمد في دولة الإمارات، والتي ستساعدنا على تحقيق رؤيتنا لبناء مجتمع صحي، وذلك من خلال مساهمة أفراد المجتمع في الدراسة عن طريق الإجابة على الاستبيان، وإعطاء المقاسات البدنية والعينات البيولوجية، لمساعدتنا في فهم العوامل المسببة للسمنة والسكري وأمراض القلب، وسبل الوقاية منها.

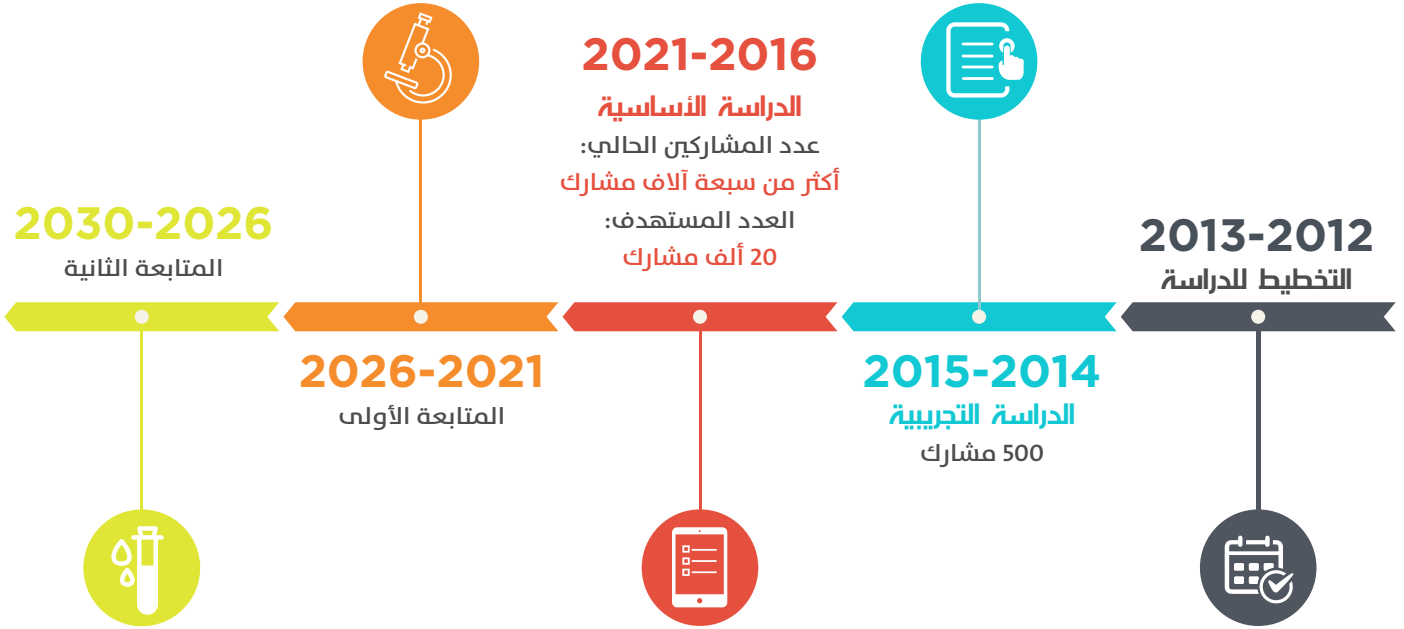
أتقدم بخالص الشكر والتقدير للمشاركين في الدراسة لمساهمتهم في بناء مستقبل صحي للإمارات!

راغب علي

هل تعلم؟

- تم نشر ستة مقالات علمية حول نتائج الدراسة التجريبية لأول 500 مشارك.
- 40 باحث وباحثة يعملون على الدراسة، كما يضم فريق البحث القائم عليها 30 موظف.
- العمل التطوعي والرغبة في خدمة المجتمع تمثل أهم دوافع مشاركة الأفراد في الدراسات الطبية في الإمارات.
- يتم جمع وتحليل جميع العينات في مختبرات جامعة نيويورك أبوظبي.

رحلة مساهمتك في الدراسة



ملخص النتائج

لأول 500 مشارك



نسبة تدخين التبغ استنادًا على نتائج الاستبيان

36% ذكور **3% إناث**

نسبة تدخين التبغ استنادًا
على نتائج التحليل البيوكيميائية

42% ذكور **9% إناث**

من المدخنين يستخدمون نوعين مختلفين من التبغ

32%

من المدخنين يستخدمون أكثر من نوعين مختلفين
من التبغ سويًا

6%

517

إماراتي

متوسط العمر



30



32

شاركوا في الدراسة

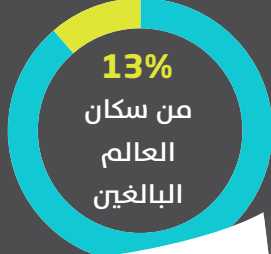
نسبة إكمال الاستبيان،
والقياسات البدنية،
وإعطاء العينات

90%



حقائق عن السمنة

في عام 2016
بلغ عدد المصابين بالسمنة
أكثر من 650 مليون
شخص بالغ في العالم



في عام 2016،

تم تصنيف **دول الخليج**

ضمن قائمة أعلى 20 دولة
وفقاً لمعدلات السمنة وزيادة
الوزن في العالم

ترتبط السمنة وزيادة الوزن بمشكلات صحية منها:

السرطان



مرض السكري



أمراض القلب



تتضمن أسباب الإصابة بهذه الأمراض

العوامل الجينية: قد يصاب الأفراد بالسمنة لأسباب وراثية

العوامل البيئية: أسلوب الحياة، مثل تناول الأطعمة غير الصحية، وقلة النشاط البدني

العوامل الفسيولوجية: الحالة العاطفية، والنفسية للفرد قد تؤثر بعادات تناوله للطعام

عوامل أخرى: الأدوية وبعض الحالات الطبية

السكر والسمنة

التناول المفرط للسكر والمشروبات المحلاة مرتبط بزيادة الوزن.

يوجد نوعان من السكر



السكر المضاف

الذي يوجد في سكر المائدة
وشراب السكر والذي يستخدم
أثناء تحضير و تصنيع الطعام.



السكر الطبيعي

السكر الموجود في الفاكهة
والخضروات ومشتقات الحليب.

ما هي الكمية
المناسبة لتناول
السكر يومياً؟

5% من مدخول
الطاقة اليومي

=
حوالي 6 ملاعق صغيرة
من السكر

مصادر السكر المضاف

وجبات الإفطار المحلاة

حبوب الإفطار، ألواح الطاقة، والحبوب المحلاة

المصدر الأساسي

المشروبات المحلاة

المشروبات الغازية ومشروبات
الطاقة

الحلويات

العسل، والحلويات



حلويات المثلجة

البوظة، والجيلاتو، والزبادي المثلج



الحلويات المخبوزة

الكعك، والبسكوت، والكيك، ولفائف الحلويات



في المتوسط



مشروب غازي واحد يعادل
40 جرام من السكر المضاف

=

حوالي 10 ملاعق صغيرة من السكر



قيمة المشروبات المحلاة في الإمارات

تبنى مجلس الوزراء الإماراتي قراراً بتوسيع قائمة المنتجات الخاضعة للضريبة لتشمل المشروبات المحلاة والمشروبات السكرية وأجهزة التدخين الإلكترونية.
1 يناير 2020

ضريبة بنسبة 50%

يتم فرض ضريبة بنسبة 50% على أي منتج يحتوي على سكر مضاف أو أي مواد مُحلّية أخرى سواء كانت على شكل سائل، أو مسحوق (الإمارات العربية المتحدة، مجلس الوزراء)



ضريبة

50%



تعرف على الباحثين



الدكتور توم لوني

أستاذ جامعي مشارك
قسم الصحة العامة وعلم الأوبئة،
كلية الطب جامعة محمد بن راشد للعلوم الطبية



الدكتورة عائشة سالم الظاهري

مساعد العميد وأستاذ مشارك
قسم التغذية والصحة، كلية الأغذية والزراعة
جامعة الإمارات العربية المتحدة

الاهتمامات

يكن اهتمامه البحثي في فهم العلاقة بين النمط المعيشي، والعوامل البيئية والاجتماعية وتأثيرها على النتائج الصحية المختلفة (مثل: السمنة، والسكري، وأمراض القلب والأوعية الدموية، والسرطان). كما أن لديه اهتمام خاص بفهم العلاقة بين النشاط البدني والأمراض المزمنة.

الدور

يتمثل دور الدكتور لوني في إجراء البحوث وتطبيقها، وتحليل النتائج العائدة لأجهزة تتبع النشاط البدني، استناداً إلى إطار بروتوكول بايو بانك المملكة المتحدة.

الاهتمامات

يكن اهتمام الدكتور عائشة في دراسة مؤشر نسبة السكر في الدم، ومراقبة مرض السكري والوقاية منه، وتقييم مؤشرات النمو، وتأثير الغذاء، وتقييم متلازمة الأيض.

الدور

تعمل الدكتورة عائشة كباحث مشارك في دراسة مستقبل صحي للإمارات، وهي عضو اللجنة التوجيهية للدراسة منذ إنشائها، وتقود الدكتورة عائشة تسجيل المشاركين من جامعة الإمارات العربية المتحدة. كما أنها رئيسة فريق العمل الغذائي، حيث تقوم على تطوير أدوات التقييم الغذائي إلكترونياً، بما في ذلك استبيان الدراسة الخاص بالعادة الغذائية الخاصة بالمجتمع الإماراتي، وتسجيل المكولات والمشروبات التي تم تناولها في آخر 24 ساعة.

لماذا ننصح الأفراد بالمشاركة في الدراسة؟

تشكل دراسة مستقبل صحي للإمارات هدية للوطن، حيث ستساهم نتائجها في تطوير جودة الحياة والصحة في دولة الإمارات، إذ يجب أن نؤمن بأن جميعنا "علماء مواطنين" وبأننا نساهم في إعمار العالم الذي نعيش فيه من خلال المشاركة في المشاريع البحثية المهمة مثل دراسة مستقبل صحي للإمارات.

تعد المشاركة في هذه الدراسة أولوية وطنية؛ لأن النتائج العائدة من البيانات التي يتم جمعها ستساعد في توجيه البرامج الوقائية والسياسات الصحية في الدولة، وتطويرها من أجل الحفاظ على صحة الأجيال القادمة.

ترقبوا جديدنا!

ترقبوا الجهاز الجديد

نقدم للمشاركين في الدراسة جهاز يقيس معدلات النشاط البدني والنوم، لفهم مستوى نشاطهم اليومي ونمط نومهم وتأثيرهما على الصحة.



استبيان حول السجائر الإلكترونية وسياسات التبغ

نحن مهتمون بمعرفة المزيد عن استخدام السجائر الإلكترونية بين الإماراتيين منذ أن بدأ تداولها في الدولة العام الماضي. بالإضافة إلى رغبتنا بدراسة سياسات التبغ الجديدة التي بدأ العمل بها مؤخراً.

ترقبوا الاستبيان الخاص
بالسجائر الإلكترونية عبر
بريدكم الإلكتروني!



استبيان حول العادات الغذائية



بالإضافة إلى استبيان الدراسة، نقدم لمشاركينا استبيان حول عاداتهم الغذائية اليومية، ليتم جمع البيانات اللازمة لاستنتاج أنماط استهلاك الطاقة وتناول الغذاء وتحديد كمية و نوعية الأطعمة المتناولة لدى المشاركين وتأثيرها على صحتهم.

يسعدنا إعلامكم بأنه
يمكن الآن لمشاركي دراسة
مستقبل صحي للإمارات تعبئة
استمارة الموافقة
عن طريق الإنترنت



سيقوم فريق البحث بالتواصل معكم في المستقبل القريب للحصول على موافقتكم على جمع و استخدام رقم الهوية الخاصة بكم لغرض المتابعة



حدثنا عن تجربتك مع دراسة مستقبل صحي للإمارات

عبر البريد الإلكتروني info@UAEhealthyfuture.ae

مستشفى لطيفة للنساء والأطفال



بنك الدم أبوظبي (الخالدية)
كليفلاند كلينك أبوظبي (جزيرة الماريا)
هيلث بوينت (مدينة زايد الرياضية)



جامعة الإمارات العربية المتحدة (العين)
مستشفى كند (العين)



قر دعوة أصدقائك

دراسة مستقبل صحي للإمارات
UAE Healthy Future Study

جامعة نيويورك أبوظبي جزيرة السعديات
ص.ب. 129188، أبوظبي الإمارات العربية المتحدة

New York University, Abu Dhabi Saadiyat Campus
P.O. Box 129188, Abu Dhabi



800 2327

info@uaehealthyfuture.ae

تواصل معنا على الرقم التالي لتحديثها

800 2327

أو عبر البريد الإلكتروني:

info@UAEhealthyfuture.ae

هل قمت بتحديث
معلومات التواصل
الخاصة بك؟



يمكنك إيجادنا عبر الوسائل التالية:

UAEhealthyfuture

UAEhealthyfuture

UAEhealthyfuture

UAEhealthyfutur

تذكير

هل أكملت جميع خطوات الدراسة؟

الاتصال بك مجدداً
للإجابة على بعض
الأسئلة أو للحضور
إلى مركز التقييم.



قم بإعطاء بعض
العينات كالدم،
والبول،
وغسل الفم.



قم بإعطاء
بعض المقاسات
البدنية.



قم بالإجابة على
استبيان عن الصحة،
والنمط المعيشي،
والعوامل الاقتصادية
والاجتماعية.



استبيان الدراسة

في حال عدم استكمالك للاستبيان الخاص بك بعد،
فما زال لديك الوقت لإكماله عبر زيارة الرابط التالي

<https://adcssurvey.abudhabi.nyu.edu/eng/admin/users/login>

اضغط هنا



4 كل ما تحتاجه
هو الإنترنت.

3 لا داعي لزيارة العيادة
لاستكمال الاستبيان.

2 في حال نسيانك كلمة
المرور الخاص بك، بإمكانك
الضغط على رابط "لقد
نسيت كلمة المرور الخاص
بي" لتصلك رسالة عبر
هاتفك /بريدك الإلكتروني
لتغيير كلمة المرور.

1 لتسجيل الدخول، قم
باستخدام بريدك
الإلكتروني أو رقم
هاتفك النقال.

إن لم تقم بإعطاء جميع القياسات والعينات البيولوجية الخاصة بك،
فبإمكانك حجز موعد لزيارة عيادة الدراسة؛

واختيار الوقت المناسب لك والعيادة الأقرب إليك عبر زيارة الرابط التالي

<https://uaehealthyfuture.timetap.com/>

لا تنسى أن تختار "مشارك سابق".

القياسات البدنية
والعينات

إن فريق الدراسة يود أن يشرك لمساهماتك الطيبة نحو مستقبل صحي للإمارات.