

عنوان مقاله:

سبک زندگی اسلامی در بعد تغذیه

محل انتشار:

فصلنامه اسلام و سلامت, دوره 2, شماره 2 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

سیداسداله محمودی - گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

محمود سراجی - گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

حسن جعفری پور - گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

محسن شمسی - گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: دین اسلام همواره بر اهمیت سلامتی و تندرستی تاکید دارد و مسلمانان بر اساس دین خود، ارزش زندگی خوب و سالم را به رسمیت شناخته‌اند. سبک زندگی سلامت محور به عنوان یک پدیده چند علیتی، چند بعدی و چند دلالتی مطرح می‌شود که هدف از مطالعه حاضر بررسی سبک زندگی اسلامی در بعد تغذیه می‌باشد. مواد و روش‌ها: در این مطالعه مروری سعی شده است از طریق دسترسی به منابع معتبر در قالب یک مقاله توصیفی راهبردهای عملی در دین اسلام را جهت نایل شدن به سبک زندگی سالم در بعد تغذیه مورد بررسی قرار گیرد. جهت این کار با استفاده از کلید واژه‌های مناسب و جستجوی الکترونیکی و دستی در منابع معتبر اسلامی و پزشکی اطلاعات گردآوری و به سوال محوری پژوهش پاسخ داده شده است. یافته‌ها: بر اساس نتایج مطالعات مرور شده آنچه از دستورات و نظرات دین اسلام در زمینه بهبود سبک تغذیه اسلامی آرایه شده، کاربرد عملی داشته به گونه‌ای که اگر پایبندی به دستورات تغذیه ای و سبک زندگی اسلامی وجود داشت شاید امروز شاهد بسیاری از بیماریهای مرتبط با تغذیه (چاقی، قلبی عروقی، فشار خون، دیابت و ...) در زمان حاضر نبودیم. نتیجه گیری: با توجه به در دسترس بودن منابع و دستورات تغذیه‌ای ارزشمند در دین اسلام جهت پیشگیری و مبارزه با بیماریهای مرتبط با تغذیه میتوان این نظریات را به کار بست و از گسترش و ایجاد بیماریهای وابسته به تغذیه نادرست پیشگیری کرد؛ از این رو دستورات دین اسلام در زمینه سبک زندگی سالم در بعد تغذیه را میتوان به عنوان راهبردی اساسی در این زمینه به جهانیان توصیه کرد.

کلمات کلیدی:

قرآن، سبک زندگی اسلامی، تغذیه، اسلام

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/991735>

