



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ**

ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΕΡΜΗΝΕΙΑΣ

(ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΠΡΩΗΝ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ)

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ:

ΤΣΕΣΜΕΛΟΓΛΟΥ ΛΗΔΑΣ-ΜΑΡΙΑΣ

A. M. : 11441

ΤΙΤΛΟΣ: ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΙΚΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ “FAST FOOD CONSUMPTION AND INFLUENCING FACTORS IN BRITISH AND GREEK ADOLESCENTS: A QUALITATIVE STUDY” ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΡΑΣΤΙΚΟΣ ΣΧΟΛΙΑΣΜΟΣ.

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΒΥΖΑΣ

**ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑ
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ: 2019- 2020**

Τίτλος Πτυχιακής Εργασίας: ΑΠΟΣΠΑΣΜΑΤΙΚΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ “FAST FOOD CONSUMPTION AND INFLUENCING FACTORS IN BRITISH AND GREEK ADOLESCENTS: A QUALITATIVE STUDY” ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΡΑΣΤΙΚΟΣ ΣΧΟΛΙΑΣΜΟΣ.

Όνοματεπώνυμο: ΤΣΕΣΜΕΛΟΓΛΟΥ ΛΗΔΑ-ΜΑΡΙΑ

Υπεύθυνος Επόπτης: Θ. ΒΥΖΑΣ

Δήλωση μη λογοκλοπής

Δηλώνω υπεύθυνα και γνωρίζοντας τις κυρώσεις του Ν. 2121/1993 περί Πνευματικής Ιδιοκτησίας, ότι η παρούσα μεταπτυχιακή εργασία είναι εξ ολοκλήρου αποτέλεσμα δικής μου ερευνητικής εργασίας, δεν αποτελεί προϊόν αντιγραφής ούτε προέρχεται από ανάθεση σε τρίτους. Όλες οι πηγές που χρησιμοποιήθηκαν (κάθε είδους, μορφής και προέλευσης) για τη συγγραφή της περιλαμβάνονται στη βιβλιογραφία.

Επίθετο, Όνομα

Υπογραφή

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον επιβλέποντα καθηγητή μου κ. Θ. Βυζά για την υπομονή και την πολύτιμη βοήθεια του στην ολοκλήρωση της εργασίας μου. Τον ευχαριστώ επίσης, για όσα μου δίδαξε τα χρόνια της φοίτησης μου στην Ηγουμενίτσα, για το επιστημονικό υλικό και τις συμβουλές που μου προσέφερε και για τον χρόνο που αφιέρωσε.

Ακόμη θα ήθελα να ευχαριστήσω τους γονείς μου, και ιδιαιτέρως τον πατέρα μου που δεν είναι μαζί μου πια, για όλη την σκληρή δουλειά του και τη βοήθεια του, χωρίς την οποία δεν θα είχα την δυνατότητα να σπουδάσω.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στην παρούσα εργασία εξετάζεται η θεωρία της μετάφρασης , απλής και εξειδικευμένης, όπως αυτή δίνεται από πληθώρα ορισμών και μεταφραστικών μοντέλων από εξειδικευμένους μεταφραστές και γλωσσολόγους. Αναλύεται η έννοια της ορολογίας και των όρων καθώς πρόκειται για τεχνικό κείμενο εξειδικευμένης ορολογίας. Γίνεται ανάλυση των όρων σύμφωνα με το μοντέλο των Vinay και Darbelnet καθώς και των πέντε γλωσσικών επιπέδων (Μορφολογικό-Συντακτικό επίπεδο, Σημασιολογικό Επίπεδο, Υφολογικό Επίπεδο, Πραγματολογικό Επίπεδο, Λεξιλογικό Επίπεδο) με τη χρήση παραδειγμάτων. Τέλος, επισημαίνεται πως ως κλάδος η μετάφραση δεν πρέπει να λειτουργεί απομονωμένος από την γλωσσολογία, την ορολογία και τους υπόλοιπους επιστημονικούς κλάδους.

Λέξεις - Κλειδιά : Μετάφραση, εξειδικευμένη μετάφραση, μεταφραστικά μοντέλα , ορολογία , όροι, τεχνικό κείμενο, γλωσσολογία

ABSTRACT

In this paper the theory of translation is examined, simple and specialized, as it is given from multiple definitions and translation models from expert translators and linguists. The concept of terminology and terms is analyzed, as the text is a technical one of specialized terminology. Terms are analyzed in accordance with the model of Vinay and Darlbernet and the five linguistic levels are analyzed also (morphological - syntactic level, semantic level, stylistic level, pragmatic level, lexical level), with use of examples. Finally, is noted that as a branch translation should not work isolated from linguistics, terminology, and the rest of the scientific disciplines.

Key - words: translation, specialized translation, translation models, terminology, terms, technical text, linguistics

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	9
ΜΕΡΟΣ Ι. ΜΕΤΑΦΡΑΣΜΑ	11
ΜΕΡΟΣ ΙΙ	51
Α. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ	51
Α1. Τι είναι μετάφραση- Τεχνικές της μετάφρασης – Η έννοια της μεταφραστικής διαδικασίας	51
Α 1.1 Τι είναι μετάφραση	51
Α 1.1.1 Τεχνικές της Μετάφρασης	54
Α 1.2 Έννοια της μεταφραστικής διαδικασίας	56
Α2. Τι είναι ορολογία –όρος.....	58
Α.2.1 Ορολογία.....	58
Α.2.2 Όροι	61
Α.3 Εξειδικευμένο κείμενο, εξειδικευμένη μετάφραση	65
Β. ΕΙΔΙΚΟΣ ΣΧΟΛΙΑΣΜΟΣ	68
Β.1 Μεθοδολογία μετάφρασης	68
Β.2 Ανάλυση και χρήση των τεχνικών της μετάφρασης, παράθεση παραδειγμάτων	70
Β.2.1 Δυσκολίες στο πρωτότυπο κείμενο.....	80
Β.3 Μονολεκτικοί, διλεκτικοί και πολυλεκτικοί όροι.....	82
Β.3.1 Μονολεκτικοί όροι.....	83
Β.3.2 Διλεκτικοί όροι	84
Β.3.3 Απόδοση πολυλεκτικών όρων	86
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	87
ΓΛΩΣΣΑΡΙ	89
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	94
Βασική πηγή:	94
Ελληνόγλωσση	94
Ξενόγλωσση	97
Λεξικά.....	98
Ελληνικά.....	98
Ξενόγλωσσα	98
Ηλεκτρονικά Λεξικά.....	98

Μηχανές μετάφρασης.....	99
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	99
Πρωτότυπο κείμενο	99

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα πτυχιακή εργασία πραγματοποιήθηκε για το Ανωτατο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Ηπείρου, το τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων (πρώην Εφαρμογών Ξένων Γλωσσών στη Διοίκηση και το Εμπόριο). Κατά την εκπόνηση της εργασίας μου, είχα την δυνατότητα να χρησιμοποιήσω τις μέχρι τώρα γνώσεις μου, που απέκτησα κατά την διάρκεια της φοίτησης μου, όσον αφορά το θεωρητικό υπόβαθρο των εξειδικευμένων κειμένων αλλά και καθαυτήν την μεταφραστική διαδικασία. Στόχος αυτής της εργασίας, λοιπόν, είναι η μεταφραστική απόδοση μέρους της διπλωματικής εργασίας “*Fast food consumption and influencing factors in British and Greek adolescents: A qualitative study*”. Για την επιλογή του προς μετάφραση κειμένου αναζήτησα αρχικά βιβλία λογοτεχνικά, καθώς και τεχνικά κείμενα ορολογίας, έως ότου καταλήξω σε κάτι που να μου προκαλέσει ενδιαφέρον αλλά και να μπορεί να σταθεί και ως κείμενο ανάλογης βαρύτητας με αυτήν που απαιτεί μια πτυχιακή εργασία. Στην πορεία της αναζήτησης μου, μου προτάθηκε να διαβάσω την παρούσα μεταπτυχιακή εργασία που έγινε για το Πανεπιστήμιο του Μπρίστολ. Είναι στην ουσία ένα τεχνικό κείμενο, μια ποιοτική μελέτη, με ορολογία, όμως, με την οποία δεν έχω ασχοληθεί και δεν έχω συνατήσει κατά τη διάρκεια των σπουδών μου. Το θέμα της μελέτης αυτής μου κίνησε αρκετά το ενδιαφέρον και καθώς είχε την απαιτούμενη ορολογία αποφάσισα να ασχοληθώ με την μεταφρασή του. Κατ’αυτόν τον τρόπο είχα την ευκαιρία να ασχοληθώ με ένα εντελώς καινούριο για μένα γνωστικό αντικείμενο και να εμπλουτίσω τις γνώσεις μου ως εν δυνάμει μεταφραστής.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Αντικείμενο της παρούσας εργασίας είναι η μετάφραση ενός τεχνικού εξειδικευμένου κειμένου και στην συνέχεια ο μεταφραστικός σχολιασμός του, όσον αφορά τις τεχνικές που ακολουθήθηκαν για την μετάφρασή του (δάνειο, έκτυπο, κατά-λέξη μετάφραση, μετάταξη, μετατροπία, ισοδυναμία, προσαρμογή) και την απόδοση της ορολογίας του βάσει αυτών, καθώς και η μεθοδολογία πάνω στην οποία βασίζεται η μεταφραστική διαδικασία.

Το κείμενο που επέλεξα να μεταφράσω είναι μια διπλωματική εργασία της Ζωής Τουμπακάρη για το Πανεπιστήμιο του Μπρίστολ με τίτλο “*Fast food consumption and influencing factors in British and Greek adolescents: A qualitative study*” (Η κατανάλωση του φαστ φουντ και οι παράγοντες επιρροής του στους Βρετανούς και Έλληνες εφήβους: Μια ποιοτική μελέτη). Η εργασία αυτή πραγματεύεται την εξέλιξη του φαστ φουντ σε βάθος χρόνου, την επιρροή που έχει σε αυτήν την ηλικιακή ομάδα, τι θεωρούν οι έφηβοι υγιεινή και ανθυγιεινή διατροφή και πώς αυτό επηρεάζει τις καναλωτικές και διατροφικές επιλογές τους, καθώς και τα αποτελέσματα που μπορεί να επιφέρει η ανθυγιεινή διατροφή στην υγεία. Καθώς η διπλωματική αυτή εργασία είναι μια ποιοτική μελέτη, περιλάμβανε όρους που υπάγονται στις κοινωνικές επιστήμες, όπως φαίνεται και στο κεφάλαιο 3 που αναλύεται η μεθοδολογία της εργασίας, που είναι η βάση για τη συγγραφή μιας ποιοτικής μελέτης. Η ορολογία που χρησιμοποιείται είναι αρκετά κατανοητή με κάποιες εξαιρέσεις όρων και αρκτικόλεξων που απαιτούσαν περαιτέρω αναζήτηση για την κατανόηση τους, όπως αυτοί του κεφαλαίου 3.

Στην παρούσα εργασία, έπειτα από την μετάφραση του πρωτότυπου κειμένου, αναλύονται οι βασικές έννοιες της μεταφραστικής διαδικασίας, όσον αφορά την μετάφραση γενικά, καθώς και την μετάφραση εξειδικευμένων κειμένων και ορολογίας. Στην συνέχεια αναλύεται η μεθοδολογία που διέπει την μεταφραστική διαδικασία στην παρούσα μετάφραση, οι μεταφραστικές τεχνικές που ακολουθήθηκαν για την εκπόνησή της και οι μεταφραστικές δυσκολίες που αντιμετωπίστηκαν. Επιπρόσθετα, γίνεται παράθεση των όρων (μονολεκτικών, διλεκτικών πολυλεκτικών) και η απόδοσή τους αναλυτικά. Ακολουθούν τα συμπεράσματα που κατέληξα, το γλωσσ-

σάρι στο οποίο περιλαμβάνονται όλοι οι όροι του κειμένου και η μετάφρασή τους με αλφαβητική σειρά, καθώς και η βιβλιογραφία. Στο παράρτημα της εργασίας παρατίθεται το πρωτότυπο κείμενο.

ΜΕΡΟΣ Ι. ΜΕΤΑΦΡΑΣΜΑ

Η κατανάλωση του φαστ φουντ και οι παράγοντες επιρροής του στους Βρετανούς και Έλληνες εφήβους: Μια ποιοτική μελέτη

Της Ζωής Τουμπακαρη



University of
BRISTOL

Διατριβή που υποβλήθηκε στο Πανεπιστήμιο του Μπρίστολ, σύμφωνα με τις απαιτήσεις του πτυχίου Επιστήμης από την προηγμένη μελέτη στην Διατροφή, τη Φυσική Δραστηριότητα και την Δημόσια Υγεία στη Σχολή Κοινωνικών Επιστημών και Δικαίου.

Τμήμα Άσκησης, Διατροφής και Επιστημών Υγείας

Σεπτέμβριος 2010

Περίληψη

Εισαγωγή: Κατά τη διάρκεια των τελευταίων δεκαετιών η ανάπτυξη του φαστ φουντ έχει κερδίσει την αποδοχή της κοινής γνώμης. Τα στοιχεία δείχνουν ότι η κατανάλωση φαστ φουντ μεταξύ των εφήβων αυξάνεται, ωστόσο τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνουν οι έφηβοι, καθώς και οι παράγοντες που επηρεάζουν την κατανάλωσή του καθαυτή δεν έχουν αξιολογηθεί.

Σκοπός: Ο Σκοπός αυτής της μελέτης είναι να αξιολογήσει τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνουν οι Άγγλοι και Έλληνες έφηβοι, καθώς και τους παράγοντες που επηρεάζουν την κατανάλωση αυτή, χρησιμοποιώντας μια ποιοτική προσέγγιση.

Μέθοδοι: Διεξήχθησαν συνεντεύξεις σε 10 αγόρια και κορίτσια ηλικίας 16 και 17 ετών στην Ελλάδα και σε 8 αγόρια και κορίτσια ηλικίας 15 και 16 ετών στο Ηνωμένο Βασίλειο, όλοι συχνόι καταναλωτές φαστ φουντ. Η δομή της συνέντευξης βασίστηκε στην Θεωρία της Προσχεδιασμένης Συμπεριφοράς η οποία και διερεύνησε συμπεριφορές, κοινωνικές νόρμες και τον αντιληπτό έλεγχο συμπεριφοράς των εφήβων τι αφορά το φαστ φουντ. Προκειμένου να παρασχεθούν περαιτέρω στοιχεία για την συχνότητα και κατανάλωση φαστ φουντ, έγινε στατιστική ανάλυση σε ένα μεγαλύτερο δείγμα εφήβων.

Αποτελέσματα: Το δυτικού τύπου φαστ φουντ φαίνεται να είναι δημοφιλές μεταξύ των εφήβων και στις δύο χώρες ενώ υπήρχε και μια υψηλή προτίμηση για το εθνικού τύπου φαστ φουντ, όπως το σουβλάκι για την Ελλάδα και το κινέζικο και ινδικό φαγητό στο Ηνωμένο Βασίλειο. Οι έφηβοι είχαν θετική στάση απέναντι στο φαστ φουντ, ενώ οι αρνητικές επιπτώσεις του δεν λαμβάνονταν υπόψη σε αυτές τις ηλικίες. Επειδή η κατανάλωση του φαστ φουντ ήταν μέτρια, θεωρούταν ως αποδεκτή συμπεριφορά τόσο από γονείς και συνομηλίκους οι οποίοι επηρέασαν τις επιλογές των εφήβων μόνο σε κάποιο βαθμό. Τέλος, εξωτερικοί παράγοντες καθώς και η διατροφική ανεξαρτησία των εφήβων υποδήλωσαν ότι η κατανάλωση φαστ φουντ μπορεί να είναι από ελλιπή ηθελημένο έλεγχο.

Συμπεράσματα: Η κατανάλωση φαστ φουντ στην εφηβεία μπορεί να καθοδηγείται περισσότερο από παρακινητικούς παράγοντες, αν και χρειάζεται περαιτέρω διερεύνηση για να μπορούν να γενικευθούν τα αποτελέσματα.

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.

1.1 Η Εξέλιξη του φαστ φουντ

«Δύο πράγματα έχουν οι πελάτες μας, χρόνο και χρήμα, και δεν τους αρέσει να σπαταλούν κανένα από τα δύο, οπότε το καλύτερο που έχουμε να κάνουμε είναι να τους πουλήσουμε τα χάμπουργκερ τους γρήγορα», είπε ο Τζέιμς ΜακΛαμόρ, ιδρυτής του Μπέργκερ Κίνγκ, μίας από τις διασημότερες βιομηχανίες φαστ φουντ διεθνώς (Reiter, 1991). Είναι αλήθεια ότι η κύρια ιδέα του φαστ φουντ μπορεί να συνοψιστεί σε αυτά τα λόγια. Η κατανάλωση φαστ φουντ είναι μια κυρίαρχη τάση, η οποία ενθαρρύνεται κυρίως από την έλλειψη χρόνου, την ευκολία και από τον σύγχρονο τρόπο ζωής (Paeratakul, Ferdinand, Champagne et al., 2003).

Τα εστιατόρια φαστ φουντ εμφανίστηκαν για πρώτη φορά στη Νότια Καλιφόρνια το 1950, ανταποκρινόμενα στη νέα ανάγκη των γυναικών που εισέρχονται στο εργατικό δυναμικό, στην ανάπτυξη της επιστήμης και της τεχνολογίας, καθώς και στην ανάγκη για μια επαναστατική αλλαγή στην κατανάλωση τροφής (Schlosser, 2001). Από τότε, η υψηλή ζήτηση του λιγότερο ακριβού φαγητού αυτοεξυπηρέτησης έκανε την βιομηχανία του φαστ φουντ μια από τις πιο κερδοφόρες επιχειρήσεις στον κόσμο. Οι βιομηχανίες φαστ φουντ μπορούν πλέον να αντέξουν οικονομικά να ξοδεύουν περίπου 3 δισεκατομμύρια δολάρια για διαφημιστικούς λόγους (Reiter, 1991). Μεταξύ του 1960 και 1970 η επιχείρηση Μακ Ντόναλντς αύξησε τον αριθμό των εστιατορίων της από 250 σε 3.000. Επιπλέον, αξίζει να σημειωθεί ότι επι του παρόντος ανοίγει περίπου 5 νέα εστιατόρια κάθε μέρα, 4 εκ των οποίων στο εξωτερικό (Schlosser, 2001).

Η υψηλή αποδοχή του φαστ φουντ από ανθρώπους σε όλο τον κόσμο, κυρίως λόγω της ανάγκης τους για εκσυγχρονισμό, έχει προκαλέσει την δημιουργία του «McWorld », όπως το ονόμασε ο κοινωνιολόγος Μπέντζαμιν Ρ. Μπάρμπερ (Schlosser, 2001).

Οι τάσεις του φαστ φουντ δείχνουν ότι η κατανάλωσή του αυξάνεται. Δεδομένα από την Εθνική Έρευνα Υγείας και Διατροφής (National Health and Nutrition Examination Survey - NHANES) έδειξαν ότι το 1977-78 οι άνθρωποι απέκτησαν το 4% των συνολικών χιλιοθερμίδων τους από από την κατανάλωση τροφίμων εκτός σπιτιού. (Guthrie, Lin & Frazao, 2002).

Το ποσοστό αυτό ήταν το ίδιο για τα εστιατόρια, καθώς και για τα καταστήματα φαστ-φουντ. Ωστόσο, το 1994-96 το μεγαλύτερο ποσοστό των συνολικών χιλιοθερμίδων (12%) ήταν από καταστήματα φαστ φουντ ακολουθούμενο από εστιατόρια (10%). Η κατανάλωση φαστ φουντ είχε επίσης αυξηθεί σε μεγάλο βαθμό μεταξύ των παιδιών και των εφήβων, καθώς το ποσοστό των συνολικών χιλιοθερμίδων που καταναλώνονταν σε εστιατόρια φαστ φουντ αυξήθηκε από 2% (1977-1978) σε 10% (1994-96) (Guthrie et al., 2002).

1.2 Τα φαστ φουντ και οι έφηβοι.

Η κατανάλωση φαστ φουντ είναι ιδιαίτερα ελκυστική για τους εφήβους, ανεξάρτητα από τη γενικότερη αύξηση της προτίμησής του κατά τη διάρκεια των τελευταίων ετών. Η αυξανόμενη ανάγκη τους για αυτονομία (Bassett, Chapman & Beagan, 2008), καθώς και η βούλησή τους να κοινωνικοποιηθούν και να περνούν το χρόνο τους με τους φίλους τους (Story, Neumark-Sztainer French, 2002) κάνει τους εφήβους ένα από τους πρωταρχικούς στόχους των βιομηχανιών φαστ φουντ. Σύμφωνα με το ερευνητικό πρόγραμμα Τρώγοντας Μεταξύ Ανηλίκων [EAT (Eating Among Teens – EAT)], από το 1999 έως το 2004, παρατηρήθηκε αύξηση στην κατανάλωση φαστ φουντ από εφήβους (Bauer, Larson, Nelson et al., 2009).). Έφηβες που κατανάλωναν συχνά φαστ φουντ (>3φορές/εβδομάδα), αύξησαν το ποσοστό κατανάλωσης από 18,9% σε 27,3% ($p<0,01$), ενώ έφηβοι που επίσης έκαναν συχνή κατανάλωση φαστ φουντ αύξησαν το ποσοστό κατανάλωσης του από 16,8% σε 30.2% ($p<0,01$). Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι όταν η κατανάλωση φαστ φουντ από 14-19 ετών εφήβους συγκρίθηκε με την κατανάλωση σε μικρότερα παιδιά, οι έφηβοι σημείωσαν υψηλότερα ποσοστά κατανάλωσης (39% έναντι 24,6%) (Bowman, Gortmaker, Ebbeling et al., 2004).

Από την αρχή της εξάπλωσης του φαστ φουντ, επιστήμονες έχουν ερευνήσει την επίδραση που έχει το συγκεκριμένο διατροφικό πρότυπο στα αποτελέσματα της υγείας των ανθρώπων. Οι δύο κύριες επιπτώσεις που παρατηρήθηκαν ήταν η συμβολή της κατανάλωσης φαστ φουντ στην επιδημία της παχυσαρκίας, καθώς και οι λοιπές κακές διατροφικές συνήθειες που την συνοδεύουν. Η υπερβολική πρόσληψη ενέργειας είναι κατά πάσα πιθανότητα η κύρια αιτία που οδηγεί στην παχυσαρκία (Mahan & Escott-Stump, 2004b οι καταναλωτές φαστ φουντ έχουν βρεθεί να έχουν

τουλάχιστον 10% περισσότερη ενέργεια από τους μη καταναλωτές (Paeratakul et al., 2003). Στην περίπτωση των εφήβων, αμερικάνικα δεδομένα από μια εθνική έρευνα νοικοκυριών (Bowman et al., 2004) έδειξε ότι οι έφηβοι που κατανάλωναν φαστ φουντ είχαν σημαντικά υψηλότερη μέση πρόσληψη χιλιοθερμίδων (379 χιλιοθερμίδες) από τους μη καταναλωτές. Αν και υπάρχουν περιορισμένα δεδομένα που συνδέουν την κατανάλωση φαστ φουντ με την τρέχουσα κατάσταση του βάρους των εφήβων, υπάρχουν αποδεικτικά στοιχεία ότι προάγει την αύξηση του σωματικού βάρους στην ενήλικη ζωή (Pereira, Kartashov, Ebbeling et al., 2005).

Επιπρόσθετα, το φαστ φουντ φαίνεται να συνοδεύει άλλες «ανθυγιεινές» διατροφικές συνήθειες. Έφηβοι που κατανάλωναν φαστ φουντ συχνότερα είχαν μεγαλύτερη πρόσληψη κορεσμένου λίπους, σακχάρων και αναψυκτικών και μικρότερη πρόσληψη φρούτων, λαχανικών και γάλακτος (Bowman et al. 2004). Επομένως η παρούσα μελέτη δείχνει ότι το φαστ φουντ όχι μόνο συνεισφέρει στην παχυσαρκία, αλλά επίσης είναι πιθανό ότι εξαλείφει την κατανάλωση των «υγιεινών» τροφίμων και ενθαρρύνει την κατανάλωση των «ανθυγιεινών». Ωστόσο, υπάρχουν άνθρωποι από τη βιομηχανία του φαστ φουντ οι οποίοι υποστηρίζουν την ιδέα του να μην πωλούν φαστ φουντ αλλά «καλό φαστ φουντ» (Adams, 2007). Προκειμένου να πείσουν το ευρύ κοινό και τις υγειονομικές αρχές παρουσιάζουν τον τεράστιο αριθμό φρούτων και λαχανικών που αγοράζουν κάθε χρόνο, και επιδεικνύουν τρόφιμα που παρέχουν μερίδες φρούτων ή λαχανικών και που μπορούν να είναι ευεργετικά για τα παιδιά και εφήβους.

Λαμβάνοντας υπόψη τα οφέλη για την υγεία της χαμηλής κατανάλωσης φαστ φουντ, η ανάπτυξη επιτυχημένων παρεμβάσεων για τη μείωση αυτή της κατανάλωσης στους εφήβους φαίνεται απαραίτητη. Παρά την ανάγκη αυτή τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνουν οι έφηβοι, δεν έχουν ακόμη ερευνηθεί. Στις περισσότερες μελέτες, η συχνότητα κατανάλωσης φαστ φουντ αξιολογείται συνήθως από τον αριθμό επισκέψεων σε καταστήματα φαστ φουντ, μέσω ερωτήσεων όπως : «Την περασμένη εβδομάδα πόσο συχνά φάγατε κάτι από ένα εστιατόριο φαστ φουντ;». Γνωρίζουμε ότι οι έφηβοι καταναλώνουν φαστ φουντ, αλλά θα πρέπει να διερευνήσουμε τα είδη του φαστ φουντ, το οποίο θα μπορούσε να επιτρέψει την καλύτερη κατανόηση του τι τους αρέσει και γιατί. Οι λόγοι για τους οποίους οι έφηβοι καταναλώνουν φαστ φουντ, είναι επίσης σημαντικοί για την ανίχνευση πιθανών καθορι-

στικών παραγόντων οι οποίοι θα χρησιμοποιηθούν σε μελλοντικές παρεμβάσεις.. Αξίζει να σημειωθεί, ότι το φαστ φουντ συσχετίζεται συνήθως με το «τσιμπολόγημα», ή συμπεριλαμβάνεται στην ευρύτερη κατηγορία της «ανθυγιεινής διατροφής» (McClain, Chappuis, Nguyen-Rodriguez et al., 2009), επομένως δεν γνωρίζουμε τους παράγοντες που επηρεάζουν την κατανάλωση μόνο του φαστ φουντ. Το τσιμπολόγημα καθαυτό δεν είναι κακή συνήθεια καθώς πολλοί επαγγελματίες υγείας και εθνικοί οργανισμοί υποστηρίζουν την ιδέα, να καταναλώνονται περισσότερα από 3 γεύματα την ημέρα (www.eatright.org, 2010). Επομένως, δεν πρέπει απαραίτητα να συγγέεται με την κατανάλωση φαστ φουντ, καθώς τα είδη των σνακ μπορεί να είναι τελείως διαφορετικά.

Οι διαφορετικοί πολιτισμοί ανά τον κόσμο καταλήγουν σε διαφορετικές δίαιτες. Μπορεί να θεωρηθεί χρήσιμη μια ευρύτερη εικόνα των διαφορετικών προτύπων διατροφής, για να ανιχνεύσουμε πιθανές διαφορές στους παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές κάθε χώρας. Το Ηνωμένο Βασίλειο είναι μια χώρα που χαρακτηρίζεται από ένα πιο «δυτικό» πρότυπο διατροφής σε σύγκριση με την Ελλάδα. Δεδομένα από την έρευνα EPIC (Slimani, Fahey, Welch et al., 2002), έδειξαν ότι η διατροφή του γενικού πληθυσμού του Ηνωμένου Βασιλείου ήταν υψηλή σε κρέας, μεταποιημένα τρόφιμα, πατάτες, γλυκά και χαμηλή σε φρούτα, φυτικά έλαια και όσπρια, σε σύγκριση με τις άλλες χώρες που συμμετείχαν. Στην Ελλάδα παρατηρήθηκε υψηλότερη κατανάλωση φυτικών τροφών, όσπριων, λαχανικών και δημητριακών και χαμηλότερη κατανάλωση ζωικών και μεταποιημένων τροφών σε σύγκριση με άλλες χώρες..

Ωστόσο, πιο πρόσφατα δεδομένα από τη μελέτη της ATTICA (Arvaniti, Panagiotakos, Pitsavos et al., 2006) δείχνουν ότι ο ελληνικός πληθυσμός μεταβάλλεται προς ένα πιο δυτικοποιημένο διατροφικό πρότυπο και απομακρύνεται από τη μεσογειακή διατροφή του 1960. Η κατανάλωση κόκκινου κρέατος και των προϊόντων του ήταν πάνω από το συνιστώμενο επίπεδο, αν και είναι ενθαρρυντικό ότι το περίπου 90% των ανθρώπων που συμμετείχαν στη μελέτη που χρησιμοποίησε το ελαιόλαδο ως το βασικό λίπος στη διατροφή τους. Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι στο Ηνωμένο Βασίλειο περίπου το 1,5% των γυναικών και το 2% των ανδρών είναι χορτοφάγοι, ενώ στην Ελλάδα μόνο το 0,4% των γυναικών και το 0,3% των ανδρών ακολουθούν μια χορτοφαγική διατροφή (Slimani, Kaaks, Ferrari et al.). Κατά συνέ-

πεια, αποφασίστηκε η επιλογή δύο διαφορετικών πληθυσμών (αγγλικού και ελληνικού) λόγω των διαφορών στις διατροφικές κουλτούρες των δύο χωρών.

Λαμβάνοντας υπόψη όλα τα παραπάνω, ο στόχος αυτής της μελέτης είναι να αξιολογήσει τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνουν οι έφηβοι της Αγγλίας και της Ελλάδας, καθώς και τους λόγους για τους οποίους καταναλώνουν φαστ φουντ και κάνουν αυτές τις συγκεκριμένες επιλογές. Θα διεξαχθεί μια ποιοτική μελέτη με συνεντεύξεις από Άγγλους και Έλληνες εφήβους για την ανίχνευση πιθανών διαφορών μεταξύ των δύο πληθυσμών και για την εξέταση παραγόντων που επηρεάζουν την κατανάλωση φαστ φουντ στους εφήβους.

2.ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

2.1 Η διατροφή των εφήβων σε σχέση με το φαστ φουντ

Η διατροφή των εφήβων δεν παρέμεινε ίδια με την πάροδο του χρόνου, ακολουθώντας τις αλλαγές στον τρόπο ζωής, τη διαφήμιση, αλλά και την ανάπτυξη του φαστ φουντ και την εισαγωγή νέων τροφών και προϊόντων. Δύο πολύ κοινές συνήθειες, οι οποίες εξετάστηκαν από ερευνητές με σκοπό την ανίχνευση αλλαγών με την πάροδο του χρόνου, είναι το τσιμπολόγημα και η κατανάλωση πρωϊνού. Το τσιμπολόγημα υπήρξε πάντα μια πολύ σημαντική διατροφική συνήθεια των εφήβων και ενηλίκων (Alexy, Wicher & Kersting, 2010). Σε έρευνα που συμμετείχαν Αμερικανοί έφηβοι παρατηρήθηκε ότι το τσιμπολόγημα αυξήθηκε από 77% σε 91% την περίοδο μεταξύ 1977 και 1996, αν και η μεγαλύτερη αύξηση να παρατηρείται μεταξύ 1989 και 1996 (Jahns, Siega-Riz & Popkin, 2001). Μια πιο πρόσφατη έρευνα, στην οποία συμμετείχαν Άγγλοι και Ιρλανδοί έφηβοι (Kerr, Rennie, McCaffrey et al., 2009), έδειξε ότι το 2005 η συχνότητα κατανάλωσης σνακ, καθώς και η ενεργειακή πυκνότητα των τροφών αυτών, αυξήθηκαν σε σύγκριση με το 1997, ενώ το μέγεθος των σνακ παρέμεινε σχεδόν το ίδιο. Ανθρακούχα ποτά και αναψυκτικά, μπισκότα, γλυκά και φαστ φουντ φαίνεται να επικρατούν το 2005 ως τα υψηλότερα σε προτίμηση σνακ των εφήβων.

Η κατανάλωση πρωϊνού είναι άλλη μια διατροφική συνήθεια των εφήβων η οποία άλλαξε με την πάροδο του χρόνου. Δεδομένα από την έρευνα Donald στην Γερμανία

(1986-2007) έδειξαν ότι η κατανάλωση πρωινού μειώθηκε με την ηλικία, όταν τα παιδιά και οι έφηβοι συγκρίθηκαν (Alexy et al., 2010). Ωστόσο, μεταξύ εκείνων που καταναλώνουν πρωινό υπάρχει μεγαλύτερη προτίμηση για «έτοιμα προς κατανάλωση» δημητριακά, γεγονός που φαίνεται να προωθεί επίσης και την κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων. Αυτοί οι έφηβοι που χαρακτηρίζονται ως έφηβοι αργού χρονοτύπου, οι οποίοι κοιμούνται αργότερα τη νύχτα και ξυπνούν αργά το πρωί, έχουν αυξήσει την παραλειψη του πρωινού γεύματος και καταναλώνουν αυξημένες ποσότητες φαστ φουντ και καφεϊνούχων ροφημάτων (Fleig & Randler, 2009).

Τα παραπάνω παραδείγματα δείχνουν πως δύο πολύ κοινές διατροφικές συνήθειες, όπως το τσιμπολόγημα και η κατανάλωση πρωινού έχουν αλλάξει με την πάροδο του χρόνου, καθώς και το πώς συνδέονται με την κατανάλωση φαστ φουντ. Αυτό δημιουργεί την ανάγκη για περαιτέρω διερεύνηση της τρέχουσας διατροφής των εφήβων, για την περίπτωση που έχουν προκύψει πιθανές αλλαγές. Η διατροφή των εφήβων θα εξεταστεί όσον αφορά τα θρεπτικά συστατικά, τα τρόφιμα και τα διατροφικά πρότυπα, καθώς και για το πώς σχετίζεται με την κατανάλωση φαστ φουντ.

2.1.1 Πρόσληψη θρεπτικών συστατικών από τους εφήβους

Από τη στιγμή που η κατανάλωση φαστ φουντ άρχισε να αυξάνεται και να γίνεται δημοφιλής στους εφήβους, ερευνητές άρχισαν να εξετάζουν το ρόλο της στην ποιότητα της διατροφής των εφήβων, καθώς και τις πιθανές αλλαγές στα τρόφιμα και τα διατροφικά πρότυπα που έχουν συμβεί εξαιτίας αυτής της νέας τάσης. Από το 1977/78 έως το 1994/96, το ποσοστό πρόσληψης ενέργειας από την κατανάλωση σπιτικού φαγητού μειώθηκε, ενώ αυξήθηκε η πρόσληψη ενέργειας από φαγητό που καταναλώνεται σε εστιατόρια φαστ φουντ (από 6,5% σε 19,3%, $p < 0,01$) (Nielsen, Siega-Riz & Popkin, 2002). Όταν εξετάστηκαν μόνο τα καταστήματα φαστ φουντ, οι έφηβοι και έφηβες που ήταν συχνόι καταναλωτές φαστ φουντ (>3 φορές/εβδομάδα) είχαν υψηλότερα ποσοστά πρόσληψης ενέργειας, κατά 40% και 37% αντίστοιχα, από εκείνους που ανέφεραν ότι δεν έχουν καταναλώσει φαστ φουντ την προηγούμενη εβδομάδα (French, Story, Neumark-Sztainer et al., 2001). Μια πιθανή αιτία θα μπορούσε να είναι η αυξημένη ενεργειακή πυκνότητα των φαστ φουντ, καθώς και η αλλαγή στα μεγέθη των μερίδων που σερβίρονται στα εστιατόρια φαστ φουντ, οι οποίες έχουν αυξηθεί σημαντικά σε

σύγκριση με τις μερίδες σε άλλα εστιατόρια (Nielsen & Popkin, 2003). Η αυξημένη ενεργειακή πυκνότητα και τα αυξημένα μεγέθη των μερίδων φαγητού έχουν διαπιστωθεί ότι συμβάλλουν στην παθητική υπερκατανάλωση και κατ' επέκταση στην αυξημένη πρόσληψη ενέργειας (Kral & Rolls, 2004).

Όσον αφορά τα μακροθρεπτικά και τα μικροθρεπτικά συστατικά, κατά τη διάρκεια των ημερών που οι έφηβοι καταναλώνουν φαστ φουντ, γενικά τείνουν να έχουν μια λιγότερο ισορροπημένη διατροφή από τις μέρες που δεν αναφέρουν κατανάλωση fast food (Paeratakul et al., 2003). Αναφορικά με την πρόσληψη των συνολικών και των κορεσμένων λιπαρών, οι μετρήσεις ενεργειακής πυκνότητας ήταν σημαντικά υψηλότερες στους εφήβους που καταναλώνουν φαστ φουντ σε σύγκριση με εκείνους που δεν καταναλώνουν (Paeratakul et al., 2003). Σε μια άλλη μελέτη, οι καταναλωτές φαστ φουντ ηλικίας 14-19 ετών έχουν βρεθεί ότι καταναλώνουν περισσότερους συνολικούς υδατάνθρακες (Bowman et al., 2004), κυρίως από επεξεργασμένα αμυλούχα τρόφιμα, και έχουν χαμηλό ποσοστό πρόσληψης φυτικών ινών.

Το ασβέστιο και ο σίδηρος είναι δύο απαραίτητα θρεπτικά συστατικά για την σωστή ανάπτυξη του σώματος. Το ασβέστιο χρειάζεται λόγω της επιταχυνόμενης μυϊκής και σκελετικής ανάπτυξης (Mahan & Escott-Stump, 2004b), καθώς κατά τη διάρκεια της εφηβείας απαιτείται επαρκής πρόσληψη προκειμένου οι έφηβοι να επιτύχουν την μέγιστη οστική μάζα τους. Αυτό είναι ιδιαίτερος σημαντικός για τα κορίτσια, τα οποία διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης οστεοπόρωσης στη μετέπειτα ζωή τους, σε σύγκριση με τα αγόρια. Ο σίδηρος είναι επίσης σημαντικός, για τη δημιουργία μυών στα αγόρια, και για την αναπλήρωση των απωλειών σιδήρου λόγω της εμμήνου ρύσεως στα κορίτσια (Mahan & Escott-Stump, 2004b). Σε μια μελέτη που εξέτασε τις διατροφικές συνήθειες των εφήβων της Δυτικής Ευρώπης, έφηβες 16-17 ετών από την Βρετανία, είχαν χαμηλότερη πρόσληψη σιδήρου και ασβεστίου από τα συνιστώμενα επίπεδα (Rolland-Cachera, Bellisle & Deheeger, 2000). Στην περίπτωση του ασβεστίου, οι επιστήμονες προτείνουν ότι η αντικατάσταση του γάλακτος με αναψυκτικά αποτελεί μια πιθανή αιτία για την χαμηλή πρόσληψη αυτού του μικροθρεπτικού συστατικού στους εφήβους. Αντίθετα, ενήλικες που καταναλώνουν συχνά φαστ φουντ, έχουν υψηλά επίπεδα ασβεστίου, πιθανώς λόγω της μεγάλης κατανάλωσης τυριού (Rolland-Cachera et al., 2000). Επιπλέον, δεδομένα από το πρόγραμμα EAT έδειξαν ότι τα επίπεδα και άλλων μικροθρεπτικών συστατικών, όπως βιταμίνες Α, Β6 και C, το φολικό οξύ και ο

ψευδάργυρος, ήταν επίσης χαμηλά σε έφηβες που κατανάλωναν φαστ φουντ, ή είχαν άλλες ανθυγιεινές συμπεριφορές ελέγχου του σωματικού τους βάρους (Neumark-Sztainer, Hannan, Story et al., 2004). Συνεπώς, η εξέταση κατανάλωσης φαστ φουντ στο κάθε φύλο μπορεί να αποκαλύψει πιθανά αίτια των παραπάνω διαφορών.

2.1.2 Πρόσληψη τροφής στους εφήβους

Εκτός από το να εξετάσουμε την πρόσληψη θρεπτικών συστατικών στους εφήβους, η πρόσληψη τροφής είναι επίσης σημαντική για να κατανοήσουμε ποιά τρόφιμα επιλέγουν οι έφηβοι να καταναλώσουν. Έτσι, θα έχουμε μια καλύτερη εικόνα για την προέλευση αυτών των θρεπτικών συστατικών. Το 1977-78, έφηβοι που συμμετείχαν στο πρόγραμμα EAT, λάμβαναν περίπου το 1/3 της ημερήσιας πρόσληψης ενέργειας από γαλακτοκομικά προϊόντα χαμηλότερης και μέσης περιεκτικότητας σε λιπαρά και από κατανάλωση βοδινού και χοιρινού κρέατος (Nielsen et al., 2002). Το 1996, τα προϊόντα αυτά συνέβαλαν κατά λιγότερο από το ένα πέμπτο στη διατροφή των εφήβων, καθώς τα αναψυκτικά, η πίτσα, τα αλμυρά σνακ, τα χάμπουργκερ με τυρί και οι τηγανιτές πατάτες τα αντικατέστησαν σε μεγάλο βαθμό, με τη μεγαλύτερη αύξηση να παρατηρείται στην πίτσα (από 1,6% το 1977 σε 4,7% το 1996).

Πιο πρόσφατα δεδομένα από την ίδια μελέτη, έδειξαν ότι από το 1999 έως το 2004 καθημερινές μερίδες φρούτων και λαχανικών μειώθηκαν σε περίπου 0,6 μερίδες/ημέρα στην πρώιμη, μεσαία και ύστερη εφηβεία (Larson, Neumark-Sztainer, Hannan et al., 2007). Ακόμη και στην περίπτωση των μεσογειακών χωρών, όπου τα φρούτα και τα λαχανικά είναι διαθέσιμα σε μεγαλύτερη αφθονία, περισσότεροι από τους μισούς Ισπανούς έφηβους και έφηβες (68,7% και 64,2% αντίστοιχα) που έλαβαν μέρος στην μελέτη enKid κατανάλωσαν ανεπαρκή ποσότητα φρούτων (< 3 μερίδες/ημέρα) (Aranceta, Perez Rodrigo, Ribas et al., 2003). Διαφορές στις διατροφικές συνήθειες ως προς το φύλο παρατηρήθηκαν σε μια έρευνα στο Οχάιο των Η.Π.Α, όπου τα κορίτσια δημοτικού σχολείου φάνηκε να προτιμούν να καταναλώνουν περισσότερα φρούτα και λαχανικά σε σχέση με τα συνομήλικά τους αγόρια ($p=0,014$ και $p=0,005$) ενώ οι μαθήτριες του γυμνασίου κατανάλωναν μικρότερες ποσότητες οικείων φαστ φουντ, στα οποία περιλαμβάνονται τρόφιμα με υψηλή περιεκτικότητα σε λίπος, συγκριτικά με τους μαθητές των ίδιων ηλικιών (Caine-Bish & Scheule, 2009). Αυτό πιθανώς δείχνει την προ-

σπάθεια των κοριτσιών να φροντίζουν το σώμα τους, και κατ' επέκταση να δημιουργούν μια πιο επιθυμητή εικόνα (Schmidt, Affenito, Striegel-Moore et al., 2005).

Μια νέα τάση που φαίνεται να έχει απήχηση στους εφήβους καταναλωτές είναι η επονομαζόμενη τροφή ευκολίας (τα προμαγειρεμένα τρόφιμα), η οποία έχει οριστεί ως τροφή που απαιτεί ελάχιστη προετοιμασία από τον καταναλωτή, και λιγότερο καθάρισμα μετά την κατανάλωσή τους (Alexy, Sichert-Hellert, Rode et al., 2008). Σε μια γερμανική μελέτη η κατανάλωση προμαγειρεμένου φαγητού φαίνεται να αυξάνεται με την ηλικία, αφού οι έφηβοι 14 έως 18 ετών ήταν οι πιο συχνοί καταναλωτές σε σχέση με τα μικρότερα παιδιά (Alexy et al., 2008). Φαίνεται ότι το 35% της ενέργειας που προσφέρουν αυτά τα έτοιμα γεύματα, ή αλλιώς «γεύματα μικροκυμάτων», όπως είναι οι κρύες σάλτσες, το παρέχουν μέσω λίπους. Το φαστ φουντ, ένα ακόμη είδος έτοιμου φαγητού, είναι επίσης πολύ δημοφιλές μεταξύ εφήβων, καθώς οι μακροχρόνιες στατιστικές τάσεις δείχνουν την αύξηση κατανάλωσής του σε βάθος χρόνου (Bauer et al., 2009). Παρόλο που οι έφηβοι που καταναλώνουν φαστ φουντ καταναλώνουν επίσης λιγότερο ψωμί και δημητριακά, λιγότερα πράσινα λαχανικά και περισσότερες τηγανητές πατάτες (Paeratakul et al., 2003), υπάρχουν ακόμα κάποιες οργανώσεις επιχειρήσεων εστίασης που υποστηρίζουν ότι το φαστ φουντ μπορεί να αποτελεί μέρος της υγιεινής διατροφής. Η Εθνική Αμερικανική Ένωση Εστιατορίων (www.restaurant.org, 2002), στην προσπάθειά της να υποστηρίξει την ύπαρξη εστιατορίων φαστ φουντ, υποστήριξε : «Ωστόσο, ο μέσος άνθρωπος τρώει έξω κατά μέσο όρο τέσσερις φορές την εβδομάδα. Αυτό σημαίνει ότι υπάρχουν άλλα 17 γεύματα την εβδομάδα, τα οποία απαρτίζουν τη διατροφή ενός ατόμου». Θα μπορούσε να υποστηριχθεί, λοιπόν, ότι πράγματι η διατροφή ενός ατόμου είναι κατά κύριο λόγο δική του ευθύνη. Παρολ' αυτά χρειάζεται και η σωστή υποστήριξη από τους φορείς δημόσιας υγείας και διατροφής και τις οργανώσεις επιχειρήσεων εστίασης , για την εξάλειψη των επιβλαβών επιδράσεων από το περιβάλλον του.

2.1.3 Διατροφικά πρότυπα των εφήβων

Καθώς οι άνθρωποι δεν καταναλώνουν μόνο θρεπτικά συστατικά, αλλά έναν συνδυασμό τροφίμων, η έννοια του διατροφικού προτύπου είναι ευκολότερη και πιο κατανοητή από το ευρύ κοινό (Trichopoulos & Lagiou, 2001). Επειδή τα διατροφικά πρότυπα

λαμβάνουν υπόψη πιθανές συνεργιστικές επιδράσεις των τροφών και των θρεπτικών συστατικών, ήταν πραγματικά χρήσιμα στη διερεύνηση του ωφέλιμου ή επιζήμιου ρόλου της διατροφής σε χρόνιες ασθένειες (Trichopoulos & Lagiou, 2001). Η παχυσαρκία στις βιομηχανικές χώρες αυξάνεται, ενώ στις ευρωπαϊκές χώρες το ποσοστό των υπέρβαρων παιδιών και εφήβων αναμένεται να αυξηθεί κατά 1.3 εκατομμύρια ετησίως (Wang & Lobstein, 2006). Ως εκ τούτου, η εξέταση των διατροφικών προτύπων στην εφηβεία μπορεί να υποδηλώνει σημαντικούς παράγοντες που πρέπει να στοχευθούν στις παρεμβάσεις πρόληψης της παχυσαρκίας.

Αμερικανοί έφηβοι που συμμετείχαν στο πρόγραμμα EAT(Cutler, Flood, Hannan et al., 2009), το 1998-1999, ακολουθούσαν τέσσερα διατροφικά πρότυπα: φρούτα, λαχανικά, γλυκά/αλμυρά σνακ και αμυλούχα τρόφιμα. Ωστόσο, όταν εξετάστηκαν ξανά ύστερα από 5 χρόνια, μεταξύ των ατόμων ηλικίας 16 ετών και άνω είχε προκύψει ένα νέο διατροφικό πρότυπο το οποίο απαρτιζόταν από χάμπουργκερ, τηγανητές πατάτες, προτηγανισμένα τρόφιμα και μη διαιτητική σόδα. Το γεγονός ότι αυτό το νέο διατροφικό πρότυπο εμφανίστηκε σε παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας, μπορεί να είναι μια ένδειξη των επιλογών που κάνουν οι έφηβοι για τον εαυτό τους, καθώς γίνονται όλο και περισσότερο διατροφικά ανεξάρτητοι.

Από την άλλη πλευρά, μια διασταυρωμένη μελέτη με εφήβους από την Ελλάδα (Kourilaba, Panagiotakos, Mihas et al., 2009), αποκάλυψε ένα διατροφικό πρότυπο πρόχειρου φαγητού, το οποίο ήταν υψηλό σε γλυκά και αλμυρά σνακ, αναψυκτικά και φαστ φουντ. Παρολ' αυτά, εξαιτίας της διαφορετικής διατροφικής κουλτούρας, εντοπίστηκε και ένα πρότυπο «κοντά στη μεσογειακή διατροφή», αποτελούμενο από πατάτες, ρύζι, ψάρια και πουλερικά, καθώς και το διατροφικό πρότυπο του «παραδοσιακού ελληνικού μαγειρέματος φαγητού», και το «χορτοφαγικό/υγιεινό» πρότυπο.

Οι δύο αυτές μελέτες έχουν κάποιες ομοιότητες, καθώς φαίνεται να υπάρχει ένα υγιεινό (φρούτα και λαχανικά) και ένα πρόχειρο/γρήγορο πρότυπο διατροφής, αν και μπορούν να σημειωθούν και ορισμένες διαφορές στα διατροφικά πρότυπα, πιθανώς λόγω της διαφορετικής διατροφικής κουλτούρας. Η επικράτηση αυτού του νέου προτύπου φαστ φουντ έχει αποδειχθεί σε μια βρετανική μελέτη, όπου το 60% των εφήβων και των νεαρών ενηλίκων (ηλικίας 16-25 ετών) κατανάλωναν το γεύμα τους εκτός σπιτιού (Kearney, Hulshof & Gibney, 2001). Λαμβάνοντας υπόψη αυτές τις αλλαγές στη πρόσληψη θρεπτικών συστατικών, τροφής και στα διατροφικά πρότυπα με την πάροδο των

ετών, καθώς και μια αυξανόμενη προτίμηση για κατανάλωση φαγητού εκτός σπιτιού, χρειάζεται να εξετάσουμε τι καθορίζει τις διατροφικές επιλογές των εφήβων και τι σημαίνει για αυτούς υγιεινή και ανθυγιεινή διατροφή.

2.2 Υγιεινή διατροφή έναντι ανθυγιεινής διατροφής

Η υγιεινή και η ανθυγιεινή διατροφή είναι πολύ ευρείες κατηγορίες που χρησιμοποιούνται συχνά από επαγγελματίες υγείας και το ευρύ κοινό. Ωστόσο, ο ορισμός μιας διατροφής ή ενός τροφίμου ως υγιεινό ή ανθυγιεινό, μπορεί να αλλάξει μεταξύ ανθρώπων και ιδιαίτερα μεταξύ ηλικιακών ομάδων. Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε τι εννοούν οι έφηβοι όταν χρησιμοποιούν αυτούς τους όρους, προκειμένου να έχουμε μια πιο ξεκάθαρη εικόνα για αυτές τις κατηγορίες σε αυτήν την ηλικιακή ομάδα.

Όταν οι έφηβοι αναφέρονται στην υγιεινή διατροφή χρησιμοποιούν όρους όπως «το σωστό είδος φαγητού» ή μια ισορροπημένη διατροφή ενώ η εξισορρόπηση της διατροφής μέσω της ανάμειξης πιο υγιεινών και λιγότερο υγιεινών τροφών, συχνά θεωρείται επίσης συχνά ένα υγιές πρότυπο διατροφής (Croll, Neumark-Sztainer & Story, 2001). Τα φρούτα και τα λαχανικά είναι τα πιο συχνά αναφερόμενα τρόφιμα που περιλαμβάνονται σε μια υγιεινή διατροφή (Croll et al., 2001), ενώ επίσης αναφέρονται βιολογικά τρόφιμα, υδατάνθρακες και βιταμίνες (Fitzgerald, Heary, Nixon et al., 2010). Η υγιεινή διατροφή συζητήθηκε επίσης σύμφωνα με την τοποθεσία, καθώς οι έφηβοι την συσχετίζουν με το σπίτι τους και τα τρόφιμα που προετοιμάζονται για ένα οικογενειακό φαγητό (Croll et al., 2001), (Stevenson, Doherty, Barnett et al., 2007).

Η δίαιτα είναι επίσης ένας όρος που έχει οριστεί σε μια μελέτη που συμμετείχαν κορίτσια από την Αγγλία, καθώς η υγιεινή διατροφή περιλαμβάνει την διακοπή κατανάλωσης συγκεκριμένων «κακών» τροφίμων και την κατανάλωση περισσότερων φρούτων, λαχανικών και λιγότερων λιπαρών (Roberts, Maxwell, Bagnall et al., 2001). Επίσης, έχει αναφερθεί η διατήρηση ενός λογικού βάρους, ενώ δεν έχουν αναφερθεί τα μακροπρόθεσμα αποτελέσματα στην υγεία. Τα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα φαίνεται να έχουν σημασία για τους εφήβους όταν αναφέρονται στην υγιεινή διατροφή καθώς μεγαλώνουν, επιδιώκοντας συχνότερα να έχουν δυνατό σώμα και ενέργεια κατά τη διάρκεια της ημέρας αντί ενός μακροπρόθεσμου θετικού αποτελέσματος στην υγεία (Fitzgerald et al., 2010). Αξίζει, επίσης, να παρατηρη-

σουμε ότι τα κορίτσια σχετίζουν συχνότερα την υγιεινή διατροφή με την απώλεια βάρους, ενώ τα αγόρια την εξισώνουν με την επαρκή ενέργεια για την ανάπτυξη του σώματος (Neumark-Sztainer, Story, Perry et al., 1999), υποδεικνύοντας τις διαφορές με βάση το φύλο που πρέπει να ληφθούν υπόψη. Πάνω απ' όλα αυτό που πρέπει οπωσδήποτε να αναλογιστούμε είναι ότι οι έφηβοι μερικές φορές θεωρούν την υγιεινή διατροφή, ως την κατανάλωση των σωστών ειδών διατροφής και την εξάλειψη όλων των «κακών» (Stevenson et al., 2007).

Από την άλλη πλευρά, ο ορισμός της ανθυγιεινής διατροφής ήταν πιο συγκεκριμένος και δεν είχε τόσες πολλές διαφορές από μελέτη σε μελέτη. Οι έφηβοι είχαν κατά νου και ανέφεραν περισσότερα «ανθυγιεινά» από υγιεινά τρόφιμα, γεγονός που θα μπορούσε να δείχνει ένα ισχυρότερο ενδιαφέρον για «ανθυγιεινές» επιλογές εκ μέρους τους (Croll et al., 2001). Οι έφηβοι αναφέρθηκαν στην ανθυγιεινή διατροφή ως την κατανάλωση τεχνητά κατασκευασμένων τροφίμων και τροφίμων που πωλούνται σε μηχανήματα αυτόματης πώλησης ή σε καταστήματα που σερβίρουν φαστ φουντ (Croll et al., 2001). Περιέγραψαν τα ανθυγιεινά τρόφιμα ως εκείνα που περιέχουν ζάχαρη, λιπαρά και αλάτι (Warren, Parry, Lynch et al., 2008) και αναφέρθηκαν πιο συγκεκριμένα σε συσκευασμένα σνακ, πίτες και γλυκά. Το πρόχειρο φαγητό κατηγοριοποιήθηκε πολύ συχνά ως ανθυγιεινό, στο οποίο περιλαμβάνονταν καραμέλες, σοκολάτες, αναψυκτικά και προτηγανισμένα τρόφιμα, πέραν του δυτικού τύπου φαστ φουντ (χάμπουργκερ, πατατάκια κτλ.) (O'Dea, 2003). Ένα εξίσου ενδιαφέρον εύρημα ήταν ότι, παρόλο που οι έφηβοι περιλάμβαναν το φαστ φουντ στην κατηγορία της ανθυγιεινής διατροφής, αναγνώριζαν τις προσπάθειες κατέβαλαν τα καταστήματα των εστιατορίων φαστ φουντ για να κάνουν τα φαγητά τους πιο υγιεινά, πωλώντας μαζί λαχανικά. (Warren et al., 2008).

Μπορεί να υποστηριχθεί ότι παρόλο που οι έφηβοι όρισαν με διαφορετικούς τρόπους την υγιεινή και ανθυγιεινή διατροφή και χρησιμοποίησαν διαφορετικούς όρους για να την περιγράψουν, τείνουν να έχουν μια προσωπική αντίληψη για την υγιεινή και ανθυγιεινή διατροφή σύμφωνα «καλά» και στα «κακά» τρόφιμα (Stevenson et al., 2007). Αυτό μπορεί να τους αποτρέψει από την κατανάλωση ορισμένων θεωρητικά «κακών» τροφίμων, τα οποία θα μπορούσαν να παραχθούν ή να προπαρασκευαστούν με διαφορετικούς τρόπους, με σκοπό να είναι «περισσότερο υγιεινά» και πιο απολαυστικά.

2.2.1 Καθοριστικοί παράγοντες/συσχετισμοί της (μη) υγιεινής διατροφής

Αφού εξέτασαν τι αντιλαμβάνονται οι έφηβοι ως υγιεινή και ανθυγιεινή διατροφή, είναι επίσης, αναγκαίο να διερευνηθεί αυτό που καθορίζει τη διατροφή τους ως υγιεινή ή ανθυγιεινή. Αφενός, υπάρχουν επιδημιολογικές μελέτες που απευθύνονται στους παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές των εφήβων, αφετέρου υπάρχουν ποιοτικές μελέτες που εξετάζουν τις απόψεις των ιδίων, σχετικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές τους συνήθειες. Οι καθοριστικοί παράγοντες είναι ένας ισχυρός λόγος που υποδεικνύει τον αιτιώδη συσχετισμό και από ορισμένες μελέτες, όπως οι διατμηματικές, δεν μπορούν να εξαχθούν συμπεράσματα περί των παραγόντων αυτών. Ως εκ τούτου, είναι απαραίτητο να αναφερθούν συσχετισμοί της υγιεινής και ανθυγιεινής διατροφής, οι οποίοι χρειάζονται περαιτέρω έρευνα για να κατανοήσουμε εάν καθορίζουν τις διατροφικές επιλογές των εφήβων.

Ύστερα από την εξέταση επιδημιολογικών μελετών, οι παράγοντες που βρέθηκαν να επηρεάζουν τις διατροφικές συνήθειες των εφήβων είναι η εθνικότητα, το φύλο και το υψηλό κόστος των πιο υγιεινών τροφίμων (French et al., 2001), η κοινωνικοοικονομική θέση (Bauer et al., 2009), η παρακολούθηση τηλεόρασης, που φαίνεται να προωθεί τις εύκολες, ανθυγιεινές διατροφικές επιλογές (Kourlaba et al., 2009), η διαθεσιμότητα σπιτικού φαγητού και η συμμετοχή στα οικογενειακά γεύματα (Boutelle, Fulkerson, Neumark-Sztainer et al., 2007), η μεγάλη διαθεσιμότητα καταστημάτων φαγητού εκτός σπιτιού, όπως τα εστιατόρια φαστ φουντ (Simon, Kwan, Angelescu et al., 2008), οι πολιτικές τροφίμων στα σχολεία (Neumark-Sztainer, French, Hannan et al., 2005) και η διαφήμιση υγιεινών ή ανθυγιεινών τροφίμων (French et al., 2001).

Ωστόσο, οι επιδημιολογικές μελέτες δεν λαμβάνουν υπόψη τους τις αντιλήψεις των εφήβων σχετικά με το τι επηρεάζει τις διατροφικές επιλογές τους. Οι ποιοτικές μελέτες μπορούν να μας δώσουν μία καλύτερη εικόνα σχετικά με το τι θεωρούν οι έφηβοι σημαντικό, όταν κάνουν μια συγκεκριμένη διατροφική επιλογή έναντι μιας άλλης. Οι περισσότερες ποιοτικές μελέτες που έχουν ασχοληθεί με τα θέματα αυτά, χρησιμοποιούν μια οικολογικού πλαισίου προσέγγιση (Story et al., 2002), κατηγοριοποιώντας τους καθοριστικούς παράγοντες σε α-

τομικούς, διαπροσωπικούς και κοινωνικο-περιβαλλοντικούς, και φυσικούς-περιβαλλοντικούς.

2.2.1.1 Ατομικοί καθοριστικοί παράγοντες.

Μεταξύ των ατομικών παραγόντων που επηρεάζουν την (μη) υγιεινή διατροφή των εφήβων, η γεύση και η εμφάνιση του φαγητού ήταν οι δύο σημαντικότεροι και πιο συχνά αναφερόμενοι (Fitzgerald et al., 2010), (Neumark-Sztainer et al., 1999), καθώς οι έφηβοι φαίνεται να επιλέγουν αυτό που τους ευχαριστεί περισσότερο και δίνουν επίσης προσοχή στην υφή και τη μυρωδιά ενός συγκεκριμένου φαγητού. Η επιθυμία για φαγητό και το επίπεδο κορεσμού θεωρήθηκαν επίσης σημαντικά (Neumark-Sztainer et al., 1999). Οι έφηβοι, στερούνται χρόνου λόγω των σπουδών και των εξωτερικών δραστηριοτήτων τους οπότε αναζητούν τρόφιμα που είναι βολικά, σερβίρονται γρήγορα και δεν απαιτούν μεγάλη προετοιμασία ή καθάρισμα (Neumark-Sztainer et al., 1999). Οι πιο ανθυγιεινές επιλογές, και ιδιαίτερα το φαστ φουντ, μπορούν να καλύψουν όλες αυτές τις ανάγκες, γεγονός το οποίο μπορεί να υποδηλώνει τη δημοτικότητά του σε αυτήν την ηλικία.

Η κατανάλωση λόγω συναισθηματικής κατάστασης μπορεί επίσης να επηρεάσει την διατροφή των εφήβων, καθώς έχουν την τάση να καταναλώνουν τις λιγότερο υγιεινές εναλλακτικές τροφές, όπως πρόχειρο φαγητό, προκειμένου να βελτιώσουν την διάθεσή τους (O'Dea, 2003). Το να έχουν ένα λογικό βάρος και επομένως μια καλή εικόνα σώματος, επισημάνθηκε ιδιαίτερος μεταξύ των εφήβων κοριτσιών, (Neumark-Sztainer et al., 1999) τα οποία γενικά τείνουν να επιλέγουν πιο υγιεινές εναλλακτικές ή να εξαλείφουν τα «κακά» τρόφιμα από την διατροφή τους. Το αδύνατο σώμα, που προωθείται από τα μέσα ενημέρωσης παίζει το ρόλο του προτύπου για τα λευκά κορίτσια (Stevenson et al., 2007), ενώ τα αφροαμερικανικής προέλευσης αγόρια και κορίτσια φαίνεται να προτιμούν ως πρότυπα τους πιο «εύσωμους» συνομηλίκους τους, καθώς θεωρούν ότι επικοινωνούν καλύτερα μαζί τους (Barroso, Peters, Johnson et al., 2010). Σε γενικές γραμμές, οι έφηβοι φαίνεται να ενδιαφέρονται περισσότερο για τα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα, όπως η διατήρηση ενός φυσιολογικού βάρους ή η ανάπτυξη ενός ισχυρού σώματος (O'Dea, 2003), και παρουσίασαν μια απάθεια για την υγιεινή διατροφή σε εκείνη την περίοδο της ζωής τους (Croll et al., 2001), (Neumark-Sztainer et al., 1999).

Κορίτσια που ακολουθούσαν ένα χορτοφαγικό πρότυπο διατροφής εξέφρασαν, επίσης, «ηθική αποστροφή» (Stevenson et al., 2007), καθώς δεν μπορούσαν να καταναλώσουν κρέας, ψάρι ή πουλερικά εάν τους θύμιζε την προέλευση τους, αλλά μπορούν να τα καταναλώσουν εάν είχαν υποστεί επεξεργασία. Ένα άλλο θέμα που αναφέρθηκε, επίσης, από τους εφήβους, είναι η κατανάλωση τροφίμων που θεωρούνται «της μόδας» (Neumark-Sztainer et al., 1999), γεγονός που καθιστούσε τις πιο ανθυγιεινές επιλογές, όπως το φαστ φουντ, περισσότερο επιθυμητές.

Οι περισσότερες μελέτες που χρησιμοποίησαν ένα θεωρητικό μοντέλο για να διερευνήσουν τις απόψεις των εφήβων για τα τρόφιμα, χρησιμοποίησαν τη Θεωρία Κοινωνικής Μάθησης (Θ.Κ.Μ) [(Social Learning Theory (SCT)]. Στη Θ.Κ.Μ, η ανθρώπινη συμπεριφορά καθορίζεται από προσωπικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες που αλληλεπιδρούν μεταξύ τους (Bandura, 1977). Τα αναμενόμενα αποτελέσματα και η αξιολόγησή τους από τους ανθρώπους, διαδραματίζουν επίσης έναν σημαντικό ρόλο ενώ η υψηλή αυτό-αποτελεσματικότητα, μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να επιτύχουν μια ορισμένη συμπεριφορά (Bandura, 1977). Ως εκ τούτου, τα οφέλη και οι φραγμοί σχετικά με τη (μη) υγιεινή διατροφή συζητήθηκαν επίσης από τους εφήβους.

Η υγιεινή διατροφή θεωρήθηκε ότι έχει καθαριστική και αναζωογονητική επίδραση, ενώ φάνηκε να προάγει τις επιδόσεις των νοητικών λειτουργιών και τις σωματικές αισθήσεις (O'Dea, 2003), την υγιή ανάπτυξη, και την παροχή επαρκούς ενέργειας για το σώμα (Croll et al., 2001). Οι έφηβοι αναφέρθηκαν, επίσης, στα ψυχολογικά οφέλη της υγιεινής διατροφής, όπως το αίσθημα της αυτό-ανταμοιβής και της προσωπικής υπερηφάνειας (O'Dea, 2003). Τα οφέλη της ανθυγιεινής διατροφής θεωρήθηκαν, η γεύση της, το γεγονός ότι είναι «της μόδας», ότι δεν είναι χρονοβόρα, ότι είναι ευρέως διαθέσιμη και δεν απαιτεί ιδιαίτερη προετοιμασία (Croll et al., 2001).

Από την άλλη πλευρά, τα εμπόδια της υγιεινής διατροφής ήταν η ευκολία και η μεγάλη διαθεσιμότητα των «ανθυγιεινών» επιλογών, η συναισθηματική κατανάλωση, καθώς οι έφηβοι έχουν την τάση να καταναλώνουν πρόχειρο φαγητό για να βελτιώσουν την διάθεση τους, και οι επιλογές των συνομηλίκων τους (O'Dea, 2003). Η ανθυγιεινή διατροφή και κυρίως το φαστ φουντ, έχει αναφερθεί ότι επιβραδύνει το μυαλό και το σώμα, και η κατανάλωσή του συνήθως συνοδεύεται από αίσθημα ενο-

χής (O'Dea, 2003). Τέλος, ο έλεγχος των γονέων στα τρόφιμα φαίνεται να αποτελεί εμπόδιο στην κατανάλωση περισσότερων ανθυγιεινών τροφών από τους εφήβους (O'Dea, 2003).

Πάνω απ' όλα, οι έφηβοι φαίνεται να γνωρίζουν την σημασία της υγιεινής και ανθυγιεινής διατροφής, και μπορούν να αναγνωρίσουν τα οφέλη και τα εμπόδια. Ωστόσο, παρόλο που γνωρίζουν τα οφέλη και τους κινδύνους της υγιεινής ή (μη) διατροφής, δεν φαίνεται να έχει ιδιαίτερη σημασία για αυτούς και δεν επηρεάζει απαραίτητα τις διατροφικές επιλογές τους.

2.2.1.2 Διαπροσωπικοί και κοινωνικό-περιβαλλοντικοί παράγοντες.

Οι διαπροσωπικοί παράγοντες όπως προέκυψαν από ποιοτικά δεδομένα ήταν οι γονείς, οι συνομήλικοι και το σχολείο. Οι γονείς παίζουν σημαντικό ρόλο στις διατροφικές επιλογές των εφήβων με πολλούς τρόπους. Ο περιορισμένος χρόνος των γονέων λόγω του πολυάσχολου προγράμματός τους, τους εμποδίζει να μαγειρέψουν, γεγονός το οποίο ωθεί τους εφήβους να επιλέγουν να γευματίσουν εκτός του σπιτιού (Neumark-Sztainer et al., 1999). Κατά συνέπεια, τα οικογενειακά γεύματα, τα οποία θεωρούνται από τους έφηβους πιο υγιεινά, ολοένα και λιγοστεύουν (Fitzgerald et al., 2010). Το γεύμα εκτός του σπιτιού και ειδικά σε εστιατόρια φαστ φουντ χρησιμοποιείται από τους γονείς σαν κέρασμα (Fitzgerald et al., 2010) ή σαν κοινωνική επιβράβευση όταν τρώνε υγιεινά στο σπίτι (Stevenson et al., 2007). Με άλλα λόγια, η κατανάλωση υγιεινού φαγητού ανταμοίβεται με άλλες ανθυγιεινές επιλογές, οι οποίες θα μπορούσαν να αποτελέσουν εμπόδιο στους εφήβους να κατανοήσουν την πραγματική αξία της υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής. Καθώς οι έφηβοι αποκτούν αυτονομία μεγαλώνοντας, οι γονείς προσπαθούν να υποστηρίξουν την ικανότητά τους να είναι διατροφικά ανεξάρτητοι δίνοντας τους χρήματα για να κάνουν τις δικές τους επιλογές ή επιτρέποντας τους να προετοιμάσουν το δικό τους φαγητό (Fitzgerald et al., 2010). Επίσης, επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές των εφήβων κατηγοριοποιώντας τα τρόφιμα σε «καλά» και «κακά» αντί να ενισχύουν την διατροφική τους ανεξαρτησία (Stevenson et al., 2007) και αποδοκιμάζουν την ανθυγιεινή τους διατροφή (Croll et al., 2001).

Το γεύμα εκτός του σπιτιού με συνομηλικούς, εξετάστηκε μόνο επειδή αποτελεί μια ευχάριστη κοινωνική δραστηριότητα (Fitzgerald et al., 2010), και το σχολείο δεν αποτελούσε σημαντικό παράγοντα στην κατανάλωση φαγητού των εφήβων, καθώς συνήθως φέρνουν πακεταρισμένα τα δικά τους γεύματα από το σπίτι ή αγοράζουν σνακ και γλυκά εκτός σχολείου. Αυτή είναι μια ενδιαφέρουσα άποψη, ειδικά αν λάβουμε υπόψη όλες τις θρεπτικές πρωτοβουλίες των σχολείων που έχουν εισαχθεί στο Ηνωμένο Βασίλειο, όπως η School Food Trust (www.schoolfoodtrust.org.uk, 2005) ή η School Dinners (www.jamieoliver.com, 2006).

2.2.1.3 Φυσικο-περιβαλλοντικοί παράγοντες

Οι φυσικοί και περιβαλλοντικοί καθοριστικοί παράγοντες έχουν επίσης συζητηθεί από τους εφήβους ως σημαντικοί συντελεστές που επηρεάζουν τη (μη) υγιεινή διατροφή τους. Το υψηλό κόστος των υγιεινών τροφίμων φαίνεται να τους αποτρέπει από την επιλογή του (Fitzgerald et al., 2010), (Neumark-Sztainer et al., 1999) καθώς οι έφηβοι μεγαλύτερης ηλικίας που έχουν τα δικά τους χρήματα και αγοράζουν φαγητό για τους εαυτούς τους, χρειάζονται απλώς κάτι φθινό το οποίο θα τους χορτάσει. Το αίσθημα της ικανοποίησης είναι ένας σημαντικός παράγοντας που έχει αναφερθεί από τους εφήβους όταν επιλέγουν ένα συγκεκριμένο τρόφιμο. (Neumark-Sztainer et al., 1999).

Η διαθεσιμότητα τροφίμων στο σπίτι επίσης καθορίζει τις επιλογές τους (Neumark-Sztainer et al., 1999), καθώς επιλέγουν ανάλογα με το τι είναι διαθέσιμο στο σπίτι ή εάν δεν υπάρχει κάτι που να τους ικανοποιεί, συνήθως καταναλώνουν φαστ φουντ το οποίο είναι άμεσα διαθέσιμο. Ωστόσο, όσον αφορά τα εστιατόρια φαστ φουντ, αναγνωρίζουν ότι υπάρχουν πιο υγιεινές επιλογές, π.χ. σαλάτες, αλλά αμφισβητούν την ποιότητα των λαχανικών κρίνοντας από την εμφάνισή τους (Neumark-Sztainer et al., 1999). Οι έφηβοι, επίσης, ανέφεραν ότι οι υγιεινές τροφές δεν προωθούνται και δεν διαφημίζονται τόσο πολύ, σε αντίθεση με το φαστ φουντ (Neumark-Sztainer et al., 1999). Επίσης, παρόλο που γνωρίζουν ότι οι χώροι που σερβίρουν φαστ φουντ δεν είναι και τα καλύτερα μέρη που μπορεί κάποιος να γευματίσει, αναφέρουν ότι δεν μπορούν να αντισταθούν εξαιτίας του τρόπου με τον οποίο διαφημίζονται (Stevenson et al., 2007).

2.2.2 Η Θεωρία της Προσχεδιασμένης Συμπεριφοράς.

Μεταξύ των καθοριστικών παραγόντων που επηρεάζουν τη (μη) υγιεινή διατροφή στους εφήβους, αναφέρθηκαν τα οφέλη, οι κοινωνικές επιρροές από την οικογένεια και τους συνομηλικούς καθώς και τα εμπόδια. Όλα αυτά τα στοιχεία μπορούν να αποτελέσουν μέρος της Θεωρίας της Προγραμματισμένης Συμπεριφοράς Θ.Π.Σ. (Theory of Planned Behaviour-TPB), η οποία υποστηρίζει ότι, «τα άτομα εκτελούν μια ορισμένη συμπεριφορά εάν την αξιολογούν θετικά, εάν πιστεύουν ότι οι «σημαντικοί άλλοι» (οικογένεια και συνομήλικοι) πρέπει να την ακολουθούν και εάν θεωρούν ότι την έχουν υπό τον έλεγχό τους» (Ajzen, 1988). Αποτελείται από τρεις βασικές συνιστώσες: συμπεριφορές, ή με άλλα λόγια αναμενόμενα αποτελέσματα και η αξία που αυτά έχουν για το άτομο, κοινωνικά πρότυπα που αναφέρονται στην κοινωνική πίεση και στις προσδοκίες των «σημαντικών άλλων», καθώς και στον Αντιληπτό Έλεγχο της Συμπεριφοράς Α.Ε.Σ. (Perceived Behavioural Control -PBC), ο οποίος αναφέρεται στο επίπεδο ελέγχου που έχει το άτομο υπο ορισμένη συμπεριφορά (Ajzen, 1988). Όλες αυτές οι συνιστώσες προβλέπουν την πρόθεση υιοθέτησης μιας συγκεκριμένης συμπεριφοράς, η οποία είναι μια καλή προγνωστική ένδειξη της ίδιας της συμπεριφοράς (Ajzen, 1988).

Από όσο γνωρίζουμε, οι μελέτες που έχουν ασχοληθεί με τη διατροφική συμπεριφορά των εφήβων χρησιμοποιώντας τη Θ.Π.Σ., ήταν μόνο επιδημιολογικής φύσεως. Κάποιες από αυτές, εξέτασαν την διατροφική συμπεριφορά ή την υγιεινή διατροφή γενικότερα (Backman, Haddad, Lee et al., 2002), (Baker, Little & Brownell, 2003), ενώ άλλες διερεύνησαν συγκεκριμένες διατροφικές συμπεριφορές, όπως η κατανάλωση αναψυκτικών (Kassem & Lee, 2004), φρούτων και λαχανικών (Lien, Lytle & Komro, 2002) και τις πεποιθήσεις σχετικά με τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις της παραγωγής τροφίμων (Bissonnette & Contento, 2001).

Σε μελέτες που εξέτασαν την διατροφική συμπεριφορά των εφήβων (Backman et al., 2002), (Baker et al., 2003), οι συμπεριφορές και τα κοινωνικά πρότυπα προέβλεψαν γενικότερα τις προθέσεις για μη (υγιεινή) διατροφή, ενώ οι διαφορές μεταξύ φύλων ήταν εμφανείς και στις δύο μελέτες. Επίσης τα κοινωνικά πρότυπα συσχετίστηκαν επίσης θετικά με τις συμπεριφορές, πιθανώς επειδή η ευχαρίστηση των

«σημαντικών άλλων» μπορεί να θεωρηθεί ως ένα επιθυμητό αναμενόμενο αποτέλεσμα σύμφωνα με τους ερευνητές (Baker et al., 2003). Παρόλο που έχει βρεθεί ότι ο Α.Ε.Σ προβλέπει απευθείας συμπεριφορές, σε μια μελέτη που εξέτασε ψυχοκοινωνικούς παράγοντες της διατροφικής συμπεριφοράς στους εφήβους, ο Α.Ε.Σ ήταν μόνο ένας μέτριος προγνωστικός δείκτης συμπεριφοράς που υποδεικνύει ότι το εγγενές κίνητρο μπορεί να είναι μεγαλύτερης σπουδαιότητας σε σύγκριση με τον εξωτερικό έλεγχο (Backman et al., 2002).

Όταν εξετάστηκαν συγκεκριμένες διατροφικές συμπεριφορές, η πρόθεση για κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, παραδείγματος χάριν, είχε σωστά προβλεφθεί από την συμπεριφορά, τα κοινωνικά πρότυπα και τον Α.Ε.Σ, ενώ ο Α.Ε.Σ προέβλεψε απευθείας στην συμπεριφορά (Lien et al., 2002). Αυτό υποδηλώνει ότι, η διατροφική συμπεριφορά ορισμένων εφήβων μπορεί να μην είναι υπό τον πλήρη έλεγχο της βούλησής τους. Δηλαδή, ότι υπάρχουν διαφορετικές συσχετίσεις μεταξύ των παραγόντων της Θ.Π.Σ και της πρόθεσης, σε σχέση με την πραγματική συμπεριφορά. Οι διαφορές μεταξύ φύλων ήταν πάλι παρούσες, γεγονός που υποδεικνύει την ανάγκη για διερεύνηση των αγοριών και των κοριτσιών ξεχωριστά (Bissonnette & Contento, 2001), (Kassem & Lee, 2004), (Lien et al., 2002).

2.3 Ερευνητικά κενά και επιπτώσεις στην παρούσα μελέτη.

Από την υπάρχουσα βιβλιογραφία μπορεί να υποστηριχθεί, ότι η διατροφική συμπεριφορά των εφήβων έχει αλλάξει με την πάροδο του χρόνου, και ότι το φαστ φουντ έχει εισχωρήσει στην τρέχουσα διατροφή τους. Στην περιγραφή τους για την ανθυγιεινή διατροφή, οι έφηβοι συμπεριέλαβαν το φαστ φουντ, το οποίο, ωστόσο, δεν ορίστηκε συγκριμένα. Οι όροι πρόχειρο φαγητό και φαστ φουντ θεωρούνται παρεμφερείς, όταν όμως τους χρησιμοποιούν οι έφηβοι δεν γνωρίζουμε τι εννοούν και ποια τρόφιμα περιλαμβάνουν σε αυτήν την κατηγορία. Στις επιδημιολογικές μελέτες όπου χρησιμοποιείται ο όρος φαστ φουντ, δεν είναι ξεκάθαρο τι σημαίνει, παρόλο που σχετίζεται με την παχυσαρκία ή τις ασθένειες. Βάσει όσων γνωρίζουμε, δεν υπάρχει ακόμα κάποια ποιοτική μελέτη που να εξετάζει τον όρο «φαστ φουντ» αποκλειστικά για τους εφήβους.

Οι καθοριστικοί παράγοντες της (μη) υγιεινής διατροφής από ποιοτικά στοιχεία αναφέρονται στη βιβλιογραφία και από έρευνες σε Άγγλους εφήβους, όμως δεν υπάρχουν αντίστοιχες μελέτες στην Ελλάδα. Ωστόσο, παράγοντες που επηρεάζουν την ανθυγιεινή διατροφή στους εφήβους, δεν είναι απαραίτητο ότι επηρεάζουν μόνο την κατανάλωση φαστ φουντ. Το τι καθορίζει την κατανάλωση φαστ φουντ στους εφήβους μόνο δεν έχει εξεταστεί ακόμα. Οι νέοι φαίνεται να γνωρίζουν τα οφέλη της υγιεινής διατροφής, καθώς και τους κινδύνους της ανθυγιεινής, παρόλο που δεν είναι πάντα σημαντικοί για αυτούς. Επομένως, θα πρέπει επιπλέον να εξεταστεί η σημασία των παραγόντων που επηρεάζουν την κατανάλωση φαστ φουντ στους εφήβους, προκειμένου να κατανοήσουμε αν οι παράγοντες αυτοί πρέπει να αποτελέσουν στόχο μελλοντικών παρεμβάσεων.

Πάνω απ' όλα λαμβάνοντας υπόψη ότι η κατανάλωση φαστ φουντ είναι μια αναπτυσσόμενη τάση, και ότι είναι ιδιαίτερα δημοφιλής στους εφήβους, είναι πολύ σημαντικό να έχουμε μια καλύτερη εικόνα ως προς από τι αποτελείται. Πρέπει να κατανοήσουμε τον όρο φαστ φουντ και το τι καθορίζει την κατανάλωσή του αναγκαία, καθώς οι έφηβοι είναι μια ομάδα με μεγάλη καταναλωτική δύναμη, η οποία μπορεί και θα επηρεάσει τις επιλογές κατανάλωσης τροφίμων στο μέλλον. Ως εκ τούτου, αυτή η μελέτη θα ερευνήσει τη συχνότητα, τα είδη και τις συνήθειες που σχετίζονται με την κατανάλωση φαστ φουντ, καθώς και τους παράγοντες που την επηρεάζουν.

3. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

3.1. Σχεδιασμός

Επιλέχθηκε ένας ποιοτικός σχεδιασμός με ημι-δομημένες συνεντεύξεις, καθώς τα είδη φαστ φουντ που καταναλώνουν οι έφηβοι δεν έχουν εξεταστεί στο παρελθόν. Η ποιοτική έρευνα χρησιμοποιεί μια επαγωγική προσέγγιση και δημιουργεί θεωρίες οι οποίες προκύπτουν από υπάρχοντα δεδομένα (Bryman, 2008a). Μέσω της παρατήρησης προσπαθεί να ερμηνεύσει τα φαινόμενα του κόσμου και να προσφέρει μια περιγραφική εξήγηση (Bryman, 2008a). Ωστόσο, με σκοπό να αποκτηθεί μια καλύ-

τερη εικόνα όσον αφορά τη συχνότητα και τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνονται στην κάθε χώρα, χρησιμοποιήθηκε και μια ποσοτική προσέγγιση, με τη μορφή ενός μικρού ερωτηματολογίου. Η ποσοτική έρευνα χρησιμοποιεί μια συμπερασματική προσέγγιση και ελέγχοντας υπάρχουσες θεωρίες προσπαθεί να φτάσει σε αντικειμενικά συμπεράσματα για τον κόσμο (Bryman, 2008b). Ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά της είναι η χρήση στατιστικών μεθόδων, προκειμένου να δημιουργηθεί μια αριθμητική περιγραφή ορισμένων γεγονότων (Bryman, 2008b). Και οι δύο αυτές προσεγγίσεις απαντούν σε διαφορετικά είδη ερευνητικών ερωτημάτων, τα οποία βοηθούν στην κατανόηση του θέματος της έρευνας σε μεγαλύτερο βάθος.

Παράδειγμα

Ο όρος *παράδειγμα* (με την έννοια του *προτύπου- υποδείγματος* σε ότι αφορά τη δομή) αναφέρεται στον "τρόπο με τον οποίο πρέπει να γίνεται η έρευνα, τι θα πρέπει να μελετηθεί και πως πρέπει να ερμηνευθούν τα αποτελέσματα" (Bryman, 2008c). Στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιείται η *Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση* (Ε.Φ.Α.) (Interpretative Phenomenological Analysis -IPA), μια ποιοτική προσέγγιση η οποία είναι βασισμένη στο πρότυπο της Ερμηνευτικής (Bryman, 2008c). Η Ε.Φ.Α επιδιώκει να κατανοήσει τα βιώματα των ανθρώπων, εξετάζοντας τα λεγόμενά τους για τα βιώματα αυτά, και περιλαμβάνει 3 βασικούς τομείς: τη Φαινομενολογία, την Ερμηνευτική και την Ιδιογραφία. Η Φαινομενολογία αναφέρεται στην μελέτη των βιωμάτων, με άλλα λόγια την προσέγγιση των βιωμάτων που είναι σημαντικά για το άτομο. Η έννοια της Ερμηνευτικής είναι η ερμηνεία των βιωμάτων αυτών, καθώς ο ερευνητής προσπαθεί να κατανοήσει πώς εμφανίζεται ένα βίωμα στο άτομο, το οποίο σύμφωνα με την ιδιογραφία είναι συγκεκριμένο και εξετάζεται σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο (Smith et al., 2009b). Με άλλα λόγια, ο ερευνητής στην Ε.Φ.Α προσπαθεί να κατανοήσει και να δώσει ένα προσωπικό νόημα στο πως αντιλαμβάνονται οι άνθρωποι τα σημαντικά βιώματά τους.

3.2 Δείγμα και Περιβάλλον

Περιβάλλον.

Η προσέγγιση έγινε σε δύο σχολεία της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, ένα στην Ηλιούπολη, Αθήνα, Ελλάδα και ένα στο Νείλσι, Μπρίστολ, Ηνωμένο Βασίλειο. Για να είναι τα αποτελέσματα συγκρίσιμα, και τα δύο σχολεία βρίσκονταν σε περιοχές

παρόμοιας κοινωνικοοικονομικής θέσης. Επιπρόσθετα, δεν βρισκόταν πλησίον των σχολείων κανένα εστιατόριο φαστ φουντ, καθώς αυτό θα μπορούσε να είναι ένας πιθανός παράγοντας επιρροής στην συχνότητα της κατανάλωσης φαστ φουντ (Simon et al., 2008). Οι συνεντεύξεις έλαβαν χώρα σε γραφεία εντός των σχολείων, παρουσία καθηγητών.

Δείγμα

- **Εργαλείο επιλογής**

Η επιλογή και η πρόσληψη των συμμετεχόντων άρχισε αφού προηγουμένως είχαν λάβει τη δεοντολογική έγκριση από την Επιτροπή Δεοντολογίας του Τμήματος Άσκησης και Επιστημών Υγείας. Ένα εργαλείο επιλογής χρησιμοποιήθηκε για τον εντοπισμό εφήβων που καταναλώνουν φαστ φουντ τουλάχιστον δύο φορές την εβδομάδα. Δώδεκα Βρετανοί και 23 Έλληνες έφηβοι έλαβαν μέρος στην επιλογή. Το φαστ φουντ καθορίστηκε από τους εφήβους, αντί να χρησιμοποιηθούν οι ήδη υπάρχοντες ορισμοί όπως "τα τρόφιμα που συνδέονται με την πληρωμή πριν από το φαγητό και τη χρήση χαρτιού ή πλαστικού για να το σερβίρουν" (Schmidt et al., 2005). Το εργαλείο επιλογής περιλάμβανε επίσης ένα σύντομο ερωτηματολόγιο και δόθηκε σε όλους τους φοιτητές, ώστε να παρέχει την ένδειξη κατανάλωσης και συχνότητας φαστ φουντ. Το τελικό δείγμα επιλογής περιλάμβανε 23 Έλληνες εφήβους και 22 Βρετανούς εφήβους (N = 45) με μέση ηλικία 16,5 (\pm 0,51) έτη και 15 (\pm 0) έτη αντίστοιχα.

- **Συνεντεύξεις**

Η ποιοτική έρευνα δεν αναζητά ένα τυχαίο δείγμα ως αντιπροσωπευτικό όπως κάνουν οι ποσοτικοί ερευνητές, αλλά αποσκοπεί σε συμμετέχοντες που μπορούν να απαντήσουν στις ερωτήσεις της έρευνας, με άλλα λόγια σε μια δειγματοληψία σκοπιμότητας (Bryman, 2008a). Ο πληθυσμός-στόχος ήταν έφηβοι ηλικίας 16-17 ετών, καθώς αυτή είναι η ηλικία που οι περισσότεροι έφηβοι αρχίζουν να είναι διατροφικά ανεξάρτητοι και να κάνουν τις δικές τους επιλογές διατροφής (Story et al., 2002). Για την έρευνα επιλέχθηκαν αγόρια και κορίτσια, λόγω των διαφορετικών παραγόντων που διαπιστώθηκε ότι επηρεάζουν τη διατροφική τους συμπεριφορά (Backman

et al., 2002). Όσον αφορά τις συνεντεύξεις ο αρχικός στόχος ήταν να επιλεγθούν 10 Άγγλοι και 10 Έλληνες έφηβοι (10 αγόρια και 10 κορίτσια), οι οποίοι κατανάλωναν φαστ φουντ τουλάχιστον δύο φορές την εβδομάδα. Στην Ελλάδα επιλέχθηκαν 5 αγόρια και 5 κορίτσια ηλικίας 16-17 ετών, στο Ηνωμένο Βασίλειο όμως, επιλέχθηκαν 5 αγόρια και 3 κορίτσια ηλικίας 15-16 ετών, εξαιτίας της άδειας σπουδών των εφήβων ηλικίας 16-17 ετών. Επιλέχθηκε αυτό το δείγμα των 18 εφήβων, λόγω του ότι ήταν συχνότεροι καταναλωτές φαστ φουντ.

Στην Ελλάδα επιλέχθηκαν 10 έφηβοι (5 αγόρια και 5 κορίτσια) ηλικίας 16-17 ετών, εκ των οποίων κανένας δεν ήταν χορτοφάγος. Ο Δ.Μ.Σ (Δείκτης Μάζας Σώματος-Body Mass Index-BMI) τους ήταν εντός των ορίων του φυσιολογικού βάρους, αν και υπήρχαν κάποιες εξαιρέσεις υπέρβαρων ή ακόμη και ελλιπόβαρων εφήβων. Ωστόσο, επειδή ο Δ.Μ.Σ δεν είναι πάρα μόνο μια ένδειξη του σωματικού βάρους, δεν μπορεί να δώσει καμία πληροφορία για το ποσοστό του λιπώδους ή του μυϊκού ιστού και επομένως η ταξινόμηση της κατάστασης του βάρους τους, μπορεί να διαφέρει (Mahan & Escott-Stump, 2004a).

Στο Ηνωμένο Βασίλειο λόγω της άδειας σπουδών των εφήβων 16-17 ετών επιλέχθηκαν 5 αγόρια και 3 κορίτσια ηλικίας 15 ετών. Ο Δ.Μ.Σ τους ήταν επίσης εντός φυσιολογικών ορίων με ελάχιστες εξαιρέσεις υπέρβαρων και ελλιπόβαρων. Υπήρξε μόνο μια έφηβη η οποία ήταν χορτοφάγος, κατανάλωνε όμως αυγά και γαλακτοκομικά.

3.3 Οδηγίες Συνέντευξης και Θεωρητικό Πλαίσιο.

Προκειμένου να απαντήσουν στις ερωτήσεις της έρευνας, διεξήχθησαν ημιδομημένες συνεντεύξεις. Για τον σκοπό αυτό αναπτύχθηκε μια λίστα από ερωτήσεις, η οποία επέτρεψε στον ερευνητή να εξετάσει επιμελώς και να ζητήσει επιπρόσθετες ερωτήσεις, που προέκυπταν από την συζήτηση. Αυτό κατέστησε την διαδικασία της συνέντευξης ευέλικτη και επικεντρωμένη στην αντίληψη των ερωτηθέντων (Bryman, 2008a).

Η δομή του χρονοδιαγράμματος της συνέντευξης μπορεί να χωριστεί σε 2 γενικές κατηγορίες: τα είδη του φαστ φουντ και τους παράγοντες που επηρεάζουν την κα-

τανάλωσή του Στο πρώτο μέρος της συνέντευξης οι έφηβοι καλούνται να παράσχουν ένα ορισμό του φαστ φουντ, να περιγράψουν τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνουν και να αναφερθούν στις συνήθειες και σκέψεις που σχετίζονται με την κατανάλωσή του. Στην Ελλάδα υπήρχε μια επιπλέον ερώτηση σχετικά με τα πιάτα μεσογειακής διατροφής στα εστιατόρια φαστ φουντ, η οποία δεν συμπεριλήφθηκε στις βρετανικές συνεντεύξεις.

Στο δεύτερο μέρος, εξετάστηκαν οι παράγοντες που καθορίζουν την κατανάλωση του φαστ φουντ. Οι ερωτήσεις βασίζονται στην Θεωρία της Προσχεδιασμένης Συμπεριφοράς (Theory of Planned Behaviour -TPB), μια θεωρία η οποία διερευνά τους παράγοντες που καθορίζουν μια συμπεριφορά για την οποία οι άνθρωποι μπορεί να έχουν ελλιπή οικιοθελή έλεγχο. (Ajzen, 1988). Οι συμπεριφορές προς το φαστ φουντ διερευνήθηκαν σύμφωνα με δύο συνιστώσες : τα επιβλαβή και ευεργετικά αποτελέσματα, καθώς και τα ευχάριστα και δυσάρεστα αποτελέσματα. Τα κοινωνικά πρότυπα, τα οποία εκφράζουν τις προσδοκίες των σημαντικών άλλων καθώς και το κίνητρο να συμμορφωθούν με αυτές (Ajzen, 1988), εξετάστηκαν μέσω των απόψεών τους σχετικά με την κατανάλωση φαστ φουντ από τους εφήβους. Τέλος, ο Αντιληπτός Έλεγχος Συμπεριφοράς (Perceived Behavioural Control - PBC), ο οποίος ασχολείται με το πόσο έλεγχο έχει κάποιος στο να δεσμευτεί σε μια συγκεκριμένη συμπεριφορά (Ajzen, 1988), εκτιμήθηκε εξετάζοντας τους παράγοντες διευκόλυνσης και τα εμπόδια για την αλλαγή της συχνότητας κατανάλωσης φαστ φουντ.

3.4. Διαδικασία

3.4.1. Προσέγγιση σχολείων και πρόσληψη υποψηφίων.

Αρχικά, ο ερευνητής έστειλε μια επιστολή στους διευθυντές των δύο σχολείων, ώστε να τους ενημερώσει για την διεξαγωγή της έρευνας και να λάβει την άδειά τους. Μια πρώτη επίσκεψη πραγματοποιήθηκε στα σχολεία, κατά την οποία οι μαθητές ενημερώθηκαν προφορικά για την μελέτη. Το μέσο διαλογής δόθηκε στους εφήβους και οι έφηβοι κλήθηκαν να το συμπληρώσουν και να το επιστρέψουν στον ερευνητή. Το μέσο διαλογής έδειξε ότι οι έφηβοι που καταναλώναν φαστ φούντ τουλάχιστον

στον δύο φορές την εβδομάδα ήταν λίγοι, όποτε συμπεριλήφθηκαν στην έρευνα και έφηβοι που κατανάλωναν φαστ φούντ τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα. Αυτή η αλλαγή στη συχνότητα πρόσληψης συνέβη μόνο αφού προηγουμένως είχε ελεγχθεί ότι η συχνότητα του μεγαλύτερου δείγματος εφήβων ήταν παρόμοια.

Σε αυτούς που συμφώνησαν να συμμετάσχουν στη συνέντευξη, ο ερευνητής παρέδωσε ένα ενημερωτικό φυλλάδιο καθώς και ένα έντυπο συγκατάθεσης για να τα συμπληρώσουν και να τα επιστρέψουν την ημέρα της συνέντευξης. Στην Αγγλία δόθηκαν επίσης ένα ενημερωτικό φυλλάδιο και ένα έντυπο συγκατάθεσης για τους γονείς, επειδή κάποιοι από τους εφήβους ήταν κάτω των 16 ετών.

3.4.2. Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων.

Η απόκτηση των δεδομένων για την συχνότητα κατανάλωσης και τα είδη του φαστ φούντ έγινε μέσω μικρών ερωτηματολογίων, τα οποία δόθηκαν σε όλους τους μαθητές κάθε σχολείου που επισκέφθηκαν. Οι συνεντεύξεις διεξήχθησαν σε μια ήσυχη αίθουσα του σχολείου όπου καθηγητές ήταν παρόντες και διήρκεσαν περίπου 15-20 λεπτά.. Όλοι οι μαθητές έφεραν τα έντυπα συγκατάθεσης υπογεγραμμένα.

Πριν από την έναρξη κάθε συνέντευξης διατέθηκαν μερικά λεπτά για να εξηγήσουν τη διαδικασία, να απαντήσουν σε πιθανές ερωτήσεις καθώς και να κάνουν τον ερωτώμενο να αισθάνεται πιο άνετα με μια άτυπη συζήτηση και ως εκ τούτου να βελτιώσουν την επικοινωνία.

Οι έφηβοι ρωτήθηκαν, επίσης, για την ηλικία, το βάρος, το ύψος τους και για το αν ήταν χορτοφάγοι και βεβαιώθηκαν ότι τα ονόματά τους δεν επρόκειτο να χρησιμοποιηθούν. Στις συνεντεύξεις χρησιμοποιήθηκε μια ψηφιακή συσκευή φωνητικής εγγραφής, η οποία έδωσε την δυνατότητα να αναλυθούν προσεκτικά τα αποτελέσματα. Στο τέλος της συνέντευξης, οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν για τις σκέψεις τους όσον αφορά τη συνέντευξη και για τυχόν στιγμές ή ερωτήσεις που τους έκαναν να αισθανθούν άβολα μετά από τις οποίες τους ευχαρίστησαν για τη συμμετοχή τους. Οι απομαγνητοφωνήσεις μεταγράφηκαν αυτολεξεί και οι ελληνικές μεταφράστηκαν στα αγγλικά. Προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι η σημασία των απομαγνητοφωνήσεων δεν είχε αλλάξει λόγω της μετάφρασης, οι μεταφρασμένες απομαγνητοφωνή-

σεις μεταφράστηκαν ξανά στα ελληνικά και συγκρίθηκαν τα δύο αντίγραφα. Το μεγαλύτερο μέρος του εγγράφου συμφωνούσε με το μεταφρασμένο, εκτός από ορισμένες εκφράσεις που μεταφράστηκαν εκ νέου.

3.5. Ανάλυση Δεδομένων.

Η ανάλυση των δεδομένων περιλάμβανε τη στατιστική ανάλυση των ερωτηματολογίων και την εφαρμογή βασικών αρχών της Ερμηνευτικής φαινομενολογικής ανάλυσης για τις συνεντεύξεις.

Ποσοτική ανάλυση: Όσον αφορά τα ποσοτικά δεδομένα, χρησιμοποιήθηκαν για να παράσχουν περιγραφικά στατιστικά στοιχεία για το ευρύτερο δείγμα εφήβων, προκειμένου να υποστηρίξουν τα στοιχεία των συνεντεύξεων. Δεν διεξήχθησαν στατιστικές δοκιμές καθώς το δείγμα ήταν πολύ μικρό και οι πιθανότητες σφάλματος τύπου I ήταν υψηλές. Οι τιμές παρουσιάζονται ως ποσοστά. Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό λογισμικό SPSS 17.0 (Statistical Package for Social Sciences - Στατιστικό Πακέτο για τις Κοινωνικές Επιστήμες).

Ποιοτική ανάλυση: Αρχικά, οι απομαγνητοφωνήσεις αναγνώστηκαν κατ' επανάληψη για εξοικείωση του ερευνητή. Παράλληλα με την ανάγνωση τους ο ερευνητής άκουγε τις ηχογραφήσεις, για να έχει μια καλύτερη εικόνα των δεδομένων ακούγοντας την φωνή και τον τόνο των συμμετεχόντων. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην ερμηνεία των δεδομένων, καθώς ο ερευνητής προσπαθεί να κατανοήσει πώς οι συμμετέχοντες αξιολογούν τις εμπειρίες και τις καταστάσεις που περιγράφουν (Smith et al., 2009b). Μετά την πρώτη ανάγνωση των απομαγνητοφωνήσεων, ο ερευνητής ξεκίνησε την αρχική κωδικοποίηση υπογραμμίζοντας και σημειώνοντας τα σημαντικότερα σημεία τους. Η αρχική κωδικοποίηση επέτρεψε στον ερευνητή να κάνει περιγραφικά σχόλια σύμφωνα με τα όσα είπαν οι συμμετέχοντες, καθώς και εννοιολογικές παρατηρήσεις που συμπεριελάμβαναν ερωτήσεις και σημειώσεις σχετικά με το τι ο ερευνητής θεώρησε σημαντικό (Smith, Flowers & Larkin, 2009a). Σε αυτό το σημείο, πρέπει να αναφερθεί ο προσωπικός συλλογισμός του ερευνητή, ο οποίος εξαρτάται από το πώς ο ερευνητής αντιλαμβάνεται και ερμηνεύει τα λεγόμενα, και κάνει ορισμένες εννοιολογικές παρατηρήσεις (Smith et al., 2009a). Η αρχική κωδικοποίηση είναι ένα σημαντικό κομμάτι της αναλυτικής διαδικασίας, η οποία μπορεί

επίσης να βρεθεί και σε άλλες προσεγγίσεις, όπως η Εμπειρικά Θεμελιωμένη Θεωρία (grounded theory) (Gilbert, 2008a).

Μετά την αρχική κωδικοποίηση αναπτύχθηκαν τα αναδυόμενα θέματα προέκυψαν, με άλλα λόγια ευρύτερες κατηγορίες με παρεμφερής αρχικές σημειώσεις. Αυτά τα θέματα, είναι αποτέλεσμα μιας «συνεργατικής διαδικασίας περιγραφής και ερμηνείας», καθώς τα αρχικά λεγόμενα των συμμετεχόντων συνδυάζονται με την ερμηνεία του ερευνητή (Smith et al., 2009a). Για την ανάλυση και την κατανόηση των θεμάτων αυτών, λήφθηκε υπόψη ο «Ερμηνευτικός κύκλος» (Smith, 2007), όπου η κατανόηση του μέρους απαιτεί εξέταση του όλου, και η κατανόηση του όλου απαιτεί εξέταση του μέρους. Έτσι, τα αναδυόμενα θέματα εξετάστηκαν σε σχέση με ολόκληρο το πλαίσιο των απομαγνητοφωνήσεων, καθώς και ανεξάρτητα από αυτό. Η επαγωγή των θεμάτων (Smith et al., 2009a), με άλλα λόγια η ομαδοποίησή τους, δημιούργησε ευρεία συμπλέγματα, τα οποία ο ερευνητής προσπάθησε να συνδέσει και να βρει πιθανές αλληλεπιδράσεις. Η ανάπτυξη των συμπλεγμάτων αυτών βασίστηκε στην προσωπική ερμηνεία των δεδομένων από τον εκάστοτε ερευνητή.

Μέτρηση της ποιότητας στην ποιοτική έρευνα.

Η αξιοπιστία και η εγκυρότητα είναι δύο βασικές έννοιες που χρησιμοποιούνται στην ποσοτική έρευνα για τη μέτρηση της ποιότητας της έρευνας (Bryman, 2008b). Στην ποιοτική έρευνα, η ποιότητα μετράται σύμφωνα με την αυθεντικότητα και την αξιοπιστία, η οποία έχει 4 κριτήρια: φερεγγυότητα, μεταδοτικότητα, αξιοπιστία, επιβεβαιωσιμότητα (Bryman, 2008a). Η φερεγγυότητα είναι μια ένδειξη της αξίας της έρευνας και επιτεύχθηκε με τριγωνισμό όπου οι αρχικές σημειώσεις και τα αναδυόμενα θέματα συγκρίθηκαν από έναν άλλο μαθητευόμενο ερευνητή, ο οποίος έκανε, επίσης, μια ποιοτική μελέτη. Η μεταδοτικότητα αναφέρεται στη γενίκευση των αποτελεσμάτων και επειδή περιγράφεται το δείγμα και το περιβάλλον, είναι ευθύνη του αναγνώστη να αποφασίσει για αυτό (Bryman, 2008a). Η αξιοπιστία και η επιβεβαιωσιμότητα δεν επιτεύχθηκαν μιας και η ερευνητική διαδικασία δεν είχε ελεγχθεί εξωτερικά. Τέλος, η αυθεντικότητα επιτεύχθηκε καθώς υπάρχουν διάφορες απόψεις και διαφορετικές απόψεις των συμμετεχόντων γύρω από την κατανάλωση φαστ φούντ.

5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η κατανάλωση φαστ φουντ είναι μια αναπτυσσόμενη τάση που παίζει καθοριστικό ρόλο στις διατροφικές συνήθειες των εφήβων. Οι έφηβοι όρισαν το φαστ φουντ ως «φαγητό που είναι άθλια παρασκευασμένο, ανθυγιεινό, που περιέχει επιβλαβή συστατικά και μπορεί να αγοραστεί εκτός σπιτιού», ενώ θεωρούνταν, επίσης, φθηνό, γρήγορο και εύκολο. Αυτά τα χαρακτηριστικά έχουν επισημανθεί σε προηγούμενες ποιοτικές μελέτες για την ανθυγιεινή διατροφή (Neumark-Sztainer et al., 1999). Βάσει όσων γνωρίζουμε, έχει υπάρξει μόνο μία μελέτη που εξέτασε τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνονται. Όμως, αυτή η μελέτη αναφερόταν σε ενήλικες, και εξέτασε τις προτιμήσεις τους στο φαστ φουντ συγκεντρώνοντας αποδείξεις των αγορών τους. Για αυτόν τον λόγο η κατανάλωση των τροφών αυτών δεν έχει επιβεβαιωθεί (Dumanovsky, Nonas, Huang et al., 2009).

Το δυτικού τύπου φαστ φουντ ήταν δημοφιλές και στις δύο χώρες, αλλά, επίσης, κάθε χώρα παρουσίασε διαφορετικές επιλογές φαστ φουντ σύμφωνα με το παραδοσιακό της φαγητό. Στην Ελλάδα, οι έφηβοι έδειξαν μεγαλύτερο ενδιαφέρον για το ελληνικό σουβλάκι, ενώ στο Ηνωμένο Βασίλειο στους εφήβους άρεσαν εθνικού τύπου φαγητά, όπως το Ινδικό ή το Κινέζικο. Πέρα από την διαφορετική διατροφική κουλτούρα, η οποία οδήγησε σε παρατηρούμενες διαφορές στο εθνικού τύπου φαστ φουντ, πρέπει να ληφθεί υπόψη η επικράτηση του δυτικού τύπου. Είναι φανερό ότι, «η Αμερικάνικη επιρροή και η υπόσχεση για εκσυγχρονισμό» (Schlosser, 2001), έχει επηρεάσει διάφορες διατροφικές κουλτούρες σε όλο τον κόσμο, με αποτέλεσμα την αυξημένη προτίμηση αλυσίδων παροχής δικαιοχρησίας φαστ φουντ.

5.1. Συνήθειες γύρω από την ανθυγιεινή διατροφή.

Οι περισσότεροι έφηβοι κατανάλωναν συνήθως φαστ φουντ 1-2 φορές/εβδομάδα, συχνότητα που συμφωνούσε με το μεγαλύτερο δείγμα εφήβων, αν και ήταν πολύ χαμηλότερη συγκριτικά με άλλες επιδημιολογικές μελέτες (Paeratakul et al., 2003). Αυτό θέτει το ερώτημα του πώς αντιλαμβάνονται οι έφηβοι το φαστ φουντ, και ποια είδη συμπεριλαμβάνουν σε αυτό, καθώς και το πόσο ειλικρινείς ήταν στις απαντή-

σεις τους. Συνεπώς, πρέπει να δοθεί προσοχή όταν συγκρίνουμε τη συχνότητα κατανάλωσης φαστ φουντ, καθώς ο όρος φαστ φουντ μπορεί να διαφέρει. Σε περιπτώσεις που παρατηρήθηκε υπερκατανάλωση οι έφηβοι προσπαθούσαν να αντισταθμίσουν το διατροφικό τους πρόγραμμα. Αυτό μπορεί να είναι αποτέλεσμα του κανονικού τους βάρους καθώς οι αδύνατοι έφηβοι είναι πιθανότερο να αντισταθμίζουν τη διατροφή τους ή μιας προσπάθειας να διατηρήσουν ένα χαμηλό βάρος, (Ebbeling, Sinclair, Pereira et al., 2004).

Ένα ακόμα ενδιαφέρον εύρημα, ήταν οι διαφορές στην κατανάλωση φαστ φουντ σύμφωνα με την τοποθεσία. Το γεύμα σε ένα εστιατόριο συνδέθηκε με τις κοινωνικές επαφές μεταξύ των εφήβων, και διαπιστώθηκε ότι είναι πιο ευχάριστο από το γεύμα στο σπίτι. Ωστόσο η κατανάλωση φαγητού στο εστιατόριο προήγαγε την κατανάλωση μεγαλύτερης ποσότητας φαγητού, πιθανώς επειδή το γεύμα με οικεία πρόσωπα είναι μια χαλαρωτική δραστηριότητα, η οποία αυξάνει τη διάρκεια του γεύματος και κατ' επέκταση την έκθεση στο φαγητό (Hetherington, Anderson, Norton et al., 2006). Κατά αυτόν τον τρόπο ενθαρρύνεται η υπερκατανάλωση. Από την άλλη πλευρά, έφηβοι που ακολουθούσαν ένα πιο υγιεινό πρότυπο διατροφής, προτιμούσαν να καταναλώνουν φαστ φουντ στο σπίτι, προκειμένου να αποφύγουν το αίσθημα ενοχής όταν έτρωγαν μπροστά σε άλλους. Αποδείχθηκε ότι η το αίσθημα της ενοχής συνοδεύεται από την ανθυγιεινή διατροφή ενώ η υγιεινή διατροφή έχει συνήθως ψυχολογικά οφέλη, όπως το αίσθημα της αυτό-ανταμοιβής (O'Dea, 2003).

Αξίζει, επίσης, να αναφερθεί, ότι το φαστ φουντ συνήθως δεν ήταν το μεγαλύτερο γεύμα της ημέρας. Καθώς το μεσημεριανό είναι το μεγαλύτερο γεύμα, οι Έλληνες έφηβοι συνήθως κατανάλωναν φαστ φουντ για βραδινό, και οι Βρετανοί έφηβοι συνήθως κατανάλωναν φαστ φουντ την ώρα του μεσημεριανού. Γνωρίζουμε από άλλες μελέτες, ότι η περιορισμένη διαθεσιμότητα φαγώσιμων στο σπίτι οδηγεί τους εφήβους να καταναλώνουν φαστ φουντ συχνότερα (Neumark-Sztainer et al., 1999), αλλά, δεν γνωρίζουμε αν η διαθεσιμότητα φαγώσιμων στο σπίτι διαφέρει μεταξύ των γευμάτων.

5.2 Πεποιθήσεις για το φαστ φουντ.

Προ πάντων, υπήρχε μια «εσωτερική προτίμηση» των εφήβων για το φαστ φουντ λόγω της καλής του γεύσης και του αισθήματος κορεσμού που επιφέρει. Η γεύση είναι ένας παράγοντας που έχει αποδειχθεί στο παρελθόν να ενθαρρύνει τους εφήβους να επιλέγουν λιγότερο υγιεινά φαγητά (Fitzgerald et al., 2010), ενώ το αίσθημα κορεσμού ήταν, σημαντικό στην επιλογή ενός συγκεκριμένου είδους φαστ φουντ (Neumark-Sztainer et al., 1999). Οι έφηβοι πίστευαν ότι έκαναν τις επιλογές τους σύμφωνα με την πείνα τους, αν και μερικές φορές ένιωθαν μια δυσφορία μετά το γεύμα. Αυτό μπορεί να οφείλεται στις μεγάλες μερίδες ή στην γρήγορη κατανάλωση επεξεργασμένων τροφίμων, τα οποία έχουν συσχετιστεί στο παρελθόν με την παθητική υπερκατανάλωση (Kral & Rolls, 2004), (De Graaf & Kok, 2010).

Από την άλλη πλευρά, η ποιότητα του φαστ φουντ θεωρήθηκε φτωχή και ιδιαίτερα το δυτικού τύπου φαστ φουντ το οποίο οι Έλληνες έφηβοι περιέγραψαν ως «πλαστικό». Οι Αμερικανοί έφηβοι αναφέρθηκαν, επίσης, σε αυτό το είδος τροφίμων και χρησιμοποίησαν έναν παρόμοιο όρο, περιγράφοντας το ως «τεχνητά παρασκευασμένο» (Croll et al., 2001). Η χρήση αυτών των χαρακτηρισμών είναι πιθανόν να έχει επηρεαστεί από ταινίες, βιβλία ή εκστρατείες ενημέρωσης, οι οποίες αποκαλύπτουν την αρνητική και επιβλαβή πλευρά του φαστ φουντ (Schlosser, 2001). Πρόσφατα παρουσιάστηκε «το σχέδιο Happy Meal του ΜακΝτόναλντς», το οποίο περιελάμβανε μια σειρά από φωτογραφίες που τραβήχτηκαν από την φωτογράφο Σάλι Ντέιβις (www.sallydaviesphoto.com, 2010) και οι οποίες δείχνουν ένα χάμπουργκερ με τυρί και μια μερίδα πατάτες σε διάρκεια 137 ημερών (Εικόνα 1 και Εικόνα 2)

Εικόνα 1: happy meal του ΜακΝτοναλντς ημέρα 1^η



Εικόνα 2: happy meal του ΜακΝτοναλντς ημέρα 137



Ένας λόγος για τον οποίο το φαστ φουντ θεωρούνταν επιτυχημένο, ήταν ότι καλύπτει ορισμένες ανάγκες. Οι έφηβοι ανέφεραν ότι έπαιρναν ένα συγκεκριμένο χρηματικό ποσό από τους γονείς τους, και λόγω αυτού χρειάζονταν φθηνό φαγητό. Ο συνδυασμός φθηνών τροφίμων σε μεγάλες ποσότητες δημιουργεί γεύματα αξίας, τα οποία γενικά θεωρούνται άξια αγοράς. Αυτό όμως, ήταν κυρίως άποψη των Βρετανών εφήβων, πιθανώς επειδή στις εταιρίες δικαιοχρησίας φαστ φουντ, όπως το ΜακΝτοναλντς και το Μπέργκερ Κίνγκ, μπορούσαν να βρουν καλύτερες προσφορές στα γεύματα (www.mcdonalds.co.uk, 2010).

Επιπρόσθετα, οι έφηβοι λόγω του φορτωμένου τους προγράμματος, αναζητούν τρόφιμα τα οποία είναι βολικά και τα βρίσκεις εύκολα. Η μεγάλη διαθεσιμότητα εστιατορίων φαστ φουντ, του ΜακΝτοναλντς στην παρούσα μελέτη, έχει συσχετιστεί στο παρελθόν με την αυξημένη κατανάλωση φαστ φουντ (Simon et al., 2008). Πέραν της διαθεσιμότητας, το φαστ φουντ έχει ορισμένα χαρακτηριστικά ευκολίας, όπως ότι δεν χρειάζεται κάποια προετοιμασία ή καθάρισμα μετά, τα οποία αποτελούν σημαντικούς λόγους για την επιλογή του. Σε μια γερμανική μελέτη, τα προμαγειρεμένα φαγητά καταναλώνονταν από πολλούς εφήβους, και η κατανάλωση τους αυξανόταν ανάλογα με την ηλικία (Alexy et al., 2008).

Οι έφηβοι αναγνώρισαν ότι το φαστ φουντ ήταν ανθυγιεινό, και το απέδωσαν είτε στην περιεκτικότητά του σε λίπος, είτε στα άλλα διαπιστωμένα επιβλαβή συστατικά του. Παρόλο που, το φαστ φουντ περιέχει περισσότερα κορεσμένα λίπη, και εξαιτίας αυτού συνεισφέρει σε μελλοντικά προβλήματα υγείας (French et al., 2001), παρατηρήσαμε ότι κατά γενική ομολογία οι έφηβοι πίστευαν ότι το λίπος είναι κακό. Λιγότερο λιπαρές επιλογές περιγράφηκαν ως ελαφριές, χαρακτηρισμός που χρησιμοποιούνταν από τους εφήβους όταν αναφέρονταν σε πιο υγιεινές διατροφικές επιλογές. Πρώτον, αυτό μπορεί να υποδείξει ότι το ελαφρύ φαγητό, με άλλα λόγια το φαγητό με λιγότερο λίπος, θεωρείται πιο υγιεινό, και δεύτερον ότι οι έφηβοι ίσως να μην ξεχωρίζουν τη διαφορά μεταξύ κορεσμένου και ακόρεστου λίπους πιθανώς λόγω της έλλειψης διατροφικών γνώσεων.

Όσον αφορά τη θρεπτική αξία του φαστ φουντ, οι έφηβοι τη συνδυάζουν κυρίως με τις θερμίδες, παρόλο που γνωρίζουν πως αυτό συμβάλλει σε ασθένειες. Ωστόσο, η γνώση των διατροφικών πληροφοριών, δεν θεωρούνταν σημαντικός παράγοντας στην επιλογή του φαστ φουντ, υποδεικνύοντας κατά αυτόν τον τρόπο μια απάθεια για την υγιεινή διατροφή σε αυτήν την ηλικία, που είχε διαπιστωθεί στο παρελθόν (Croll et al., 2001). Ενδιαφέρον αποτελεί το γεγονός ότι σε μελέτες που εξέταζαν την ανθυγιεινή διατροφή, είναι ότι οι έφηβοι αναφέρθηκαν σε έλλειψη βιταμινών και επομένως σε αρνητικές συνέπειες για το δέρμα και την εμφάνιση του προσώπου (Fitzgerald et al., 2010). Αυτά τα ζητήματα δεν αναφέρθηκαν από τους εφήβους αυτής της μελέτης, υποδεικνύοντας ότι για την κατανάλωση φαστ φουντ μπορεί να υπερισχύουν άλλοι παράγοντες, όπως η γεύση.

Παρόλο που το φαστ φουντ ορίζεται ως ανθυγιεινό, οι έφηβοι παραδέχονται ότι μπορούν να βρουν πιο υγιεινές επιλογές σε ένα εστιατόριο φαστ φουντ. Αυτό που αναφερόταν περισσότερο ήταν οι σαλάτες και ειδικά η σαλάτα του Καίσαρα. Αξίζει, όμως, να αναφερθεί, ότι μια σαλάτα του Καίσαρα στα Γκουντις έχει περίπου 500 θερμίδες και στα ΜακΝτοναλτς περίπου 300, οι οποίες είναι σχεδόν ίδιες με τις θερμίδες ενός χάμπουργκερ με τυρί (480 θερμίδες στα Γκουντις και 295 θερμίδες στα ΜακΝτοναλτς) (www.goodysnet.com, 2010), (www.mcdonalds.co.uk, 2010). Οι έφηβοι ανέφεραν μια μικρή ποικιλία υγιεινών επιλογών, εστιάζοντας κυρίως στις σαλάτες, το οποίο υποστηρίζεται από προηγούμενα ευρήματα, όπου οι έφηβοι έδειχναν περισσότερο ενδιαφέρον για ανθυγιεινά τρόφιμα και επομένως ανέφεραν πε-

ρισσότερες ανθυγιεινές από ότι υγιεινές επιλογές (Stevenson et al., 2007). Στην Ελλάδα τα μεσογειακά γεύματα θεωρούνταν πιο υγιεινά ιδιαίτερα από κορίτσια, τα οποία φαίνονται να αποδέχονται και να καταναλώνουν πιο εύκολα υγιεινά φαγητά (Croll et al., 2001). Οι ανησυχίες για την εικόνα του σώματός τους πιθανώς εξηγούν τις επιλογές αυτές μέχρι ένα σημείο, καθώς τα κορίτσια συνηθίζουν να δίνουν περισσότερη σημασία στην διατροφή τους, με σκοπό να αποκτήσουν ένα ελκυστικό σώμα (Fitzgerald et al., 2010). Παρόλα αυτά, οι έφηβοι πίστευαν ότι τα υγιεινά φαστ φουντ στερούνται της αισθητικής των τροφίμων, γεγονός που επιβεβαιώνει την εικόνα των υγιεινών τροφίμων ως λιγότερο ελκυστικών (Stevenson et al., 2007).

5.3. Παράγοντες που επηρεάζουν τις προθέσεις για κατανάλωση φαστ φουντ.

Η πρόθεση των εφήβων να καταναλώσουν φαστ φουντ συζητήθηκε σύμφωνα με την συμπεριφορά τους, την κοινωνική πίεση που αντιμετωπίζουν και τον έλεγχο που είχαν απέναντι στο φαστ φουντ.

Η συμπεριφορά που είχαν προς το φαστ φουντ ήταν γενικά θετική αλλά και δυναμική. Για τους περισσότερους εφήβους η γεύση ήταν το πιο σημαντικό και ευχάριστο χαρακτηριστικό του φαστ φουντ, ενώ εκείνοι που τους αρέσει και που ασχολούνταν με τη μαγειρική δεν την θεωρούσαν τόσο σημαντική. Αυτό μπορεί μερικώς να οφείλεται στην αυξημένη ηλικιακή αυτονομία των εφήβων αυτών (Stok, De Ridder, Adriaanse et al., 2010), με άλλα λόγια στο κίνητρό τους να μάθουν να είναι υπεύθυνοι για τους εαυτούς τους. Η ηλικιακή αυτονομία έχει συσχετιστεί στο παρελθόν με πιο υγιεινές διατροφικές επιλογές (Stok et al., 2010).

Πέραν της γεύσης, το φαστ φουντ φαινόταν ότι δημιουργούσε έναν άλλο κόσμο για τους εφήβους, όπου μπορούσαν να ξεφύγουν από τη συνηθισμένη υγιεινή διατροφή του σπιτιού. Ο αυξημένος έλεγχος των γονέων στα τρόφιμα μπορεί να συνεισφέρει στις αυξημένες υγιεινές επιλογές στο σπίτι (Neumark-Sztainer et al., 1999) ωστόσο, πρέπει να δοθεί προσοχή στον τρόπο με τον οποίο παραδίδεται αυτό το μήνυμα στους εφήβους. Η κατάταξη των τροφίμων σε «καλά» και «κακά» από τους γονείς, μπορεί να ενθαρρύνει την ανάγκη για διαφυγή, ενώ πρέπει να ληφθεί υπόψιν το γεγονός ότι η υγιεινή διατροφή συνοδεύεται συνήθως από τον αυξημένο έλεγχο των γονέων (Stevenson et al., 2007).

Οι έφηβοι εκτιμούσαν επίσης το φαστ φουντ επειδή συνέβαλε στη συναισθηματική τους ευεξία. Η περιεκτικότητά του σε υδατάνθρακες μπορεί να αυξήσει τα επίπεδα σεροτονίνης στον εγκέφαλο και έτσι να δημιουργήσει μια αίσθηση ευφορίας (Mela & Rogers, 1998b), ενώ η φυσική ανταμοιβή είναι μια άλλη βασική πτυχή που συνδέεται με την κατανάλωση αντιληπτών ανθυγιεινών επιλογών (Stevenson et Al., 2007).

Από την άλλη πλευρά, οι έφηβοι είχαν αρνητική συμπεριφορά ιδιαίτερα προς την αντίληψη των μελλοντικών κινδύνων για την υγεία. Παρόλα αυτά, η εμφάνιση ενός προβλήματος υγείας δεν θεωρούνταν σημαντική, καθώς, συνήθως σε αυτή την ηλικία, η υγεία θεωρείται «δεδομένη» (Ridder, Heuvelmans, Visscher et al., 2010). Η μείωση της κατανάλωσης φαστ φουντ με σκοπό να αποφευχθούν μελλοντικά προβλήματα υγείας δεν ήταν προτεραιότητα (Croll et al., 2001), και γινόταν σημαντική μόνο σαν αποτέλεσμα κακού προτύπου, κυρίως από την οικογένεια. Σε προηγούμενες μελέτες, οι έφηβοι είχαν αναφερθεί στα πρότυπά τους ως κίνητρα για να τρέφονται υγιεινά (Neumark-Sztainer et al., 1999).

Επιπρόσθετα, η υπερβαρία, όπως και σε άλλες μελέτες, θεωρήθηκε αρνητική επίπτωση, κυρίως από τα κορίτσια (Ridder et al., 2010). Βέβαια, θα μπορούσε να υποστηριχθεί, ότι η μέτρια κατανάλωση φαστ φουντ των εφήβων οδήγησε σε μια απάθεια προς τα αρνητικά αποτελέσματα, πιθανώς επειδή η εξισορρόπηση μεταξύ υγιεινών και ανθυγιεινών τροφίμων θεωρείται ένα υγιές πρότυπο διατροφής (Croll et al., 2001). Η μέτρια κατανάλωση μπορεί να αναφέρεται στον αριθμό των γευμάτων, στην ποσότητα της τροφής που καταναλώνεται, ή στην ποικιλία των τροφίμων (Croll et al., 2001), αν και αυτά δεν προσδιορίστηκαν στην παρούσα μελέτη.

Οι κοινωνικές πιέσεις που αντιμετώπιζαν οι έφηβοι από την οικογένεια και τους συνομηλίκους τους, τους επηρέαζαν ως έναν βαθμό. Από την μια πλευρά, η οικογένεια συνήθως καταναλώνει φαστ φουντ σπανιότερα από τους εφήβους, και σε περιπτώσεις υπερκατανάλωσης προτείνει την μείωση ή την αποφυγή ορισμένων ειδών φαστ φουντ. Παρόλο που οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ γονέων και εφήβων δεν εξετάστηκαν, αυτή η γενική και έμμεση συμβουλή μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα την καλή υγεία και το φυσιολογικό βάρος των εφήβων (Shrewsbury, King, Hattersley et al., 2010), γεγονός το οποίο ικανοποιεί τους γονείς.

Η χρήση του φαστ φουντ ως κέρασμα από τους γονείς, ενδυνάμωσε τα θετικά συναισθήματα που συνοδεύονται από τα κέρασματα, αυξάνοντας κατά αυτόν τον τρόπο το χάσμα μεταξύ του «καλού» (στο σπίτι) και του «κακού» φαγητού (εκτός σπιτιού) (Stevenson et al., 2007). Επιπρόσθετα, ο περιορισμένος χρόνος των γονέων οδήγησε στην κατανάλωση φαστ φουντ (Boutelle et al., 2007), καθώς και στην προετοιμασία έτοιμων γευμάτων, ο οποίος πιθανώς να είναι ένας δυσλειτουργικός τρόπος για να αυξηθεί η αυτονομία των εφήβων (Hill, 2002). Παρόλα αυτά, οι έφηβοι δεν φάνηκε να εκτιμούν την γνώμη των γονέων τους, δείχνοντας μια αυτό-παρουσιαζόμενη αυτονομία, η οποία σχετίζεται με την ανθυγιεινή διατροφή (Stok et al., 2010).

Από την άλλη πλευρά, οι συνομήλικοι καταναλώναν συνήθως φαστ φουντ με την ίδια συχνότητα, το οποίο οδηγεί σε μία γενικότερη αποδοχή της κατανάλωσης φαστ φουντ. Είναι γεγονός, ότι οι έφηβοι όταν γευματίζουν εκτός σπιτιού με συνομήλικούς τους, τείνουν να κάνουν πιο ανθυγιεινές επιλογές, πιθανότατα λόγω της αυξημένης τους αυτονομίας (Fitzgerald et al., 2010). Θα μπορούσε να υποστηριχθεί, ότι για μια τόσο ευρέως αποδεκτή συμπεριφορά μεταξύ εφήβων, όπως η κατανάλωση φαστ φουντ, η υποστήριξη για αλλαγή στην συχνότητά της ήταν πολύ μικρή.

Όσον αφορά τον διατροφικό έλεγχο, τα ψυχολογικά οφέλη που προσέφερε το φαστ φουντ ήταν οι σημαντικότεροι φραγμοί στη μείωση της συχνότητάς του. Ομοίως με άλλες μελέτες, η ωραία γεύση του φαστ φουντ προσέφερε μια εσωτερική ανταμοιβή και δημιούργησε μια ανάγκη για αυτό, στην οποία είναι δύσκολο να αντισταθεί κανείς (Stevenson et al., 2007). Οι έφηβοι επίσης, τόνισαν την επιθυμία τους για αυτονομία αναφέροντας το φαστ φουντ σαν δική τους επιλογή, υποδηλώνοντας ότι το εσωτερικό κίνητρο μπορεί να είναι σημαντικότερο στην κατεύθυνση των επιλογών τους. Από την άλλη πλευρά, ακόμη και αν οι έφηβοι δεν είχαν σκοπό να καταναλώσουν φαστ φουντ, το έκαναν εξαιτίας εξωτερικών παραγόντων, όπως η έκθεση στο φαγητό. Αυτό το είδος κατανάλωσης λόγω εξωτερικών παραγόντων, το οποίο δεν υποκινείται από πείνα, υποδηλώνει ότι το φαστ φουντ δεν είναι υπό τον πλήρη οικιοθελή έλεγχο των εφήβων (Ajzen, 1988).

Μπορεί να υποστηριχθεί, ότι η πρόθεση για κατανάλωση φαστ φουντ έχει επηρεαστεί από τις συμπεριφορές, τα κοινωνικά πρότυπα και τον αντιληπτό έλεγχο της συ-

μπεριφοράς, αν και ο πιθανός μη-βουλητικός χαρακτήρας της κατανάλωσης φαστ φουντ ίσως υποδεικνύει την χρήση των θεωριών των κινήτρων στο μέλλον.

5.4 Περιορισμοί.

Λαμβάνοντας υπόψη την μεθοδολογία της μελέτης, αξίζει να αναφερθούν οι περιορισμοί που παρουσιάστηκαν. Αρχικά, η σχετικά χαμηλή συχνότητα κατανάλωσης φαστ φουντ που αναφέρθηκε από τους εφήβους θα μπορούσε να οδηγήσει σε διαφορετικά ευρήματα, συγκριτικά με ένα δείγμα υψηλότερης κατανάλωσης, αν και το ερευνητικό υπόδειγμα παρείχε επιπλέον στοιχεία,. Επιπρόσθετα, πρέπει να ληφθεί υπ' όψη ότι το δείγμα ήταν μικρό για μια ποσοτική προσέγγιση (N=45 και επομένως δεν επέτρεψε την εξέταση πιθανών συσχετισμών (Bryman, 2008b). Όσον αφορά το ποιοτικό μέρος, επιτεύχθηκε κορεσμός για τα πιο κοινά θέματα, αν και ένα μεγαλύτερο δείγμα θα επέτρεπε το ίδιο και για τα λιγότερο συνηθισμένα (Bryman, 2008a). Όσον αφορά την αξιοπιστία, παρόλο που η μέθοδος του τριγωνισμού χρησιμοποιήθηκε για την επίτευξή της, τα τελικά αντίγραφα δεν δόθηκαν στους συμμετέχοντες για την επιβεβαίωση της αρχικής πηγής των δεδομένων (Bryman, 2008a).

Πρέπει, επίσης, να ληφθεί υπόψιν ότι ο ερευνητής δεν είχε καμία προηγούμενη εμπειρία με συνεντεύξεις, το οποίο πιθανώς επηρέασε την εγκυρότητα ή την αξιοπιστία των απαντήσεων (Gilbert, 2008b). Επιπρόσθετα, τα αγγλικά δεν ήταν η μητρική γλώσσα του ερευνητή, γεγονός το οποίο ίσως να είχε αντίκτυπο στην διερεύνηση εις βάθος των απαντήσεων που έδωσαν οι Βρετανοί έφηβοι.

Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες δεν λήφθηκαν υπόψη, λόγω της χρήσης της Θ.Π.Σ στην παρούσα μελέτη, παρόλο που η διαθεσιμότητα εστιατορίων φαστ φουντ (Simon et al., 2008), οι πολιτικές τροφίμων στα σχολεία (Neumark-Sztainer et al., 2005) και η διαφήμιση υγιεινών ή ανθυγιεινών τροφίμων (French et al., 2001) έχει συνδεθεί με την κατανάλωση φαστ φουντ,

Η υποκειμενικότητα του ερευνητή.

Ένας σημαντικός παράγοντας ποιοτικών μελετών, ο οποίος θα μπορούσε ταυτόχρονα να είναι ένας δυνατός, αλλά και ένας σημαντικός περιορισμός στις ποιοτικές μελέτες, είναι η υποκειμενικότητα του ερευνητή (Smith et al., 2009b). Με άλλα λόγια,

ο τρόπος με τον οποίο ο ερευνητής αντιλαμβάνεται και ερμηνεύει τα δεδομένα βάσει της προσωπικής του εμπειρίας. Η ελληνική καταγωγή της ερευνήτριας επηρέασε την ερμηνεία των ελληνικών δεδομένων, καθώς η ερευνήτρια προσπάθησε να συνδέσει την δική της κατανάλωση φαστ φουντ με αυτές που αναφέρθηκαν από Έλληνες μαθητές. Επιπλέον, το διαιτητικό της υπόβαθρο βοήθησε στο να διερευνηθούν περαιτέρω οι αντιλήψεις των εφήβων γύρω από διατροφικά θέματα κατά την διάρκεια των συνεντεύξεων, καθώς, επίσης, και στην σύνδεση των δεδομένων με ήδη υπάρχοντα διατροφικά στοιχεία.

5.5 Ισχυρισμοί για περαιτέρω διερεύνηση.

Δεδομένου του αριθμού των μελετών για το φαστ φουντ, καθώς και την ανάμειξη των μέσων μαζικής ενημέρωσης, η εξέταση των απόψεων των εφήβων προσέφερε πληροφορίες για τους παράγοντες που υποκινούν την κατανάλωση φαστ φουντ των εφήβων. Η Θ.Π.Σ εξέτασε παράγοντες που επηρέασαν την κατανάλωση φαστ φουντ, αν και δεν αναφέρθηκε στο πως μπορούν να αλλάξουν αυτοί οι παράγοντες (Ajzen, 1988). Επομένως, η διερεύνηση των αντιληπτών λύσεων που μπορούν να δώσουν οι έφηβοι για την μείωση της κατανάλωσης φαστ φουντ μπορεί να βοηθήσει, όπως αναφέρεται και σε άλλες μελέτες με διαφορετικές συμπεριφορές (Neumark-Sztainer et al., 1999). Όμως, ακόμη και αν τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης έδειξαν ότι η κατανάλωση φαστ φουντ επηρεάζεται από την πρόθεση των εφήβων να το καταναλώσουν, υποκινούνταν περισσότερο από παράγοντες κινήτρων. Αυτό ίσως σημαίνει ότι το φαστ φουντ στην εφηβεία πρέπει να εξεταστεί περαιτέρω με τη χρήση μιας θεωρίας κινήτρων.

Παρά το γεγονός ότι η γνώμη τους δεν υπολογιζόταν πάντα, οι γονείς έπαιζαν σημαντικό ρόλο στην κατανάλωση φαστ φουντ των παιδιών τους. Η διερεύνηση των αλληλεπιδράσεων μεταξύ γονέων και εφήβων γύρω από το φαστ φουντ μπορεί να αποδειχτεί επιτυχής (Shrewsbury et al., 2010) όπως έχει αποδειχτεί και στην περίπτωση του σωματικού βάρους.

Τέλος, με επιπρόσθετη μελλοντική μελέτη μπορεί να προταθεί η ανάπτυξη ενός μελλοντικού ερωτηματολογίου. Κατά αυτόν τον τρόπο, οι ερευνητές θα έχουν την δυνατότητα να αξιολογήσουν τα είδη του φαστ φουντ σε μεγαλύτερα δείγματα εφήβων, με σκοπό να διεξάγουν επιδημιολογικές και παρεμβατικές μελέτες.

5.6 Συμπεράσματα

Η παρούσα μελέτη χρησιμοποίησε μια ποιοτική προσέγγιση για να ερευνήσει τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνουν οι έφηβοι στην Ελλάδα και το Ηνωμένο Βασίλειο, καθώς και τις συνήθειες τους, τις πεποιθήσεις τους, τις προθέσεις τους και τα συναισθήματα τους για την κατανάλωσή του. Τα είδη του φαστ φουντ που καταναλώνονταν δεν διέφεραν ιδιαίτερα μεταξύ των δύο χωρών, γεγονός που ενίσχυε την παγκοσμιοποίηση του φαστ φουντ. Όσον αφορά τους παράγοντες που επηρεάζουν την κατανάλωσή του, πρωτίστως πρέπει να αναφερθεί ότι το φαστ φουντ είναι μια θετική κατάσταση την οποία απολαμβάνουν οι περισσότεροι έφηβοι και για αυτόν τον λόγο είναι δύσκολο να αντισταθούν. Παρά το γεγονός ότι αποδίδουν πολλά αρνητικά χαρακτηριστικά στο φαστ φουντ, η εσωτερική ανταμοιβή λόγω της καλής γεύσης και οι ευχάριστες συνοδευόμενες δραστηριότητες φαίνεται να υπερισχύουν. Η πρόθεση των εφήβων να καταναλώσουν φαστ φουντ επηρεαζόταν από την συμπεριφορά τους, από τους σημαντικούς άλλους και από το ποσοστό του ελέγχου που είχαν στη διατροφή τους. Ωστόσο, εξαιτίας του νεαρού της ηλικίας τους, όλοι αυτοί οι παράγοντες αναπτύσσονται ακόμα, γεγονός που υποδηλώνει ότι ίσως το κίνητρο υποκινεί περισσότερο την συμπεριφορά τους. Μπορεί να υποστηριχθεί, ότι, πάνω από όλα, η κατανάλωση φαστ φουντ αποτελεί μια πολύπλοκη κατάσταση που απαιτεί περαιτέρω διερεύνηση προσεγγίζοντας τους εφήβους, το κοινωνικό τους περιβάλλον καθώς και το φυσικό τους περιβάλλον, προκειμένου να προαχθούν επιτυχείς παρεμβάσεις.

ΜΕΡΟΣ ΙΙ

Α. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Α1. Τι είναι μετάφραση- Τεχνικές της μετάφρασης – Η έννοια της μεταφραστικής διαδικασίας

Α 1.1 Τι είναι μετάφραση

Όπως προκύπτει από τις θεωρίες της μετάφρασης, όπως αυτές αναπτύχθηκαν και διαμορφώθηκαν με το πέρασμα του χρόνου, η μετάφραση δεν είναι μια απλή γλωσσική διαδικασία που βασίζεται στην στείρα γνώση μιας γλώσσας αφετηρίας και μιας γλώσσας άφιξης, αλλά μία πολύπλευρη και δυναμική διαδικασία (Πολίτης, 1997 στο Κλούρα 2010: 10) η οποία συνεχώς εξελίσσεται και αδυνατεί να περιοριστεί σε μία μόνο εκδοχή. Η μετάφραση επιτρέπει τη διεξαγωγή της επικοινωνίας και τη διοχέτευση θεωρητικών συλλήψεων και ιδεών. Αποτελεί μία από τις βασικές προϋποθέσεις για την επιβίωση και τη διαίωνιση των γλωσσών, καθώς μέσω των εργαλείων ή κειμένων που τη συνοδεύουν συμβάλλει στον σεβασμό της γλωσσικής και πολιτισμικής διαφορετικότητας, αλλά και στη διαμόρφωση πολιτισμού, όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο Meschonnic (1973/1999: στο Γραμμενίδης, 2015: 12), ο οποίος υποστηρίζει ότι η Ευρώπη είναι η μόνη ήπειρος όπου η διαμόρφωση του πολιτισμού της βασίστηκε σε μεταφράσεις (από τα Ελληνικά όσον αφορά τη φιλοσοφία και από τα Εβραϊκά όσον αφορά τη θρησκεία της).

Ανάμεσα στους πιο διαδεδομένους ορισμούς της μετάφρασης, όπως αυτοί καταγράφονται σήμερα, ξεχωρίζουμε τους εξής παρακάτω:

Μετάφραση μπορούμε να ορίσουμε ως την απόδοση ενός κειμένου από μια γλώσσα-πηγή σε μια γλώσσα-στόχο. Είναι μια γλωσσική διαδικασία μεταφοράς του νοήματος, της δομής και του ύφους ενός κειμένου σε όλα τα γλωσσικά επίπεδα (μορφολογικό, σημασιολογικό, πραγματολογικό, λεξιλογικό, συντακτικό) (Τσίγκου, 2011: 4-5) Για την Μπατσαλιά (2010: 4) μετάφραση είναι «η μετάβαση από το επίπεδο ομιλίας της γλώσσα-πηγής στο επίπεδο ομιλίας της γλώσσα- στόχου, μέσω σύγκρισης μεταφραζόμενης

και μεταφράζουσας γλώσσας», ενώ σύμφωνα με τον Κουτσιβίτη (1994: 3) μετάφραση ορίζεται «μια νέα σύνταξη ενός υπάρχοντος κειμένου. Μια σύνταξη σε γλώσσα X ενός κειμένου συντεταγμένου σε γλώσσα Y με βάση τις αναγκαίες θεματικές και γλωσσικές γνώσεις και δεξιότητες...και εν συνεχεία η μεταφορά της ουσίας από μια γλώσσα σε μια άλλη». Η Νενοπούλου (2007, στο Γραμμενίδης 2015: 18) υποστηρίζει πως η ετυμολογία του όρου μετάφραση στα ελληνικά δηλώνει ότι πρόκειται για «μία μεταγλωσσική δραστηριότητα, με την οποία και σύμφωνα με τη γλωσσολογία της εκφοράς, δημιουργούνται παραφραστικές σχέσεις. Ο Κεντρωτής (1996: 117) αναφέρει ότι «μετάφραση είναι γενικώς η μεταφορά ενός μηνύματος από τη γλώσσα αφητηρίας στη γλώσσα αφίξεως ή, πιο αναλυτικά, η μεταφορά ενός σταθερά συγκεκριμένου και, ως εκ τούτου, μονίμως προσφερόμενου ή κατ'αρεσκείαν επαναλαμβανόμενου κειμένου, που έχει συνταχθεί σύμφωνα με τους κανόνες της γλώσσας αφητηρίας, από τη γλώσσα αφητηρίας στη γλώσσα αφίξεως, και δη σε ένα κείμενο, που α) συντάσσεται σύμφωνα με τους κανόνες της γλώσσας αφίξεως, β) διατηρεί το νόημα του πρωτοτύπου και γ) ανά πάσα στιγμή μπορεί να ελεγχθεί ως προς τη σταθερότητά του και να διορθωθεί». Η Σελλά-Μάζη (1997 στο Τσίγκου 2011: 4) αναφέρει ότι : «η Μετάφραση είναι, κατ' αρχήν, μια γλωσσική διαδικασία κατά την οποία ο μεταφραστής περνά από τη μια γλώσσα στην άλλη».

Οι Nida και Taber (2004: 12) ως μετάφραση ορίζουν τη « διαδικασία κατά την οποία γίνεται μια προσπάθεια αναδόμησης της πληρέστερης και ακριβέστερης ισάξιας προσέγγισης ενός μηνύματος από τη γλώσσα – πηγή προς τη γλώσσα – στόχο, αρχικά στο εννοιολογικό επίπεδο και στη συνέχεια στο υφολογικό. Πρέπει, δηλαδή, και τα δύο κείμενα να μεταδίδουν στον παραλήπτη, στο μεγαλύτερο δυνατό βαθμό, το ίδιο μήνυμα, λαμβάνοντας υπόψη και τους εκάστοτε φυσικούς γλωσσικούς περιορισμούς», ενώ για τον Νιούμαρκ (1988: 7) η μετάφραση «είναι μία τέχνη που συνίσταται στην προσπάθεια αντικατάστασης ενός γραπτού μηνύματος και/ή μιας δήλωσης σε μία γλώσσα από το ίδιο μήνυμα και/ή δήλωση σε μία άλλη γλώσσα. Κάθε τέτοια άσκηση συνεπάγεται κάποιο είδος απώλειας του νοήματος εξαιτίας ενός αριθμού παραγόντων. Προκαλεί συνεχή ένταση, μια διαλεκτική, μία συζήτηση που βασίζεται στις αξιώσεις της κάθε γλώσσας».

Ενδιαφέρον παρουσιάζουν και οι προσεγγίσεις των Benjamin και Jakobson σύμφωνα με τις οποίες «η μετάφραση ενός κειμένου συνιστά μία μορφή ανανέωσης και επανδημιουργίας, εξασφαλίζοντας την επιβίωσή του και τη μελλοντική ζωή του» (Benjamin 1923: 199 στο Γραμμενίδης 2015: 16), ενώ για τον Jakobson η μετάφραση σε καμία

περίπτωση δεν συνίσταται σε μία μηχανική και τυπολογική μετάβαση λέξεων, σε μία απλή μεταφορά, γιατί η σημασία ενός εκφωνήματος, και πολύ περισσότερο ενός κειμένου, δεν περιορίζεται στο άθροισμα του συνόλου των σημαινόμενων που το συνθέτουν (Jakobson 1963: 80, Pergnier 1978: 16 στο Γραμμενίδης 2015: 16).

Η πολυσημία όμως του όρου μετάφραση αποτυπώνεται και στα διάφορα λεξικά, ελληνικά και ξενόγλωσσα. Σύμφωνα με το Λεξικό της Νέας Ελληνικής του Μπαμπινιώτη (1998: 1094), μετάφραση είναι:

- « η διαδικασία της μεταφοράς και απόδοσης ενός κειμένου (προφορικού ή γραπτού) σε γλώσσα ή μορφή γλώσσας διαφορετική από αυτήν της παραγωγής του»,
- «το κείμενο που προκύπτει από την παραπάνω διαδικασία»

Ενώ, στο Λεξικό του Ιδρύματος Τριανταφυλλίδη (1998: 850), ορίζεται ως:

- «η μεταφορά προφορικού ή γραπτού λόγου σε άλλη γλώσσα»,
- «κείμενο μεταφρασμένο».

Αντίστοιχοι είναι και οι ορισμοί για τις λέξεις *traduction* της γαλλικής και *translation* της αγγλικής.

Στο Λεξικό *Trésor de la Langue Française, T.L.F.*, (1980, τόμος 16: 449) η μετάφραση ορίζεται ως:

- «*le fait de transposer un texte d'une langue dans une autre*»,
- «*texte, œuvre traduit(e)*»

Και στο *Oxford Advanced Learner's Dictionary*¹ ως

- « *the process of changing something that is written or spoken into another language*», • «*a text or work that has been changed from one language into another*».

Επομένως με άλλα λόγια και συνοψίζοντας θα λέγαμε ότι η μετάφραση συνίσταται, «στην μεταφορά της ουσίας ενός κειμένου από μία γλώσσα σε μια άλλη» (Κουτσιβίτης 1994: 3).

¹ (<http://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/translation?q=translation>)

A 1.1.1 Τεχνικές της Μετάφρασης

Παρόλο που σε βάθος χρόνου διάφορες τεχνικές έχουν αναπτυχθεί για τη βοήθεια της μεταφραστικής διαδικασίας οι επικρατέστερες και πιο διαχρονικές παραμένουν αυτές των Vinay και Darbelnet. Οι γλωσσολόγοι Vinay και Darbelnet, υποστήριζαν ότι η μετάφραση δεν είναι τέχνη αλλά ακριβής επιστήμη, με ιδιαίτερες μεθόδους και τα δικά της «προβλήματα». Αρχικά λοιπόν και προκειμένου να αναπτύξουν τη θεωρία τους, κατάτμησαν τα κείμενα σε μεταφραστικές μονάδες. Όρισαν ως μεταφραστική μονάδα: «το μικρότερο τμήμα του εκφωνήματος, στο εσωτερικό του οποίου η συνοχή μεταξύ των στοιχείων είναι τέτοια που δεν επιτρέπει να μεταφραστούν ξεχωριστά». Στη συνέχεια εντόπισαν και ανέπτυξαν επτά μεταφραστικές τεχνικές: **το Δάνειο** (emprunt), **το Έκτυπο** (calque), **την Κατά-λέξη μετάφραση** (traduction littérale), **την Μετάταξη** (transposition), **την Μετατροπία** (modulation), **την Ισοδυναμία** (équivalence) και **την Προσαρμογή** (adaptation) (Vinay & Darbelnet 1958 στο Τσίγκου 2011: 19 και στο Πολίτης 2012: 23). Στη συνέχεια διαίρεσαν αυτές τις τεχνικές σε δύο κατηγορίες, στην άμεση (δηλαδή κατά λέξη) και στην έμμεση μετάφραση έχοντας ως κριτήριο για το διαχωρισμό αυτό το βαθμό ευκολίας ή δυσκολίας τους. Καταχώρησαν στην κατηγορία της άμεσης μετάφρασης τα: δάνειο, έκτυπο και τη κατά λέξη μετάφραση, ενώ στην κατηγορία της έμμεσης μετάφρασης τη μετάταξη, τη μετατροπία, την ισοδυναμία και την προσαρμογή.

Συνοπτικά οι τεχνικές αυτές (σύμφωνα με τις Μπατσαλιά Φ. και Σέλλα –Μάζη Ε. 2004: 31-32) αναφέρονται παρακάτω:

Κατά λέξη μετάφραση. Στην τεχνική αυτή το τελικό κείμενο που δημιουργείται είναι γραμματικά και νοηματικά σωστό, αλλά και προφανές μιας και είναι φανερό ότι πρόκειται για μετάφρασμα από άλλη γλώσσα. Στην κατά λέξη μετάφραση η μεταφορά από τη μία γλώσσα στην άλλη γίνεται με αυτάρκεια και χωρίς ιδιαίτερες δυσκολίες αφού πρόκειται για μια εύκολη διαδικασία (Μπατσαλιά Φ. και Σέλλα –Μάζη Ε. 2004: 31-32).

Δάνειο. Το δάνειο είναι η πιο απλή από τις τεχνικές καθώς αφορά την μεταφορά μιας λέξης από τη μία γλώσσα στην άλλη. Ως τεχνική χρησιμοποιείται για να προσθέσει μεγαλύτερη εκφραστικότητα στο κείμενο και αφού θα έχει εξαντληθεί η δυνατότητα αναζήτησης της αντίστοιχης λέξης στη γλώσσα-στόχο. Σημαντικό είναι να αναφερθεί ο διαχωρισμός μεταξύ άμεσου και μεταφραστικού δανεισμού που αναλύει ο Βαλεο-

ντής. Σύμφωνα με τα λεγόμενα του, ο άμεσος δανεισμός αποτελείται από λέξεις τις οποίες έχουν οικειοποιηθεί και σε άλλες γλώσσες, ενώ μεταφραστικός δανεισμός ονομάζεται η περίπτωση κατά την οποία ο όρος ή μέρη του όρου μεταφράζονται πιστά σε μια άλλη γλώσσα προκειμένου να αποδοθεί ένας νέος όρος στη γλώσσα στόχο (Βαλεοντής και Μάντζαρη 2006: 8,9).

Έκτυπο. Σε αυτή την περίπτωση ο μεταφραστής δανείζεται από τη γλώσσα-πηγή δύο ή περισσότερες λέξεις οι οποίες συνδέονται μεταξύ τους σχηματίζοντας συγκεκριμένη συντακτική ενότητα και τη μεταφράζει κατά λέξη στη γλώσσα-στόχο. Στην τεχνική αυτή διακρίνονται δύο κατηγορίες: το φραστικό έκτυπο κατά το οποίο ο μεταφραστής σέβεται τη συντακτική δομή της γλώσσας-στόχου και ουσιαστικά το μεταφράζει κατά λέξη και το συντακτικό ή δομικό έκτυπο όπου ο μεταφραστής δημιουργεί μια νέα συντακτική δομή στη γλώσσα-στόχο.

Μετάσταση ή μετάταξη. Μετάταξη (transposition) είναι η τεχνική κατά την οποία ένα μέρος του λόγου αντικαθίσταται από κάποιο άλλο χωρίς αυτό να αλλάζει το νόημα του μηνύματος (π.χ. μετατροπή ρήματος σε όνομα, ονόματος σε ρήμα κ.ά.). (Τσίγκου 2011: 19,20)

Μετατροπή. Κατά τη μετατροπή ο μεταφραστής κάνει παραλλαγή του μηνύματος χωρίς να αλλάζει την ουσία του. Χρησιμοποιείται κυρίως όταν η κατά λέξη μετάφραση και η μετάσταση οδηγούν σε μια μετάφραση που έχει μεν σωστή γραμματική, δεν είναι, όμως, εύστοχη νοηματικά. Η μετατροπία εστιάζει στην αλλαγή σκοπιάς από την οποία αντιλαμβάνεται το μήνυμα ο ομιλητής κάθε γλώσσας.

Ισοδυναμία. Η τεχνική αυτή χρησιμοποιείται όταν δύο εκφράσεις, η μία στο πρωτότυπο έργο και η άλλη στο μετάφρασμα, περιγράφουν την ίδια κατάσταση με διαφορετικά υφολογικά, συντακτικά και γενικότερα γλωσσικά μέσα. Εδώ εξετάζεται το γενικό μήνυμα στο σύνολό του και συναντάτε κυρίως στην απόδοση φραστικών ιδιωματισμών, παροιμιών, επιφωνημάτων, ρητών, εκφράσεων κ.λ.π.

Προσαρμογή. Η τεχνική αυτή εφαρμόζεται σε περιπτώσεις στις οποίες η κατάσταση την οποία περιγράφει το μήνυμα στη γλώσσα-πηγή δεν υπάρχει στη γλώσσα-στόχο και συνεπώς αντιστοιχίζεται σε μία άλλη κατάσταση που μπορεί να γίνει κατανοητή. Χρη-

σιμοποιείται επίσης για να δώσει λύση σε περιπτώσεις στις οποίες το πρωτότυπο κείμενο αναφέρεται σε πολιτικούς και κοινωνικούς θεσμούς, σε πολιτισμικά στοιχεία, κλπ. που είναι άγνωστα στον αναγνώστη ή που αδυνατούν να ερμηνευτούν.

A 1.2 Έννοια της μεταφραστικής διαδικασίας.

Διαβάζοντας τους παραπάνω ορισμούς, διαπιστώνουμε πως η μετάφραση, τόσο ως διαδικασία όσο και ως αποτέλεσμα, εκλαμβάνεται ως μία μεταφορά, κατ'αρχάς, και αλλαγή γλωσσικών στοιχείων από μία γλώσσα προς μία άλλη και κατ'επέκτασιν ως μετάδοση του νοήματος, της δομής και του ύφους της γλώσσας-πηγής στην γλώσσα-στόχο.

Η μεταφραστική πράξη θεωρείται τελικά, είτε ως μεταγραφή είτε ως εκ νέου εγγραφή. Η μεταγραφή, όμως, επικεντρώνεται στην έννοια της μεταφοράς σε άλλον κώδικα χωρίς ιδιαίτερες αλλαγές, δεδομένου ότι σημαίνει την «μεταφορά σε άλλον κώδικα» (Λεξικό της Νέας Ελληνικής 1998: 1081). Αν ορίζαμε λοιπόν τη γλωσσική εκφορά ως την «ενεργοποίηση της γλώσσας μέσα από μία ατομική πράξη χρήσης» (Benveniste, 1974: 80 στο Γραμμενίδης 2015: 16), θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε ότι η μετάφραση συνίσταται σε μία πράξη μετ-εκφοράς. Η έννοια της μετ-εκφοράς ενέχει την ερμηνεία, τη δημιουργία και την αναπαραγωγή ενός κειμένου υπό νέες γλωσσικές συνθήκες και περιστάσεις εκφοράς.

Ο Eco (2003: 11) διερωτάται χαρακτηριστικά: *«Τι σημαίνει μεταφράζω;»* Και σπεύδει να δηλώσει ότι *«η πρώτη και παρήγορη απάντηση θα ήταν: λέω το ίδιο πράγμα σε μία άλλη γλώσσα»*. Μεταξύ άλλων η Σελλά-Μάζη (1997: 298 στο Τσίγκου 2011: 4) αναφέρει ότι: κατά την μεταφραστική διαδικασία *« μεταφέρεται τόσο τη 'σημασία' όσο και η 'μορφή' ενός μηνύματος, όσο το δυνατόν 'πιστότερα' από ένα A σύστημα –μία A δομή– σε ένα B σύστημα –μία B δομή»*. Με την σειρά του ο Catford (1965: 20) εστιάζοντας στην ισοδυναμία, θεωρεί ότι η μετάφραση (και ως διαδικασία) *«...συνίσταται στην αντικατάσταση των κειμενικών στοιχείων μιας γλώσσας από ισοδύναμα στοιχεία μιας άλλης γλώσσας»*.

Σύμφωνα με την Guillemin–Flescher (1986 : 59 στο Γραμμενίδης 2015: 14), μεταφράζω δεν σημαίνει αντικαθιστώ λέξεις με λέξεις ούτε συντακτικές δομές με άλλες

συντακτικές δομές. Στην πραγματικότητα πρόκειται για μία νοητική δραστηριότητα, η πραγματοποίηση της οποίας βασίζεται σε πνευματικές και διαισθητικές διεργασίες, όπως η κατανόηση, η κριτική ικανότητα και η συνεχής λήψη αποφάσεων.

Η διαδικασία του μεταφράζειν στα ελληνικά ορίζεται ως:

- «μεταφέρω (προφορικό ή γραπτό λόγο) σε γλώσσα ή μορφή γλώσσας διαφορετική από την αρχική» (Λεξικό της Νέας Ελληνικής, 1998: 1088),

στα γαλλικά (traduire) ως:

- « formuler dans une autre langue (langue cible) ce qui l'était dans la langue de départ (langue source) sans en changer le sens » (T.L.F., 1980, τόμος 16: 449)

και στα αγγλικά (translate) ως:

- «to change words into a different language» (Cambridge Dictionaries Online) ²

Ο Toury (1999 στο Γραμμενίδης 2015: 13) διακρίνει επίσης τη μεταφραστική πράξη (translation act) από το μεταφραστικό γεγονός (translation event). Η μεταφραστική πράξη, την οποία μπορούμε επίσης να ονομάσουμε και μεταφραστική διεργασία ή διαδικασία, είναι μία νοητική και γνωσιακή διεργασία και αφορά τις αποφάσεις που λαμβάνει ο μεταφραστής. Το μεταφραστικό γεγονός, αντίθετα, αφορά το πλαίσιο, την κατάσταση επικοινωνίας και το κοινωνικο-πολιτισμικό περιβάλλον που επηρεάζουν τη μεταφραστική πράξη.

Η βασική προϋπόθεση για την εκπόνηση μιας μετάφρασης είναι να αποδοθεί στο κείμενο-στόχο το «vouloir dire» του συγγραφέα του πρωτοτύπου (Πολίτης, 2012: 74), το νόημα δηλαδή του προς μετάφραση κειμένου. Ο μεταφραστής που θα αναλάβει την εκπόνηση ενός τέτοιου έργου (τη μεταφραστική διαδικασία), κατά γενική ομολογία, θα πρέπει να έχει πολύ καλή γνώση των δύο γλωσσών πάνω στις οποίες θα εργαστεί. Δεν είναι όμως sine qua non προϋπόθεση να τις γνωρίζει άριστα (Delisle 1984 στο Πολίτης, 2012: 82). Παρόλα αυτά υποστηρίζεται ότι θα πρέπει να γνωρίζει άριστα τουλάχιστον την γλώσσα στην οποία μεταφράζει.

² <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/translate>

Η ανάγκη να επανέλθουμε στον ορισμό της μεταφραστικής πράξης επιβάλλεται επίσης από την πληθώρα των μορφών που πλέον παρουσιάζει, καθώς και από των πολυάριθμων πεδίων εφαρμογής της. Η μετάφραση ως μετάβαση από μία γλώσσα σε μία άλλη έχει καταστεί μία έννοια πολύ ευρεία και ποικίλη, που αφενός καλύπτει διαφορετικής φύσης φαινόμενα και αφετέρου αναδεικνύει διαφορετικές λειτουργίες. Η συγκεκριμένη κατάσταση μπορεί να δημιουργήσει διάφορες παρεξηγήσεις και οδηγεί μάλιστα τον Gambier (2009: 45 στο Γραμμενίδης, 2015: 16) να προτείνει την ενδεχόμενη εγκατάλειψη της λέξης «μετάφραση», όπως και να δηλώσει ότι η «εποχή της μετα-μετάφρασης έχει το δίχως άλλο αρχίσει».

A2. Τι είναι ορολογία –όρος

A.2.1 Ορολογία

Η ορολογία είναι ένα σύνολο μονάδων έκφρασης και επικοινωνίας που επιτρέπει τη μεταφορά της εξειδικευμένης γνώσης. Η χρήση συγκεκριμένης ορολογίας προήλθε από την ανάγκη κατασκευής μιας τεχνικής γλώσσας μέσω της οποίας κάθε επιστήμη θα έχει την δυνατότητα να αναδομήσει τη πραγματικότητα και να μετασχηματίσει την κοινή εμπειρία σε εξειδικευμένη γνώση (Halliday, 1993 στο Λέκκα, 2004: 64).

Ο όρος «ορολογία» έχει δύο σημασίες:

1. ο επιστημονικός κλάδος που έχει ως αντικείμενο τη μελέτη των σχέσεων μεταξύ των εννοιών και των κατασημάνσεών τους (όρων, ονομάτων, συμβόλων) και τη διατύπωση αρχών και μεθόδων που διέπουν αυτές τις σχέσεις σε οποιοδήποτε θεματικό πεδίο και η εργασία της συλλογής, επεξεργασίας, διαχείρισης και παρουσίασης των ορολογικών δεδομένων σε μία ή περισσότερες γλώσσες, και
2. το σύνολο των όρων που ανήκουν στην ειδική γλώσσα ενός ορισμένου θεματικού πεδίου.

Βασική για τη θεωρία της Ορολογίας είναι η διάκριση ανάμεσα στα αντικείμενα (objects), που είναι οι οντότητες του εξωτερικού κόσμου, στις έννοιες (concepts), που είναι οι μονάδες γνώσης που αποτελούν τις νοητικές παραστάσεις των αντικειμένων,

και στις κατασημάνσεις (designations) των εννοιών, που μπορεί να είναι όροι (terms), ονόματα (names) και σύμβολα (symbols). Η έννοια καθορίζεται περαιτέρω μέσω των σχέσεων (relations) που έχει με άλλες έννοιες και μέσω των ορισμών (definitions), οι οποίοι αποτελούν την περιγραφική, μεταγλωσσική δήλωση των εννοιών (Βαλεοντής-Μάντζαρη, 2001: 2)

Ο ορισμός της Benitez (2009: 108), επισημαίνει ότι η ορολογία αναφέρεται στην «πληροφορία εκείνη η οποία στα επιστημονικά και τεχνικά κείμενα είναι κωδικοποιημένη σε όρους ή ειδικές γνωσιακές μονάδες, οι οποίες μπορούν να θεωρηθούν ως σημεία πρόσβασης σε περίπλοκες γνωσιακές δομές».

Ο Rondeau (1984: 18 στο Σαριδάκης, 1999: 58-59) προτείνει τρεις ορισμούς για την ορολογία:

1) *Το σύνολο των όρων ενός κλάδου, όπως είναι για παράδειγμα η βιοχημεία, ή μια επιστήμη όπως η γλωσσολογία. Ως εκ τούτου έχουμε την ορολογία της βιοχημείας, της γλωσσολογίας, κ.ο.κ.*

2) *Οι μέθοδοι συλλογής και ταξινόμησης των όρων, δημιουργίας νεολογισμών, τυποποίησης των όρων, διάδοσης χρήσης των όρων. Τις μεθόδους αυτές εφαρμόζουν οι ορολόγοι και οι ορογράφοι.*

3) *Επιστήμη, το αντικείμενο της οποίας είναι γλωσσολογικής φύσεως, ωστόσο με διεπιστημονικό χαρακτήρα και αξιοποίηση, ανάλογα με την περίπτωση, στοιχείων της γλωσσολογίας, της λογικής, της οντολογίας, της ταξινομολογίας και της επιστήμης των H/Y.*

Η Cabré (Cabré, 1999: 32) υποστηρίζει ότι ο όρος "ορολογία" αναφέρεται σε τουλάχιστον τρεις διαφορετικές έννοιες:

1. *Το σύνολο των αρχών και τις εννοιολογικές βάσεις που διέπουν την μελέτη των όρων.*
2. *Τις κατευθυντήριες γραμμές που χρησιμοποιούνται στην ορογραφική εργασία.*
3. *Το σύνολο των όρων ενός συγκεκριμένου θεματικού πεδίου.*

Ο Sager, (1990: 19, στο Σαριδάκης, 1999: 59) θεωρεί την ορολογία ως:

- *Το σύνολο των πρακτικών και των μεθόδων για τη συλλογή, περιγραφή και παρουσίαση των όρων.*
- *Μια θεωρία, που αφορά το σύνολο των προϋποθέσεων, επιχειρημάτων και συμπερασμάτων που απαιτούνται για την ερμηνεία των σχέσεων μεταξύ εννοιών (concepts)*

και όρων (*terms*), σχέσεις που είναι θεμελιώδους σημασίας για μια συνεκτική σχέση μεταξύ πρακτικής και δραστηριότητας και θεωρίας.

- Το λεξιλόγιο ενός συγκεκριμένου θεματικού πεδίου.
- Το σύνολο των στοιχείων της γλωσσολογίας, της λογικής, της οντολογίας, της ταξινομολογίας και της επιστήμης των Η/Υ.

Ανεξάρτητα από τη διαφωνία μεταξύ των ερευνητών σχετικά με το αν η Ορολογία συνιστά αυτόνομο επιστημονικό κλάδο (Cabré, 1999 στο Βαλεοντής- Μάντζαρη, 2001: 2) ή ένα σύνολο μεθοδολογικών εργαλείων για την επεξεργασία των ορολογικών δεδομένων (Sager [2000], Dubuc [1985] στο Βαλεοντής- Μάντζαρη, 2001: 2), είναι κοινά αποδεκτή η αναγνώριση του διεπιστημονικού της χαρακτήρα, όχι μόνο γιατί η Ορολογία αποτελεί το σημείο τομής ποικίλων γνωστικών πεδίων, αλλά κυρίως γιατί δανείζεται τα βασικά εργαλεία και τις έννοιες διάφορων και διαφορετικών μεταξύ τους επιστημών (π.χ. λογική, οντολογία, γλωσσολογία, επιστήμη των πληροφοριών κ.ά.) και τα προσαρμόζει κατάλληλα ώστε να καλυφθούν οι ιδιομορφίες του πεδίου της.

Η θεωρία της Ορολογίας προσδιορίζεται σε σχέση με τρεις διαφορετικές διαστάσεις (Sager 1990: 13 στο Βαλεοντής- Μάντζαρη, 2001: 2):

1. τη γνωσιακή (*cognitive*) διάσταση, που εξετάζει τις σχέσεις των εννοιών μεταξύ τους και μέσω αυτών των σχέσεων τη συγκρότηση των εννοιών σε δομημένα σύνολα γνώσης, τα συστήματα εννοιών (*concept systems*) σε κάθε τομέα της ανθρώπινης γνώσης, καθώς και την παράσταση των εννοιών με ορισμούς και όρους,
2. τη γλωσσική (*linguistic*) διάσταση, που εξετάζει τις υπάρχουσες γλωσσικές μορφές και τις εν δυνάμει γλωσσικές μορφές που μπορούν να δημιουργηθούν για την απόδοση νέων εννοιών, και
3. την επικοινωνιακή (*communicative*) διάσταση, που εξετάζει τη χρήση των όρων ως μέσων μεταφοράς της γνώσης σε διαφορετικές κατηγορίες αποδεκτών σε ποικίλες επικοινωνιακές περιστάσεις και δίνει περιεχόμενο στις δραστηριότητες της κατάρτισης (*compilation*), της επεξεργασίας (*processing*) και της διάχυσης (*dissemination*) των ορολογικών δεδομένων υπό τη μορφή ειδικών λεξικών (*specialised dictionaries*),

γλωσσαρίων (glossaries) ή βάσεων ορολογικών δεδομένων (terminological databases) κτλ.

A.2.2 Όροι

Όρος είναι η λεκτική κατασήμανση μιας γενικής έννοιας. Μπορεί να αποτελείται από μία ή περισσότερες λέξεις και παριστάνει μια γενική έννοια σε ένα ειδικό θεματικό πεδίο. Κάθε έννοια μπορεί να περιγράφεται γλωσσικά από μία πρόταση, η οποία αποτελεί τον ορισμό της, και να προσδιορίζεται από μια γλωσσική κατασήμανση, τον αντίστοιχο δηλαδή όρο. Ένας όρος μπορεί να δημιουργηθεί από την εξωτερική εμφάνιση του αντικείμενου που περιγράφει, να εξηγήσει τον ορισμό του, να είναι μια συμπύκνωση αυτού. Μια γλωσσική κατασήμανση για να θεωρείται όρος πρέπει να δηλώνει μια έννοια που να ανήκει σε ένα τομέα και προσδιορίζεται από έναν ορισμό (Besse, 2000: 182, στο Αναστασιάδη-Συμεωνίδη, 2001: 3).

Οι Κατσογιάννου & Ευθυμίου, στηριζόμενες στην παραδοσιακή διάκριση μεταξύ αντικειμένων, εννοιών και όρων και στη σχέση μεταξύ αυτών σημειώνουν ότι «η έννοια ορίζεται ως νοητική παράσταση ενός αντικείμενου, η οποία κατονομάζεται από έναν όρο και καθορίζεται με ρητό και σαφή τρόπο, τόσο από τη θέση της σε ένα ιεραρχημένο σύστημα όσο και από τον ορισμό της» (Boutin-Quesnel et al., 1990 στο Κατσογιάννου & Ευθυμίου 2004: 31). Ενώ λοιπόν ο όρος είναι το όνομα με το οποίο δηλώνεται μια έννοια, κάθε όνομα δεν αποτελεί όρο. Και αυτό διότι «για να χαρακτηριστεί ένα όνομα ως όρος, πρέπει να μπορεί να οριστεί στο πλαίσιο ενός συνεπώς δομημένου συστήματος, στο οποίο το περιεχόμενο ορισμού αντιστοιχεί σε μια έννοια που μπορεί να αναλυθεί ως προς το βάθος της» (Rey, 1995: 28 στο Κατσογιάννου & Ευθυμίου 2004: 32).

Οι όροι που αντιπροσωπεύουν έννοιες ενός θεματικού πεδίου γνώσης ονομάζονται ειδικοί όροι. Ειδικοί όροι σε ένα θεματικό πεδίο ορίζονται εκείνοι που δημιουργήθηκαν πρωταρχικά για αυτό το θεματικό πεδίο, είτε ανήκουν αποκλειστικά σε αυτό. Ένας όρος είναι πιθανόν να αντιπροσωπεύει περισσότερες από μια έννοιες στο ίδιο ή σε διάφορα θεματικά πεδία. Πρέπει να είναι αποδεκτός και να χρησιμοποιείται από τους ειδικούς του εκάστοτε θεματικού πεδίου, και να είναι όσο το δυνατόν πιο συνοπτικός.

Πολυσημία των όρων έχουμε όταν μια λέξη παρουσιάζει δύο ή περισσότερες σημασίες στο ίδιο θεματικό πεδίο και αναπαριστά δύο ή περισσότερες έννοιες που έχουν κάποια κοινά χαρακτηριστικά. Παραδείγματος χάριν, όταν ένας μεταφραστής καλείται να ερμηνεύσει την πρόταση «Feu!» για να προβεί στην μετάφρασή της, πρέπει να λάβει υπόψιν του εάν αυτή η πρόταση έχει ειπωθεί από ένα άτομο που έχει αντιληφθεί την έναρξη μιας πυρκαγιάς, οπότε και θα μεταφραστεί ως «Φωτιά!», είτε είναι διαταγή ενός αξιωματικού μιας πυροβολαρχίας, οπότε και θα μεταφραστεί ως «Πυρ!» (Πολίτης, 2012: 140).

Υπάρχουν τρεις μέθοδοι για τη δημιουργία των όρων:

- **Η δημιουργία νέων μορφών.**

Οι νέες μορφές είναι νέες λεξικές οντότητες που δεν υπήρχαν προηγουμένως. Μερικοί από τους μηχανισμούς που μπορούν να χρησιμοποιηθούν είναι :

Η παραγωγή δηλαδή ο σχηματισμός νέου όρου με την προσθήκη ενός ή περισσότερων προσφυμάτων σε μια ρίζα ή σε μια λέξη,

Η σύνθεση δηλαδή ο σχηματισμός με συνδυασμό υπαρχουσών λέξεων ή λεξικών στοιχείων, νέας μορφής και

Οι συντομευμένες μορφές ή συντομομορφές. Η συντόμευση χρησιμοποιείται, αφενός για να δημιουργεί πιο σύντομες μορφές κυρίως για πολύχρηστους όρους και, αφετέρου για να δημιουργεί ευμνημόνευτα ονόματα για μακροσκελείς όρους, οι οποίοι δεν μπορούν να αναγνωριστούν εύκολα ως ορολογικές μονάδες (Βαλεοντής και Μάντζαρη 2006: 5-6).

- **Η χρήση υπαρχουσών μορφών.**

Για τη δημιουργία νέων όρων μπορούν να χρησιμοποιηθούν υπάρχουσες μορφές με τις εξής διεργασίες:

Μετατροπή. Τέτοια θεωρείται η μορφοσυντακτικά διαφοροποιημένη χρήση της ίδιας μορφής, π.χ. ένα επίθετο να χρησιμοποιείται ως ουσιαστικό (συνηθισμένη περίπτωση στα ελληνικά) ή ένα ουσιαστικό ως ρήμα.

Οροποίηση. Πρόκειται για γενική διεργασία με την οποία μια λέξη ή φράση της γενικής γλώσσας μετασχηματίζεται σε όρο που κατασημαίνει έννοια σε ειδική γλώσσα.

Διαθεματικός δανεισμός που είναι γνωστός και ως εσωτερικός δανεισμός αναφέρεται στις περιπτώσεις εκείνες όπου μία ειδική κατασήμανση σε ένα πεδίο επαναχρησιμοποιείται σε άλλο πεδίο για να παραστήσει μια διαφορετική έννοια.

Σημασιολογική μεταφορά μέσα σε ειδική γλώσσα. Η διεργασία μέσω της οποίας υπάρχων όρος σε μια ειδική γλώσσα χρησιμοποιείται για να κατασημάνει άλλη έννοια με αναλογική επέκταση (Βαλεοντής και Μάντζαρη 2006: 7-8).

- **Ο διαγλωσσικός δανεισμός**

Όροι που υπάρχουν σε μία γλώσσα μπορούν να εισαχθούν σε άλλη γλώσσα με :

Άμεσο δανεισμό : Αφορά πλήρη υιοθέτηση όρων από σύγχρονες γλώσσες κατά τη διαδικασία του δευτερογενούς σχηματισμού όρων. Κάποια δάνεια αυτής της μορφής είναι επιτυχημένα και ενσωματώνονται πλήρως στην ξένη γλώσσα. Σε άλλες περιπτώσεις το αρχικό δάνειο αντικαθίσταται σε μεταγενέστερη φάση από κάποιο σχηματισμό περισσότερο κατάλληλο στις γλωσσικές δομές της γλώσσας στόχου.

Μεταφραστικό δανεισμό Τα μορφολογικά στοιχεία ενός όρου ή ολόκληρες λέξεις της γλώσσας πηγής μεταφράζονται πιστά («κατά λέξη») για να σχηματίσουν ένα νέο όρο στη γλώσσα στόχο (Βαλεοντής και Μάντζαρη 2006: 8-9).

- **Ο Αναβαπτισμός**

Η κατονομασία με νέο όρο ενός ήδη υπάρχοντος αντικειμένου αναφοράς. Κατά τον αναβαπτισμό εμφανίζεται ο αναβαπτιστής, δηλ. ένας νέος όρος για ένα ήδη υπάρχον αντικείμενο αναφοράς, που λειτουργεί παράλληλα με τον παλιό στον ίδιο γνωστικό τομέα. Το αντικείμενο αναφοράς στο οποίο παραπέμπει ο παλαιός όρος, αλλά και ο αναβαπτιστής, αν και παραμένει το ίδιο, στο εξής συλλαμβάνεται εννοιολογικά σε σχέση με το νέο αντικείμενο αναφοράς, πράγμα που προκαλεί την εμφάνιση του αναβαπτιστή (Αναστασιάδη-Συμεωνίδη 2001: 1,6)

Σύμφωνα με τον Διεθνή Οργανισμό Τυποποίησης (ISO) οι όροι διακρίνονται σε απλούς και σύμπλοκους. Ο απλός όρος αποτελείται από ένα μόνο θέμα (stem) με ή

χωρίς πρόσθετα προθήματα (prefixes) ή επιθήματα (suffixes) και με ή χωρίς κατάληξη (ending). Οι απλοί όροι είναι μονοθεματικές λέξεις (δηλαδή ριζικές λέξεις ή παράγωγες λέξεις). Ο σύμπλοκος όρος αποτελείται από περισσότερα από ένα θέματα με ή χωρίς πρόσθετα προθήματα ή επιθήματα και με ή χωρίς καταλήξεις. Οι σύμπλοκοι όροι είναι πολυθεματικές λέξεις (δηλαδή σύνθετες λέξεις ή παρασύνθετες λέξεις) ή φράσεις και με την σειρά τους διακρίνονται σε μονολεκτικούς, διλεκτικούς και τριλεκτικούς όρους, ακολουθούμενων, στη συνέχεια, από τους τετραλεκτικούς, πενταλεκτικούς κτλ (Βαλεοντής, Ζερίτη και Νικολάκη 1999: 5, 10).

Έτσι, συνοπτικά ένας όρος μπορεί να είναι:

Απλός όρος → όρος που περιλαμβάνει μόνο μια ρίζα.

Σύμπλοκος όρος → όρος που περιλαμβάνει δύο ή περισσότερες ρίζες, μπορεί να είναι είτε μια λέξη (μονολεκτικός) είτε μια φράση (περιφραστικός). Ο περιφραστικός σύμπλοκος όρος λέγεται και σύνθετος όρος.

Προτιμώμενος όρος → όρος που αξιολογείται σύμφωνα με την κλίμακα διαβάθμισης ορολογικής αποδεκτότητας ως κύριος όρος για δεδομένη έννοια.

Δεκτός όρος → όρος που αξιολογείται σύμφωνα με την κλίμακα διαβάθμισης ορολογικής αποδεκτότητας ως συνώνυμο ενός προτιμώμενου όρου.

Αδόκιμος όρος → όρος που αξιολογείται σύμφωνα με την κλίμακα διαβάθμισης ορολογικής αποδεκτότητας ως μη συνιστώμενος.

Δάνειος όρος → όρος που έχει ληφθεί από άλλη γλώσσα ή από άλλο θεματικό πεδίο.

Νεολογισμός → νεόκοπος όρος που δημιουργείται για να αποδώσει δεδομένη έννοια.

Σύμμιγμα → όρος που σχηματίζεται από ψαλίδιση ή συνδυασμό δύο χωριστών όρων.

Απαρχαιωμένος όρος → όρος που δεν είναι πλέον σε κοινή χρήση (Βαλεοντής και Τοράκη 2008: 20)

A.3 Εξειδικευμένο κείμενο, εξειδικευμένη μετάφραση

Προσπαθώντας να συνδυάσουμε στοιχεία από ορισμούς σχετικά με την εξειδικευμένη μετάφραση θα μπορούσαμε να πούμε ότι ένας εφικτός ορισμός της εξειδικευμένης μετάφρασης είναι: Εξωτερίκευση των εξειδικευμένων γνωστικών συστημάτων και της γνωστικής επεξεργασίας, σταθμισμένα και επιλεγμένα από το κείμενο-πηγή στοιχεία, που υπόκεινται στη κρίση του μεταφραστή ή του αναγνώστη για το πώς θα τα χρησιμοποιήσει καθώς ο μεταφραστής θα πρέπει να εξάγει όλη την σχετική γνώση μέσω της εσωτερίκευσης των εξειδικευμένων γνωστικών συστημάτων και της γνωστικής επεξεργασίας, με στόχο την διάχυση αυτής της γνώσης σε ένα άλλο γλωσσικό και πολιτισμικό πλαίσιο που κυριαρχείται από τον σκοπό (Sandrini, 2006: 109- 110).

Ένα κείμενο μπορεί να χαρακτηριστεί ως ειδικό/εξειδικευμένο όταν χρησιμοποιεί επιστημονικό λόγο. Ο επιστημονικός λόγος είναι εκείνος που χρησιμοποιείται σε ένα θεματικό πεδίο (πεδίο ειδικής γνώσης) και χαρακτηρίζεται από την χρήση ειδικών γλωσσικών μέσων έκφρασης. Χαρακτηρίζεται ως επιστημονικός, επειδή περιλαμβάνει στοιχεία που δεν συναντώνται στον καθημερινό λόγο. Τα στοιχεία αυτά είναι η χρήση επιστημονικής ορολογίας, η ενσωμάτωση μαθηματικών τύπων και συμβόλων και η υψηλή τυπικότητα του κειμένου, χρήση δηλαδή εξειδικευμένου λεξιλογίου γενικότερα. Ο P. Lerat (1995: 20 στο Παππά: 2) ορίζει τον επιστημονικό λόγο ως «φορέα εξειδικευμένων γνώσεων», κατά κύριο λόγο γραπτό, με εμφανή χρήση ορολογίας. Χαρακτηρίζει αυτόν και ως πολυσύστημα λόγω της χρήσης μαθηματικών τύπων και συμβόλων, όπως προαναφέρθηκε. Τα εξειδικευμένα κείμενα, λοιπόν, παρουσιάζουν εξειδικευμένες γνώσεις, οι οποίες ορίζονται γλωσσικά μέσω όρων, πολυλεκτικών ή μονολεκτικών, οι οποίοι έχουν θεμελιωθεί. Ένα επιστημονικό κείμενο θα πρέπει να προσδιορίζει με σαφήνεια τους όρους που περιέχει. Θεωρείται, ότι η ορολογία χαρίζει αποτελεσματικότητα και λακωνικότητα στην επικοινωνία χάριν ευχέρειας λόγου. Ως προς τη μετάφραση θεωρείται, ότι δίνει την δυνατότητα στον μεταφραστή να ερμηνεύσει το νόημα με αποτελεσματικό και οικονομικό τρόπο.

Η μετάφραση εξειδικευμένων κειμένων λαμβάνει χώρα σε δύο πεδία. Στο πρώτο πεδίο, γίνεται φράση προς φράση μετάφραση, και στο δεύτερο, που εκτελείται σε επίπεδο δομής, γίνεται κατανόηση του νοήματος του πρωτοτύπου και το νόημα χρησιμοποιείται ως βάση για την επαλήθευση κάθε φράσης όταν διαμορφώνεται το μετάφρασμα. Η μετάφραση εξειδικευμένων κειμένων διαφέρει από την μετάφραση απλών κειμένων λόγω

της ορολογίας που περιέχουν. Η μετάφραση πρέπει να είναι σαφής όσον αφορά την ορολογία και να ταιριάζει με τη χρήση ορολογίας και κοινής γλώσσας (Connolly 1998: 4)

Η συνήθης διάκριση στη μετάφραση εξειδικευμένων κειμένων είναι μεταξύ λογοτεχνικής και μη λογοτεχνικής μετάφρασης, ή μετάφρασης ειδικών κειμένων σύμφωνα με μια μελέτη του Newmark (Newmark 2004: 8) για τη διάκριση μεταξύ γενικής και ειδικής μετάφρασης κατά την οποία παραθέτει μια σειρά από διαφορές που εντοπίζει, στις οποίες περιλαμβάνονται το περιεχόμενο και ο σκοπός των κειμένων, το ύφος και η ιδιαιτερότητα των δυσκολιών που συναντώνται σε κάθε είδος. Η μη λογοτεχνική μετάφραση περιλαμβάνει επιστημονικά άρθρα, ιατρικές πληροφορίες και άλλα μη μυθοπλαστικά κείμενα που βασίζονται στην καθιερωμένη ορολογία. Η λογοτεχνική μετάφραση αναφέρεται στην λογοτεχνική παραγωγή και είναι σε μεγάλο βαθμό ελεύθερη, καθώς η κατά-λέξη μετάφραση σε τέτοιου είδους κείμενα στις μέρες μας θεωρείται μάλλον αδόκιμη. Το κοινό στο οποίο απευθύνεται το κείμενο-πηγή και το κείμενο-στόχος αποτελεί επίσης σημαντικό κριτήριο διάκρισης μεταξύ των δυο κατηγοριών. (Newmark 2004: 8).

Όσον αφορά τη λογοτεχνικής φύσεως μετάφραση, από την αρχαιότητα η μετάφραση φιλοσοφικών και ιερών κειμένων γινόταν κατά-λέξη και οποιαδήποτε παραλλαγή ή προσθήκη σε αυτήν θεωρούνταν βέβηλη. Αυτή η αντίληψη υπήρχε ακόμα και μέχρι πρότινος από ορισμένους θεολογικούς κύκλους. Αξίζει να σημειωθεί η περίπτωση του Ετιέν Ντολέ, Γάλλου Ουμανιστή του 16^{ου} αιώνα, ο οποίος οδηγήθηκε στην πυρά επειδή είχε προσθέσει τη φράση «rien du tout» στη μετάφραση ενός κειμένου του Πλάτωνα (Πολίτης, 2012: 186). Τα λογοτεχνικά κείμενα βρίθουν από ιδιαιτερότητες στο ύφος και στους τρόπους έκφρασης. Αντίθετα, στα επιστημονικά/ τεχνικά κείμενα, ακριβώς επειδή οι λεξιλογικές τους επιλογές είναι συγκεκριμένες, είναι λίγα τα φαινόμενα ασάφειας των όρων.

Σύμφωνα με την Διερμηνευτική θεωρία, δεν αρκεί απλά η γνώση της ξένης γλώσσας και του λεξιλογίου της για να γίνει κατανοητό το νόημα ενός κειμένου, διότι οι λέξεις και οι φράσεις διακρίνονται από πολυσημία (Πολίτης, 2012: 93). Οι λέξεις και οι φράσεις έχουν μια ιδιαίτερη σημασία σύμφωνα με το κείμενο και το θεματικό πεδίο στο οποίο εντάσσονται. Ο μεταφραστής, λοιπόν, στην εξειδικευμένη μετάφραση πέραν από την γλώσσα-πηγή και την γλώσσα στόχο στην οποία μεταφράζει, καλείται να γνωρίζει, όχι μόνο το θέμα του κειμένου, αλλά και το ευρύτερο πλαίσιο των εννοιών του, δηλαδή το επιστημονικό πεδίο μέσα στο οποίο «κινείται». Πρέπει να έχει επαρ-

κείς γνώσεις για το συγκεκριμένο επιστημονικό πεδίο (γλωσσικές, εγκυκλοπαιδικές, ορολογικές), ώστε να κατανοήσει το ειδικό κείμενο και να το ερμηνεύσει όσο το δυνατόν πιστότερα στην γλώσσα-στόχο. Όπως στα επιστημονικά κείμενα είναι κρίσιμη η πραγματολογική γνώση του αντικειμένου που μεταφράζεται, αντίστοιχα και τα λογοτεχνικά προϋποθέτουν ένα υπόβαθρο στις λογοτεχνικές σπουδές και την ιστορία του πολιτισμού (Snell-Hornby, 1988: 19). Επομένως, η μετάφραση εξειδικευμένων κειμένων απαιτεί εξοικείωση με ορολογία και πρόσβαση σε τράπεζες δεδομένων.

B. ΕΙΔΙΚΟΣ ΣΧΟΛΙΑΣΜΟΣ

B.1 Μεθοδολογία μετάφρασης

Με τον όρο μεθοδολογία ορίζουμε μια σειρά ενεργειών που ακολουθούμε για την εκπόνηση μιας μετάφρασης. Η διαδικασία αυτή περιλαμβάνει αρχικά την ανάγνωση του κειμένου-πηγή, για κατανόηση του θέματος του κειμένου και του θεματικού πεδίου στο οποίο συγκαταλέγεται. Για την κατανόηση του κειμένου, ο μεταφραστής είναι πιθανόν να χρειαστεί να ανατρέξει σε εγκυκλοπαίδειες ή συναφή κείμενα εάν δεν γνωρίζει το αντικείμενο του κειμένου ή κάποιες πληροφορίες του. Στην συνέχεια, προχωρά σε φράση προς φράση ή παράγραφο προς παράγραφο μετάφραση και αναζητά τα κατάλληλα γλωσσικά μέσα στην γλώσσα στόχο με τα οποία θα επανεκφράσει το κείμενο. Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας αυτής, ο μεταφραστής είναι πιθανόν να αντιμετωπίσει δυσκολίες ανάλογα με τον βαθμό δυσκολίας του κειμένου και το εξειδικευμένο λεξιλόγιο που μπορεί να έχει. Για την αντιμετώπιση αυτών, κάνει χρήση πηγών εξειδικευμένου περιεχομένου, όπως βάσεις ορολογίας, επιστημονικά άρθρα, ειδικά εγκυκλοπαιδικά λεξικά, εξειδικευμένες σελίδες στο διαδίκτυο και φυσικά χρήση των κλασσικών βοηθημάτων του μεταφραστή, όπως γλωσσάρια και μονόγλωσσα/δίγλωσσα λεξικά. Η μεταφραστική διαδικασία ολοκληρώνεται με τον έλεγχο του μεταφράσματος.

Για την εκπόνηση της δικής μου μετάφρασης ενήργησα ως εξής. Αρχικά, το κείμενο που επέλεξα να μεταφράσω είναι μια διπλωματική εργασία που αναφέρεται στη διατροφή των εφήβων και κυρίως στην κατανάλωση φαστ φουντ από αυτούς. Αυτό από μόνο του δεν αποτελεί άγνωστο αντικείμενο για μένα. Η εργασία αυτή, όμως, αποτελεί μια ποιοτική μελέτη, το οποίο δεν γνώριζα τι είναι και για να κατανοήσω τη θεματική της ώστε να προβώ αργότερα στη μετάφρασή μου, έπρεπε αρχικά να αναζητήσω τον όρο αυτό. Ανέτρεξα, λοιπόν, σε επιστημονικές εργασίες και παρουσιάσεις στο διαδίκτυο και ορισμούς που βρήκα σε ιστοσελίδες οργανισμών και πανεπιστημίων. Αφού είχα κατανοήσει τι είναι μια ποιοτική μελέτη, προέβην σε ανάγνωση ολόκληρης της εργασίας για να πάρω μια πρώτη ιδέα του κειμένου μου και να αποφασίσω ποια κομμάτια της εργασίας θα μεταφράσω και ποια θα παραλείψω. Καθώς η εργασία ήταν μεγαλύτερη από αυτό που μου είχε ζητηθεί να μεταφράσω, αποφάσισα να παραλείψω

το 4^ο κεφάλαιο της, το οποίο περιείχε πίνακες και διαγράμματα και ο καθηγητής μου με είχε συμβουλέψει να παραλείψω κάτι τέτοιο από την εργασία μου, προς διευκόλυνσή μου. Στη συνέχεια, ξεκίνησα την μετάφρασή μου. Έκανα ανάγνωση μιας παραγράφου και ύστερα φράση προς φράση μετάφραση αυτής. Κατόπιν, έκανα ανάγνωση της μεταφρασμένης παραγράφου για να δω ότι βγάζει νόημα και την συνέκρινα με την πρωτότυπη για να σιγουρευτώ ότι δεν έχω ξεχάσει κάτι. Κατά την ολοκλήρωση κάθε κεφαλαίου, το διάβαζα πάντα από την αρχή για να σιγουρευτώ ότι δεν έχει χαθεί το νόημα και κάθε παράγραφος είναι συνέχεια της προηγούμενης. Το λεξιλόγιο που συνάντησα, εκτός από κάποιες εξαιρέσεις, ήταν βατό αν και περιείχε κάποιους όρους που σχετίζονται με την διατροφή και την υγεία. Όπως ανέφερα όμως δεν ήταν εξειδικευμένοι σε βαθμό που να μην δύναμαι να τους μεταφράσω. Για την εκπόνηση της μετάφρασής μου, ωστόσο, έπρεπε να αναζητήσω κάποιες έρευνες και μελέτες που αναφέρει, όπως το πρόγραμμα EAT, η Θεωρία της Προσχεδιασμένης Συμπεριφοράς και λοιπά.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον, οφείλω να ομολογήσω, είχε το 3^ο κεφάλαιο της εργασίας, το οποίο πραγματεύεται τη μεθοδολογία της ποιοτικής αυτής μελέτης και ήταν εκείνο που με δυσκόλεψε περισσότερο κατά την μετάφρασή μου. Απαιτούσε κάποιο γνωστικό υπόβαθρο στις κοινωνικές επιστήμες, οπότε έπρεπε να ανατρέξω σε συναφή επιστημονικά κείμενα και εργασίες για να κατανοήσω πρωτίστως τους όρους και έπειτα να τους αποδώσω στην Ελληνική, καθώς για κάποιους, όπως ο όρος *interpretivism* δεν έβρισκα ακριβές ισοδύναμο. Για την εκπόνηση της μετάφρασής μου, χρησιμοποίησα το δίγλωσσο Αγγλοελληνικό λεξικό *Oxford's Learners dictionary*, το ετυμολογικό λεξικό της Νέας Ελληνικής του Γ. Μπαμπινιώτη, καθώς και ιστοσελίδες μετάφρασης και ηλεκτρονικά λεξικά, όπως το *wordreference*³ και το *el.glosbe*⁴, που αποδείχθηκε ιδιαίτερος βοηθητικό, καθώς περιλάμβανε συναφή κείμενα σε διάφορα θεματικά πεδία, με τον όρο που αναζητούσα στην Αγγλική και τη μετάφρασή τους στην Ελληνική. Χρησιμοποίησα και την ιστοσελίδα της Ευρωπαϊκής Ένωσης *iate.europa.eu*⁵, σε μικρότερο όμως βαθμό, διότι δυστυχώς δεν περιλάμβανε την ορολογία του κειμένου μου. Ολοκλήρωσα την μετάφρασή μου ελέγχοντας το πα-

³ <http://www.wordreference.com/>

⁴ <https://el.glosbe.com/>

⁵ <http://iate.europa.eu/>

ραχθέν κείμενο, βλέποντας ότι συμφωνεί με το πρωτότυπό μου, και θεωρώντας ότι μπορεί να σταθεί ως αυτόνομο κείμενο.

Στο Θεωρητικό μέρος της εργασίας μου παρέθεσα τους ορισμούς της μετάφρασης και του εξειδικευμένου κειμένου, τους όρους αλλά και την έννοια της μεταφραστικής διαδικασίας ώστε να καταστεί πιο εύκολος και πιο συγκεκριμένος ο Ειδικός σχολιασμός που ακολουθεί, και με την χρήση χαρακτηριστικών παραδειγμάτων.

Η μεθοδολογική ανάλυση της συγκεκριμένης εργασίας αποτελεί ένα συνδυασμό ανάμεσα στα πέντε γλωσσικά επίπεδα (Μορφολογικό-Συντακτικό επίπεδο, Σημασιολογικό Επίπεδο, Υφολογικό Επίπεδο, Πραγματολογικό Επίπεδο, Λεξιλογικό Επίπεδο) και τις επτά μεταφραστικές τεχνικές των Vinay και Darbelnet (Κατά λέξη μετάφραση, Έκτυπο, Μετάσταση ή μετάταξη, Μετατροπή, Ισοδυναμία, Προσαρμογή).

Στο τέλος παρατίθενται τα συμπεράσματα, το γλωσσάρι και η έντυπη ελληνόγλωσση αλλά και ξενόγλωσση βιβλιογραφία καθώς και η ηλεκτρονική.

B.2 Ανάλυση και χρήση των τεχνικών της μετάφρασης, παράθεση παραδειγμάτων

Το κείμενο-πηγή που αποτελεί αντικείμενο της εργασίας μου, περιλαμβάνει ένα σύνολο όρων τους οποίους αν και τους συναντάμε συχνά στην καθημερινή μας ζωή, μέσα σε ποικίλλες συζητήσεις, ωστόσο έχουν διαφορετικό εννοιολογικό αντίκτυπο κατά την χρήση τους σε διάφορους τομείς. Για παράδειγμα τείνουμε να χρησιμοποιούμε κάποιους όρους, όπως «λίπος» ή «αίμα», στην καθημερινότητα μας, χωρίς να τους αποδίδουμε κάποιο ιδιαίτερα εξειδικευμένο νόημα. Εντούτοις οι όροι αυτοί, φέρουν διαφορετική εννοιολογική βαρύτητα στους επιστημονικούς κλάδους της Ιατρικής ή της Βιολογίας. Στο μεγαλύτερο μέρος της εργασίας, αποφάσισα να δώσω ιδιαίτερη σημασία στις τεχνικές που ακολούθησα ώστε να ολοκληρωθεί η μετάφραση. Για να μπορέσω όμως να βρώ τα κατάλληλα παραδείγματα (στα οποία θα αναφερθώ παρακάτω) έκρινα σκόπιμο να παραθέσω τους συνοπτικούς ορισμούς τους προκειμένου να καταστεί πιο αντιληπτή και συνάμα πιο εύκολη η διαδικασία που ακολουθήσα. Η ανάλυση που πραγματοποιή-

θηκε έγκειται στα πέντε γλωσσολογικά επίπεδα (μορφολογικό-συντακτικό, λεξιλογικό, σημασιολογικό και πραγματολογικό). Κύριο μέλημα μου είναι μέσα από την συγκεκριμένη ανάλυση να προκύψει ένα κείμενο που να ανταποκρίνεται με το καλύτερο δυνατό τρόπο στο πρωτότυπο.

Μέσα από την ανάλυση του κειμένου – πηγής στα πέντε επίπεδα (μορφολογικό – συντακτικό, λεξιλογικό, σημασιολογικό, υφολογικό και πραγματολογικό), θα παρουσιαστεί και η σύνδεση του κειμένου στόχου με το κείμενο πηγή.

Μορφολογικό – Συντακτικό: Το μορφολογικό και το συντακτικό αναπτύσσουν μια αλληλεπίδραση μεταξύ τους, περισσότερο απο κάθε άλλο γλωσσικό επίπεδο. Τα μορφήματα από τα οποία αποτελείται η κάθε λέξη όπως και το συντακτικό, συνιστούν και την τοποθέτηση τους μέσα στο κείμενο και σχετίζονται άμεσα με την κατανόηση του αναγνώστη.

Λεξιλογικό: Το λεξιλογικό επίπεδο, αποτελεί το πιο σημαντικό επίπεδο όλων, αφού το λεξιλόγιο αποτελεί τη βάση εργασίας ενός μεταφραστή. Επιπλέον η γλώσσα στηρίζεται στο λεξιλόγιο.

Σημασιολογικό: Το σημασιολογικό επίπεδο έχει να κάνει με τη σημασία της γλώσσας. Ωστόσο ένα σημαντικό πρόβλημα που προκύπτει είναι η πολυσημία. Σύμφωνα με τον Béal «Η πολυσημία αναφέρεται στο συσχετισμό μιας μορφής με περισσότερες σημασίες. Η σχέση αυτή είναι εξαιρετικά συχνή στις ανθρώπινες γλώσσες που συστηματικά “συστεγάζουν” διαφορετικές αλλά σχετικές σημασίες κάτω από την ίδια μορφή» (Béal 1970: στο Λιάλιου, 2016: 92)

Υφολογικό: Το ύφος συνήθως μελετάται από τρεις οπτικές, που αναφέρονται στους βασικούς επικοινωνιακούς συντελεστές: την πραγματικότητα, τον πομπό και τον δέκτη.

Πραγματολογικό: Η πραγματολογία ασχολείται με τη χρήση της γλώσσας, καθώς την εξετάζει ως ένα μέσο επικοινωνίας. Επίσης τονίζει την σημασία των μηνυμάτων τα οποία εναλλάσσονται ανάμεσα στους συνομιλούντες, καθώς και στις γνώσεις ή τις προθέσεις τους.

Σύμφωνα με τα παραπάνω ακολουθεί η εξής ανάλυση όσον αφορά τα πέντε επίπεδα (μορφολογικό-συντακτικό, λεξιλογικό, σημασιολογικό, υφολογικό και πραγματολογικό):

A. Μορφολογικό-Συντακτικό επίπεδο

1. Μεταβολή αριθμού

Απο ενικό σε πληθυντικό:

- (p.14 In another study **14-19 year old** fast food consumers have been found to consume more total carbohydrates....
(σελ. 18) Σε άλλη μελέτη, οι καταναλωτές φαστ φουντ ηλικίας **14-19 ετών** έχουν βρεθεί ότι καταναλώνουν περισσότερους συνολικούς υδατάνθρακες....
- (p.15) Even in the case of Mediterranean countries, where **fruit** and vegetables have higher availability,
(σελ.19) Ακόμη και και στην περίπτωση των μεσογειακών χωρών, όπου **τα φρούτα** και τα λαχανικά είναι διαθέσιμα σε μεγαλύτερη αφθονία..
- (p.10) In the case of adolescents, American data from a National **household** Survey.....
(σελ.14) Στην περίπτωση των εφήβων, αμερικάνικα δεδομένα από μια εθνική έρευνα **νοικοκυριών**.....

Απο πληθυντικό σε ενικό:

- (p.14) From 1977/78 – 1994/96 the percentage of energy intake **from foods consumed at home** decreased...
(σελ.17) Από το 1977/78 έως το 1994/96, το ποσοστό πρόσληψης ενέργειας **από την κατανάλωση σπιτικού φαγητού** μειώθηκε....

- (p.16) Fast food, another type of convenience food is also very popular among adolescents, as longitudinal trends show an increasing consumption **over the years**.

(σελ.20) Το φαστ φουντ, ένα ακόμη είδος έτοιμου φαγητού, είναι επίσης πολύ δημοφιλές μεταξύ εφήβων, καθώς οι μακροχρόνιες στατιστικές τάσεις δείχνουν την αύξηση κατανάλωσής του **σε βάθος χρόνου**.

2. Μεταβολή φωνής

Από Ενεργητική σε Παθητική:

- (p.9) Fast food restaurants first **appeared** in Southern California in the 1950's....

(σελ. 12) Τα εστιατόρια φαστ φουντ **εμφανίστηκαν** για πρώτη φορά στη Νότια Καλιφόρνια το 1950.....

- (p.9)Fast food trends show that fast food consumption **is increasing**.....

(σελ.12) Οι τάσεις του φαστ φουντ δείχνουν ότι η κατανάλωσή του **αυξάνεται...**

- (p.14) As soon as fast food consumption started **to increase** and become popular among adolescents....

(σελ.17) Από τη στιγμή που η κατανάλωση φαστ φουντ άρχισε **να αυξάνεται** και να γίνεται δημοφιλής στους εφήβους.....

Από Παθητική σε Ενεργητική:

- (p.16) Even though adolescents who consume fast food **have been also found** to consume less bread and cereals.....

(σελ.20)) Παρόλο που οι έφηβοι που καταναλώνουν φαστ φουντ **καταναλώνουν επίσης** λιγότερο ψωμί και δημητριακά....

- (p.32) The tape recordings **were also listened** to while reading the transcripts...

(σελ.37) Παράλληλα με την ανάγνωση τους ο ερευνητής **άκουγε** τις ηχογραφήσεις....

3. Μετατροπές άρθρων

Δεν μεταφράζεται το άρθρο.

- (p.13) Adolescents' diet has not remained **the same** over time...
(σελ.16) Η διατροφή των εφήβων δεν **παρέμεινε ίδια** με την πάροδο του χρόνου.
(αντί για : παρέμεινε **η** ίδια)
- (p.10) **An increase** in the fast food consumption of adolescents has been found
(σελ.13) Παρατηρήθηκε **αύξηση** στην κατανάλωση φαστ φουντ από εφήβους
(Αντί για: παρατηρήθηκε **μια** αύξηση)
- (p.10)showed that those adolescents who consumed fast food had **a significantly** higher average kilocalorie intake
(σελ.14) ...έδειξε ότι οι έφηβοι που κατανάλωναν φαστ φουντ **είχαν σημαντικά** υψηλότερη μέση πρόσληψη χιλιοθερμίδων (Αντί για: **Είχαν μια** σημαντικά)
- (p.10) Adolescents who consumed fast food more frequently **had a higher** intake of saturated fat
(σελ.14) Έφηβοι που κατανάλωναν φαστ φουντ συχνότερα **είχαν μεγαλύτερη** πρόσληψη κορεσμένου λίπους (Αντί για: **είχαν μια** μεγαλύτερη)
- (p.13) **In a study** that involved American adolescents
(σελ.16) **Σε έρευνα** που συμμετείχαν Αμερικανοί έφηβοι
(Αντί για: Σε **μια** έρευνα)

4. Προσθήκη λέξεων

- (p.14) Regarding total and saturated fat intake, these energy density measures have been found to be significantly higher among adolescents who consume fast food compared to those **who do not**
(σελ.18) Αναφορικά με την πρόσληψη των συνολικών και των κορεσμένων λιπαρών, οι μετρήσεις ενεργειακής πυκνότητας ήταν σημαντικά υψηλότερες στους

εφήβους που καταναλώνουν φαστ φουντ σε σύγκριση με εκείνους που δεν **καταναλώνουν**

(προστέθηκε η λέξη «καταναλώνουν», στο τέλος της πρότασης)

5. Παράλειψη λέξης

- (p.16) This may suggest an effort of girls to take care of their body and therefore achieve a **desirable body image**
(σελ.20) Αυτό πιθανώς δείχνει την προσπάθεια των κοριτσιών να φροντίζουν το σώμα τους, και κατ' επέκταση να δημιουργούν μια **πιο επιθυμητή εικόνα**

6. Σημεία Στίξης

- (p.9) “There are only two things that our customers have, time **and money-and** they don't like spending either of them so we better sell them their hamburgers quickly”
(σελ.12) «Δύο πράγματα έχουν οι πελάτες μας, χρόνο **και χρήμα, και** δεν τους αρέσει να σπαταλούν κανένα από τα δύο, οπότε το καλύτερο που έχουμε να κά-νουμε είναι να τους πουλήσουμε τα χάμπουργκέρ τους γρήγορα»,

B. Σημασιολογικό Επίπεδο

Στα παραδείγματα που ακολουθούν, κάποιες λέξεις ή εκφράσεις μεταφράστηκαν διαφορετικά, όπου ήταν εφικτό.

- (p.14) Iron is also important for the **build-up** of muscles in boys and to replace the iron losses because of the menses in girls.
(σελ.18) Ο σίδηρος είναι επίσης σημαντικός, για τη **δημιουργία** μυών στα αγόρια, και για την αναπλήρωση των απωλειών σιδήρου λόγω της εμμηνου ρύσεως στα κορίτσια

- (p.11) **Having a broader picture** of different dietary patterns can be useful, to detect potential differences in factors which affect each country's dietary choices.
(σελ.15) **Μπορεί να θεωρηθεί χρήσιμη μια ευρύτερη εικόνα** των διαφορετικών προτύπων διατροφής, για να ανιχνεύσουμε πιθανές διαφορές στους παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές κάθε χώρας
- (p.20) «**The slim image** promoted by..... seem to prefer their “bigger” peers...»
(σελ.25) « **Το αδύνατο σώμα**, που προωθείται προτιμούν ως πρότυπα τους πιο «εύσσωμους» συνομηλίκους.....»

Γ. Υφολογικό Επίπεδο

Προσωπικό ύφος

- (p.13) Two very common habits which have been investigated by researchers to detect changes over time are **snacking** and breakfast consumption
(σελ.16) Δύο πολύ κοινές συνήθειες, οι οποίες εξετάστηκαν από ερευνητές με σκοπό την ανίχνευση αλλαγών με την πάροδο του χρόνου, είναι το **τσιμπολόγημα** και η κατανάλωση πρωϊνού.
- (p.21) Unhealthy eating's benefits were considered to be its taste, the fact that it is “cool”, it is not time consuming, it is highly available and it does not require a lot of preparation (2.1.1.1)
(σελ.26) Τα οφέλη τις ανθυγιεινής διατροφής θεωρήθηκαν, η γεύση της, το γεγονός ότι είναι «**της μόδας**», ότι δεν είναι χρονοβόρα, ότι είναι ευρέως διαθέσιμη και δεν απαιτεί ιδιαίτερη προετοιμασία

Δ. Πραγματολογικό Επίπεδο

Κύρια ονόματα

- (p.9) ...said **James McLamore**, founder of Burger King (1.1)
(σελ. 12) ...είπε ο **Τζέιμς ΜακΛαμόρ**, ιδρυτής του Μπέργκερ Κίνγκ,
- (p.70) ...including a series of pictures taken by the photographer **Sally Davies** (5.2)
(σελ.41) ...το οποίο περιελάμβανε μια σειρά από φωτογραφίες που τραβήχτηκαν από την φωτογράφο **Σάλι Ντέιβις**
- (p.9) ...as sociologist **Benjamin R. Barber** has labelled it (1.1)
(σελ. 12) ...όπως το ονόμασε ο κοινωνιολόγος **Μπέντζαμιν Ρ. Μπάρμπερ**

Τοπωνύμια

- (p.9) Fast food restaurants first appeared in **Southern California** in the 1950's, (1.1)
(σελ. 12) Τα εστιατόρια φαστ φουντ εμφανίστηκαν για πρώτη φορά στη **Νότια Καλιφόρνια** το 1950,
- (p.11) **United Kingdom** is a country that is characterized of a more western dietary pattern compared to **Greece** (1.2)
(σελ. 15) Το **Ηνωμένο Βασίλειο** είναι μια χώρα που χαρακτηρίζεται από ένα πιο «δυτικό» πρότυπο διατροφής σε σύγκριση με την **Ελλάδα**.

Ε. Λεξιλογικό Επίπεδο

Λέξεις – Δάνειο

- (p. 9) **Fast food** restaurants first appeared
(σελ. 12) Τα εστιατόρια **φαστ φουντ** εμφανίστηκαν για πρώτη φορά

- (p.15) In 1996, these products contributed less than a fifth in adolescents' diet, as soft drinks, **pizza**, salty **snacks**, cheeseburgers
(σελ. 19) Το 1996, τα προϊόντα αυτά συνέβαλαν κατά λιγότερο από το ένα πέμπτο στη διατροφή των εφήβων, καθώς τα αναψυκτικά, η **πίτσα**, τα αλμυρά **σνακ**, τα χάμπουργκερ με τυρί

Συνθέματα

- (p.19) ...**socio-economical** status, TV watching which seems to promote convenient unhealthy
(σελ.24) ...**η κοινωνικοοικονομική** θέση, η παρακολούθηση τηλεόρασης,
- (p.21) ...while high **self-efficacy** can help people achieve a certain behaviour
(σελ. 26) ...ενώ η υψηλή **αυτό-αποτελεσματικότητα**, μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να επιτύχουν μια ορισμένη συμπεριφορά

Όπως έχω ήδη αναφέρει το πρωτότυπο κείμενο δεν αποτελεί ένα τεχνικά δύσκολο κείμενο και για το λόγο αυτό δεν χρειάστηκε να γίνουν μεγάλες διαφοροποιήσεις σε ότι αφορά την μετάφραση, παρ' όλα αυτά οι τεχνικές, του δανείου, του έκτυπου, της μετάταξης και της μετατροπίας, της ισοδυναμίας (βεβαίως σε μικρότερο βαθμό), της προσαρμογής και της κατά-λέξη μετάφρασης χρησιμοποιήθηκαν και επαναλήφθηκαν κάποιες φορές κατά τη διάρκεια της μεταφραστικής μου διαδικασίας, στις περιπτώσεις όπου κρίθηκε σκόπιμο. Η τελευταία χρησιμοποιήθηκε κατά κόρον αφού με εξυπηρέτησε κατά πρώτον στο να καταλάβω την δομή του κειμένου από την άποψη του λεξιλογίου και κατά δεύτερον στο ύφος και στην νοηματική συνοχή και με βοήθησε να καταλήξω στην όσο το δυνατόν ακριβέστερη μετάφραση του πρωτοτύπου. Χαρακτηριστικό παράδειγμα η μετάφραση της πρώτης κιάλας παραγράφου του κειμένου πηγή πλην συγκεκριμένων λέξεων οι οποίες όπως θα υποθεί παρακάτω συγκαταλέγονται στα δάνεια. Το πρωτότυπο κείμενο ξεκινά : «There are only two things that our customers have, time and money-and they don't like spending either of them so we better sell them their», έτσι χρησιμοποιώντας την τεχνική αυτή απέδωσα το μεταφρασμένο κείμενο: «Δύο πράγματα έχουν οι πελάτες μας, χρόνο και χρήμα, και δεν τους αρέσει να σπατα-

λούν κανένα από τα δύο, οπότε το καλύτερο που έχουμε να κάνουμε είναι να τους πουλήσουμε».

Από το πρωτότυπο μου κείμενο, δεν λείπουν τα **δάνεια**, σε μεγάλο βαθμό παρμένα από την ελληνική γλώσσα, όπως οι λέξεις «*apathy*», από την ελληνική απάθεια, «*phenomena*» ή «*paradigm*», πράγμα που μπορεί να οφείλεται στο ότι η μητρική γλώσσα του συγγραφέα είναι η ελληνική. Καθώς και τα δάνεια που παρέμειναν αυτούσια στην μετάφραση μου, είτε παγιωμένα σημασιολογικά δάνεια όπως η λέξη «*φαστ φουντ*» ή «*χαμπουργκερ*», είτε για παράδειγμα η λέξη «*σνάκ*» που μπορεί να μεταφραστεί και ως τσιμπολόγημα, όμως σε πολλά σημεία της μετάφρασης εξυπηρέτησε ο δανεισμός της.

Η τεχνική του **εκτύπου** χρησιμοποιήθηκε ορισμένες φορές κατά την μετάφρασή μου, καθώς εξυπηρετούσε καλύτερα τη μεταφορά του μηνύματος, χαρακτηριστικό παράδειγμα ο όρος «*self service foods*», που μεταφράστηκε ως «*φαγητό αυτό-εξυπηρέτησης*», το οποίο θα χαρακτήριζα ως δομικό έκτυπο, διότι όπως αναφέρθηκε στη θεωρία μου εισάγει μια νέα μορφοσυντακτική δομή στη γλώσσα στόχο, με την κατά- λέξη μετάφραση του συντάγματος της γλώσσας πηγής.

Συνεχίζοντας την μεταφραστική διαδικασία συνάντησα ένα παράδειγμα όπου χρειάστηκε να ακολουθήσω την τεχνική της **μετάταξης**, και πιο συγκεκριμένα στη σελ. 16 του κειμένου πηγή στην πρόταση : «.....was well predicted by attitudes, social norms and PBC, while PBC directly predicted behaviour.» δηλ. στην κατά λέξη μετάφραση: «.... ήταν καλά προβλέψιμη από συμπεριφορές, κοινωνικούς κανόνες και Α.Ε.Σ ενώ η Α.Ε.Σ άμεσα προέβλεψε συμπεριφορά.». Στο παράδειγμα αυτό χρειάστηκε να αλλάξω το επίθετο σε ρήμα ώστε να μεταφραστεί ως εξής: «... είχε σωστά προβλεφθεί από την συμπεριφορά, τα κοινωνικά πρότυπα και τον Α.Ε.Σ, ενώ ο Α.Ε.Σ προέβλεψε απευθείας στην συμπεριφορά ».

Η τεχνική της **μετατροπής**, ήταν και αυτή που οφείλω να ομολογήσω με δυσκόλεψε στο μεγαλύτερο βαθμό στην εύρεση παραδειγμάτων, καθώς εστιάζει στην αλλαγή σκοπίας με την από την οποία αντιλαμβάνεται το μήνυμα ο ομιλητής κάθε γλώσσας, θα αναφέρω το παράδειγμα στη σελ. 10 του πρωτοτύπου « was compared to consumption in younger children, *adolescents scored higher*» το οποίο μεταφράστηκε ως

«..... συγκρίθηκε με την κατανάλωση σε μικρότερα παιδιά, οι εφήβοι σημείωσαν υψηλότερα ποσοστά κατανάλωσης».

Όσον αφορά την τεχνική της **ισοδυναμίας**, θα έλεγα ότι στο κείμενο μου, μίας και είναι ένα εξειδικευμένο κείμενο ορολογίας, δεν βρέθηκαν πολλά παραδείγματα αυτής, όσα αντίστοιχα θα μπορούσαν ίσως να βρεθούν σε ένα λογοτεχνικό κείμενο, καθώς ασχολείται κυρίως με την απόδοση φραστικών ιδιοματισμών, παροιμιών, εκφωνημάτων, ρήτων και εκφράσεων. Ενδεικτικά θα αναφέρω δύο εκφράσεις που θεώρησα ότι αντιστοιχούν σε αυτήν, στη σελ. 31 του πρωτοτύπου μου η φράση «*establish rapport*» που μεταφράστηκε ως «να βελτιώσουν την επικοινωνία» και στη σελ. 75 η φράση «*serve as strength*» η οποία μεταφράστηκε ως «θα μπορούσε ταυτόχρονα να είναι δύναμη».

Τέλος, όσον αφορά την **προσαρμογή**, όπως αναφέρεται στη θεωρία μας, πρόκειται για μια τεχνική η οποία εφαρμόζεται σε περιπτώσεις στις οποίες η κατάσταση την οποία περιγράφει το μήνυμα στη γλώσσα-πηγή δεν υπάρχει στη γλώσσα-στόχο και συνεπώς αντιστοιχίζεται σε μία άλλη κατάσταση που μπορεί να γίνει κατανοητή, είτε επίσης για περιπτώσεις στις οποίες το πρωτότυπο κείμενο αναφέρεται σε πολιτικούς και κοινωνικούς θεσμούς, σε πολιτισμικά στοιχεία, που είναι άγνωστα ή αδυνατούν να ερμηνευτούν. Σύμφωνα με αυτό μετάβηκα στο 3^ο κεφάλαιο της πρωτότυπης εργασίας, όπου αναλύει την μεθοδολογία της και περιείχε κάποιο υπόβαθρο στις κοινωνικές επιστήμες, θα αναφέρω χαρακτηριστικά τον όρο «*interpretivism*» για τον οποίο δεν βρήκα αντίστοιχο ελληνικό ισοδύναμο και επέλεξα να το μεταφράσω ως «Ερμηνευτική», καθώς αυτό υπονοούσε και ο ορισμός του.

B.2.1 Δυσκολίες στο πρωτότυπο κείμενο

Κατά τη μεταφραστική διαδικασία υπάρχουν παράγοντες που δυσχεραίνουν το έργο του μεταφραστή. Ένα μεταφραστικό ζήτημα που προέκυψε στην εργασία μου ήταν η αναγνώριση λαθών που υπήρχαν στο πρωτότυπο κείμενο, μάλλον από απροσεξία. Αν και δεν ήταν σε τέτοιο βαθμό που να δυσχεραίνει την απόδοση του νοήματος, θεώρησα σκόπιμο να τα αναφέρω ως γενικότερη απροσεξία. Στο υποκεφάλαιο 3.3 σελ. 22 ήρθα αντιμέτωπη με την φραση : «.....were examined through their opinions o

adolescents' ...» . Προφανώς αυτό που θα έπρεπε να είχε γραφτεί ήταν «... opinions of adolescents' ...».

Επίσης, υπήρχαν και κάποιες λέξεις και εκφράσεις όπως “*per se*” και “*Americana*” οι οποίες πριν αποδοθούν στην ελληνική γλώσσα χρειάστηκε η αναζήτησή τους σε διάφορα λεξικά. . Για την λέξη “*per se*” βρήκα πως πρόκειται για μια λατινική φράση που συνηθίζεται να χρησιμοποιείται στη νέα ελληνική γλώσσα και σημαίνει “*καθ' εαυτόν*”. Αντίστοιχα στην αγγλική γλώσσα αποδίδεται ως “*by itself*” ή “*in itself*”. Για την λέξη “*Americana*” υπέθεσα ότι μεταφράζεται ως “*Αμερικάνικη επιρροή*” επειδή και εδώ πρόκειται για μια λατινική φράση που συνοδεύεται συνήθως με την λέξη “*ra*”.⁶

Στην σελ. 19 κεφάλαιο 3 του πρωτοτύπου, στην παράγραφο υπό τον τίτλο : **Εργαλείο επιλογής**, αντιμετώπισα δυσκολία ως προς την ερμηνεία του όρου *Screening tool* επειδή σύμφωνα με την κατά λέξη μετάφραση θα έπρεπε να αποδοθεί ως *εργαλείο προβολής*. Ιδιαίτερα σε ό,τι αφορά την λέξη *Screening* αυτή συναντάται με πολλές έννοιες όπως: προβολή, έλεγχος, ξεσκαρτάρισμα, εξέταση, αξιολόγηση. Έτσι αποφάσισα πως ο συνδυασμός και των δυο λέξεων θα μπορούσε να μεταφραστεί, ανάλογα με το νόημα που θα έπρεπε να αποδώσω. Το *screening tool* είναι ένα εργαλείο που χρησιμοποιήθηκε για την επιλογή ατόμων για την έρευνα, οπότε μεταφράστηκε ως *εργαλείο επιλογής*.

Ανάλογες δυσκολίες συνάντησα και στις σελ. 20, 21 και 23 του πρωτοτύπου με τους όρους *recruit* και *study leave, probe*, και *transcription* αντίστοιχα. Η κατά λέξη μετάφρασή τους είναι :

Για τη λέξη *recruit* → στρατολογώ, αναζητώ κ.α. για εργασία, προσλαμβάνω, νεοσύλλεκτος, νεοπροσληφθείς. Στο κείμενό μου μεταφράστηκε ως *επιλέγω*. Για την λέξη *study leave* οι λέξεις που υπάρχουν στην κατά λέξη μετάφραση είναι για το *study* → *σπουδάζω, εξετάζω, μελετώ, διαβάζω, κ.α.* για το *de leave* → *φεύγω, αφήνω, αποχωρώ*. Χρειάστηκε λοιπόν πιο διεξοδική έρευνα στα λεξικά προκειμένου να αποδοθεί ο σωστός ορισμός που είναι : *η άδεια σπουδών*.

Με την σειρά τους οι λέξεις *probe* και *transcription* ενώ κατά λέξη μεταφράζονται ως *εξετάζω, πειράζω, σκαλίζω, ανακρίνω, ρωτώ* και (για την λέξη *transcription*) *απομαγνητοφώνηση, ηχογράφηση* εγώ την πρώτη λέξη (*probe*) επέλεξα να την μεταφράσω ως *εξετάζω*, ενώ την ακόλουθη (*transcription*) τόσο ως *απομαγνητοφωνώ* όσο και ως

⁶ <http://www.teicrete.gr/users/kutruilis/Glosika/Latinika.htm>

ηχογράφηση ανάλογα την περίπτωση. Στις παραπάνω αναφερόμενες περιπτώσεις θα μπορούσω να συγκαταλέξω την τεχνική της μετάταξης μιας και αλλάζοντας κατά περίπτωση την ερμηνεία των λέξεων οδηγήθηκα σε μια πιο εύστοχη νοηματικά μετάφραση χωρίς να αλλάζει η γραμματική τους δομή.

Ακόμη, στη συνέχεια της εργασίας μου βρέθηκα σε δίλημμα σχετικά με τον όρο “*franchised*” στη σελ. 60. Σε αυτό το σημείο αναρωτήθηκα αν θα έπρεπε να τον μεταφράσω ή να τον χρησιμοποιήσω ως έχει καθώς είναι μια λέξη ευρέως διαδεδομένη. Παρ’ όλα αυτά θεώρησα σωστότερο να χρησιμοποιήσω τη λέξη “δικαιοχρησία” καθώς είναι προτιμότερο να χρησιμοποιούμε τις ελληνικές αποδόσεις ιδιαίτερα στο γραπτό λόγο.

B.3 Μονολεκτικοί, διλεκτικοί και πολυλεκτικοί όροι

Όπως αναφέρθηκε στην μεθοδολογία μου, κατά την μετάφραση του κειμένου συνάντησα όρους οι οποίοι έχρηζαν περαιτέρω προσοχής, αφενός μεν για να τους κατανοήσω και αφετέρου δε για να τους μεταφέρω στην γλώσσα στόχο, δίχως να επηρεαστεί η έννοιά τους. Συνάντησα όρους όχι μόνο μονολεκτικούς, διλεκτικούς ή τριλεκτικούς αλλά και πολυλεκτικούς οι οποίοι δεν θα μπορούσαν να μεταφραστούν μονολεκτικά. Συμβουλευτήκα λοιπόν άρθρα των Φωτοπούλου και Βαλεόντη από τα συνέδρια της ΕΛ.ΕΤ.Ο.

Στο άρθρο της Φωτοπούλου (2003: 5,6) σχετικά με τα στοιχεία μορφολογίας και τυπολογίας των πολυλεκτικών ονοματικών και ορολογικών και μη συνδιασμών που συναντώνται στην ελληνική γλώσσα, επισημαίνεται ότι ένας πολυλεκτικός όρος μπορεί να αποτελείται από τους εξής συνδυασμούς:

Επίθετο + Ουσιαστικό

Ουσιαστικό + Ουσιαστικό (γενική)

Ουσιαστικό + Ουσιαστικό

Επίσης αναφέρεται πως πολυλεκτικοί όροι μπορεί είναι και τα αρκτικόλεξα ή και συνδυασμοί μιας λέξης με ένα σύμβολο ή με ένα αρκτικόλεξο. Στη συνέχεια μέσα από το άρθρο του Βαλεοντή αντιλήφθηκα τον διαχωρισμό μεταξύ απλών όρων και σύμπλο-

κων. Ένας απλός όρος μπορεί να αποτελείται από απλά μια και μόνο λέξη, ένα ή και πολλά θέματα, με ή χωρίς άλλα μορφήματα όπως καταλήξεις . Ένας σύμπλοκος όρος μπορεί να απαρτίζεται είτε από ένα σύνολο λέξεων οι οποίες δεν συνδέονται μορφολογικά (περιφραστικός τύπος) είτε από ένα σύνολο τύπων οι οποίοι συνδέονται μορφολογικά μεταξύ τους και συνάπτουν μία φράση (μονολεκτικός τύπος) (Βαλεοντής 1997: 3). Λαμβάνοντας υπόψη, λοιπόν, τις επισημάνσεις των παραπάνω άρθρων, κατηγοριοποίησα αντιστοίχως τους όρους τους οποίους συνάντησα μέσα στο πρωτότυπο κείμενο .

Ο Βαλεοντής (2006: 5-9) επεσήμανε τις μεθόδους σχηματισμού όρων, και τις τριών ειδών συνδέσεις όρων με έννοιες. Αρχικά, συγκαταλέγει στις μεθόδους σχηματισμού όρων: 1. τη δημιουργία νέων μορφών 2. τη χρήση υπαρχουσών μορφών, και 3. το διαγλωσσικό δανεισμό. Και υποστηρίζει ότι οι νέοι όροι που δημιουργούνται είναι λεξικές οντότητες που δεν προϋπήρχαν. Ακόμη επισημαίνει ότι οι όροι είναι οι γλωσσικές παραστάσεις των εννοιών και για να επιτευχθεί αυτό χρειάζεται να διατηρηθούν οι προδιαγεγραμμένοι γλωσσικοί κανόνες, κάτι το οποίο απαιτεί τη διαφάνεια και την συνέπεια. Τα παρακάτω γλωσσικά μοτίβα εξυπηρετούν και τις δύο αυτές συνιστώσες σύμφωνα με τον ίδιο.

B.3.1 Μονολεκτικοί όροι

Αναφορικά με τους μονολεκτικούς όρους η μεγαλύτερη δυσκολία που αντιμετώπισα ήταν ποιά απόδοση θα έπρεπε να κρατήσω από αυτές που συναντώνται πιο συχνά, όπως ανέφερα και στις τεχνικές της μετάφρασης. Για παράδειγμα στους παρακάτω όρους, δόθηκαν οι εξής αποδόσεις:

- Overseas = στο εξωτερικό (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Nutrients = θρεπτικά συστατικά (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Intake = πρόσληψη (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε μονολεκτικά)
- Determinants = καθοριστικοί παράγοντες (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Servings = μερίδες (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε μονολεκτικά)
- Cheeseburgers = χάμπουργκερ με τυρί (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε τριλεκτικά)

- Folate = φολικό οξύ (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Fibre = φιτικές ίνες (μονολεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)

B.3.2 Διλεκτικοί όροι

Σύμφωνα με την Φωτοπούλου (2003: 5,6) υπάρχει ένα πλήθος κατηγοριών στα αγγλικά και στα ελληνικά, πολυλεκτικών συνδυασμών. Στην παρούσα εργασία, χαρακτηριστικά παραδείγματα αποτελούν τα κάτωθι).

Συνδυασμός επιθέτου + ουσιαστικού:

- Primary targets → πρωταρχικοί στόχοι (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Qualitative research → ποιοτική έρευνα (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Qualitative approach → Ποιοτική προσέγγιση (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Qualitative study → Ποιοτική μελέτη (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Quantitative research → Ποσοτική έρευνα (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Environmental determinants → Περιβαλλοντικοί καθοριστικοί παράγοντες (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε τριλεκτικά)

Συνδυασμός ουσιαστικού + ουσιαστικού στη γενική:

- Food consumption → Κατανάλωση τροφίμων (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)

- Weight status → Κατάσταση βάρους (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Vending machine → μηχανήματα αυτόματης πώλησης (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε τριλεκτικά)
- Screening tool → εργαλείο επιλογής (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Value meal → γεύμα αξίας (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Emotional eating → κατανάλωση λόγω συναισθηματικής κατάστασης (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε τετραλεκτικά)

Συνδυασμός ουσιαστικού + ουσιαστικού :

- Food cravings = επιθυμία για φαγητό (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε τριλεκτικά)
- Added sugars = σάκχαρα (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε μονολεκτικά)
- Epidemiological studies = Επιδημιολογικές μελέτες (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)
- Junk food = πρόχειρο φαγητό (διλεκτικός όρος που μεταφράστηκε διλεκτικά)

B.3.3 Απόδοση πολυλεκτικών όρων

Στο κείμενο πηγή συνάντησα πληθώρα απο πολυλεκτικούς όρους, οι οποίοι δεν θα μπορούσαν να μεταφραστούν μονολεκτικά. Τέτοια παραδείγματα είναι :

- Self service food →Φαγητό αυτοεξυπηρέτησης (τριλεκτικός όρος που αποδόθηκε διλεκτικά με τον νεοσύστατο όρο “αυτόεξυπηρετησης”)
- Fast food industries →Βιομηχανίες φαστ φουντ (τριλεκτικός όρος που αποδόθηκε τριλεκτικά)
- Refined Starchy foods → Επεξεργασμένα αμυλούχα τρόφιμα (τριλεκτικός όρος που αποδόθηκε τριλεκτικά)
- National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) →Εθνική Έρευνα Υγείας και Διατροφής (αρκτικόλεξο)
- Project EAT (Eating Among Teens) →Πρόγραμμα Τρώγοντας Μεταξύ Ανηλίκων. (αρκτικόλεξο)

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Από τα όσα παραπάνω αναφέρθηκαν στην εργασία αυτή, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η μετάφραση όπως και η σημασία της είναι μια σημαντική διαδικασία και όχι μια απλή μεταφορά λέξεων από το ένα γλωσσικό σύστημα στο άλλο. Συνδέεται με τα πολιτιστικά και κοινωνικά στοιχεία της γλώσσας του κειμένου πηγής και με βάση αυτά θα πρέπει να αποδίδεται μεταφραστικά. Για την μετάφραση του κειμένου αυτού ορίστηκε το μεταφραστικό φαινόμενο και επισημάνθηκε πως ως κλάδος δεν μπορεί και δεν πρέπει να λειτουργεί απομονωμένος από την γλωσσολογία, την ορολογία και όλους τους υπόλοιπους επιστημονικούς κλάδους, μιας και είναι στενά συνδεδεμένη μαζί τους. Κυρίως η ορολογία συνεισφέρει στο να ξεπεραστούν τα γλωσσικά εμπόδια που προκύπτουν κατά την μεταφραστική διαδικασία και αποσαφηνίζει έννοιες, αποτρέποντας πιθανή παρερμηνεία τους.

Η άριστη γνώση της γλώσσας που μεταφράζεται αποτελεί βασική προϋπόθεση για έναν μεταφραστή ώστε να καταφέρει να αποδώσει σωστά και με ακρίβεια, το περιεχόμενο του κειμένου. Εντούτοις είναι δύσκολο να επιτύχει την απόλυτη ταύτιση και ισοδυναμία του κειμένου. Για τον λόγο αυτό θα πρέπει να βρεθεί ένας τρόπος με τον οποίο και θα συνδέονται τα κείμενα και οι αναγνώστες να βρίσκουν προσιτό και κατανοητό το μεταφρασμένο. Επιπλέον κατά την μετάφραση δεν θα πρέπει να διαφαίνεται πουθενά η προσωπική άποψη του μεταφραστή, καθώς ελλοχεύει ο κίνδυνος, το πρωτότυπο κείμενο να μην μπορέσει να αποδώσει στο αναγνωστικό κοινό το μήνυμά του. Ωστόσο θα πρέπει να σημειωθεί, ότι ο κάθε μεταφραστής φέρει τη δική του ύφος και στυλ, κάτι που επηρεάζει την μεταφραστική διαδικασία και κατά συνέπεια αφήνει το δικό του μεταφραστικό αποτύπωμα κάθε φορά.

Επιπρόσθετα ο μεταφραστής οφείλει να επιλέγει με μεγάλη προσοχή τα βοηθήματα που χρησιμοποιεί, όπως για παράδειγμα τα λεξικά, τις βιβλιογραφίες, κλπ. Από την προσωπική μου εμπειρία κατά την εκπόνηση της συγκεκριμένης εργασίας η τεκμηρίωση όρων αποτελεί ένα σημείο που χρήζει ιδιαίτερης προσοχής. Οι όροι είναι δυνατόν να προέρχονται από διάφορα επιστημονικά πεδία και αυτό πολλές φορές μπορεί να δημιουργήσει πρόβλημα κατά την απόδοσή τους.

Η μετάφραση κειμένου συνιστά μια ιδιαίτερα χρονοβόρα διαδικασία. Κατά την εκπόνηση της συγκεκριμένης διαδικασίας, προσπάθησα να επιτύχω τη καλύτερη δυνατή μετάφραση των όρων, έτσι ώστε να μην αλλοιωθεί το νόημα του κειμένου. Εξάλλου

πρόκειται ένα κείμενο, που παρά τους εξειδικευμένους όρους που μπορεί να περιέχει σε αρκετά σημεία, απευθύνεται σε ένα ευρύ κοινό αναγνωστών και σκοπό έχει την ενημέρωση.

Για την μετάφραση του κειμένου αυτού χρειάστηκε να εφαρμόσω τις τεχνικές που περιέγραψα. Στη συνέχεια χρησιμοποίησα ηλεκτρονική και έντυπη βιβλιογραφία προκειμένου να αναλύσω το νέο κείμενο και να εντοπίσω τα φαινόμενα με τα οποία ασχολήθηκα στον ειδικό σχολιασμό. Συνοψίζοντας θα λέγαμε ότι η παρούσα εργασία πέρα από τα σημαντικά οφέλη και τις γνώσεις που προσέφερε για τη μεταφραστική διαδικασία, μέσω του θέματος που πραγματευόταν διεύρυνε και τις γνώσεις μου γύρω από την κατανάλωση φαστ φουντ αλλά δημιούργησε και ένα προβληματισμό σε ότι αφορά τις διατροφικές μας επιλογές. Εν κατακλείδι, μου έδωσε την δυνατότητα να εφαρμόσω όσα διάβασα και μέσα από την διαδικασία του σχολιασμού, όπου εντόπισα πληθώρα μονολεκτικών αλλά και πολυλεκτικών όρων, να διευρύνω την μεταφραστική μου αντίληψη, και τις ικανότητές μου, δίνοντάς μου ταυτόχρονα το αίσθημα της δημιουργίας.

ΓΛΩΣΣΑΡΙ

Το παρακάτω γλωσσάρι δημιουργήθηκε με απώτερο σκοπό την καταγραφή και ερμηνεία αγγλικών όρων οι οποίοι απαντήθηκαν στο πρωτότυπο κείμενο. Περιλαμβάνει όρους, μονολεκτικούς και πολυλεκτικούς, οι οποίοι κατά κύριο λόγο αποτελούν τα βασικά στοιχεία ανάλυσης μέσα στη διατριβή. Ακόμη το γλωσσάρι αυτό έχει δημιουργηθεί με αλφαβητική σειρά των αγγλικών όρων και όχι ανά σελίδα εμφάνισης τους.

Added sugar	Σάκχαρα
American National Restaurant Association	Εθνική Αμερικάνικη Ένωση Εστιατορίων
Analytical process	Αναλυτική διαδικασία
Apathy	Απάθεια
Artificially made	Τεχνητά κατασκευασμένο
Balanced diet	Ισορροπημένη διατροφή
Caffeinated drink	Καφεϊνούχο ρόφημα
Calcium	Ασβέστιο
Carbohydrates	Υδατάνθρακες
Carbonated drink	Ανθρακούχο ποτό
Causal relationship	Αιτιώδης σχέση
Cheeseburgers	Χάμπουργκερ με τυρί
Conceptual comment	Εννοιολογικό σχόλιο
Convenience food	(προμαγειρεμένο)Φαγητό ευκολίας
Correlate	Συσχετισμός
Cross sectional study	Διατμηματική μελέτη
Dairy products	Γαλακτοκομικά προϊόντα
Determinants	Καθοριστικοί παράγοντες
Diet	Δίαιτα
Dietary habit	Διατροφική συνήθεια
Dietary pattern	Διατροφικό πρότυπο
Dietetic background	Διαιτητικό υπόβαθρο
Eating habit	Διατροφική συνήθεια
Ecological framework approach	Προσέγγιση οικολογικού πλαισίου
Emotional eating	Κατανάλωση λόγω συναισθηματικής κατάστασης
Energy density	Ενεργειακή πυκνότητα
Energy intake	Ενεργειακή πρόσληψη
Environmental determinants	Περιβαλλοντικοί καθοριστικοί παράγοντες
Epidemiological study	Επιδημιολογική μελέτη

Fat	Λιπαρά
Fast food chains	Αλυσίδες φαστ φουντ
Fast food establishment	Κατάστημα φαστ φουντ
Fast food industry	Βιομηχανία φαστ φουντ
Fast food outlet	Κατάστημα φαστ φουντ
Fibre	Φυτικές ίνες
Folate	Φολικό οξύ
Food consumption	Κατανάλωση τροφίμων
Food cravings	Επιθυμία για φαγητό
Food culture	Διατροφική κουλτούρα
Fried food	Τηγανιτό φαγητό
Grounded theory	Θεωρία βασιζόμενη σε κάτι
Health official	Υγειονομικές αρχές
Health professional	Επαγγελματίας υγείας
Healthful diet	Υγιεινή διατροφή
Healthy dietary pattern	Υγιεινό διατροφικό προτυπο
Healthy option	Υγιεινή επιλογή
Hermeneutic circle	Ερμηνευτικός κύκλος
Important others	Σημαντικοί άλλοι
Initial coding	Αρχική κωδικοποίηση
Insight	Γνώση
Intake	Πρόσληψη
Interpersonal determinant	Διαπροσωπικός καθοριστικός παράγοντας
Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)	Ερμηνευτική φαινομενολογική ανάλυση (IPA)
Interpretivism	Ερμηνευτική
Intervention	Παρέμβαση
Intrinsic reward	Εσωτερική ανταμοιβή
Iron	Σίδηρος
Junk food	Πρόχειρο φαγητό
Kilocalories	Χιλιοθερμίδες
Large-quantity food	Μεγάλη ποσότητα τροφής
Late chronotype	Αργό χρονότυπο
Level of satiety	Επίπεδο κορεσμού
Longitudinal trend	Μακροχρόνια στατιστική τάση
Macronutrients	Μακροθρεπτικά συστατικά
Mechanism	Αιτία
Mediterranean diet	Μεσογειακή διατροφή

Mediterranean dishes	Μεσογειακή διατροφή
Medium-fat milk product	Γαλακτοκομικό προϊόν μεσέων λιπαρών
Micronutrients	Μικροθρεπτικά συστατικά
Microwave meals	Γεύματα μικροκυμάτων
Motivational theory	Θεωρία κινητρων
Muscular development	Μυϊκή ανάπτυξη
National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES)	Εθνική Έρευνα Υγείας και Διατροφής
Nnutritional knowledge	Διατροφική γνώση
Norms	Πρότυπα
Nutrient intake	Πρόσληψη θρεπτικών ουσιών
Nutritional independence	Διατροφική ανεξαρτησία
Nutritional information	Διατροφικές πληροφορίες
Nutritional value	Διατροφική αξία
Obesity	Παχυσαρκία
Organic food	Βιολογικά τρόφιμα
Osteoporosis	Οστεοπόρωση
Outlet	Κατάστημα
Overweight	Υπέρβαρος
Packaged snack foods	Συσκευασμένα σνακ
Paradigm	Παράδειγμα
Passive overconsumption	Παθητική υπερκατανάλωση
Peak bone mass	Μέγιστη οστική μάζα
Per se	Καθαυτό
Perceived Behavioural Control (PBC)	Αντιληπτικός έλεγχος συμπεριφοράς (PBC)
Personal interpretation	Προσωπική ερμηνεία
Personal reflection	Προσωπική ερμηνεία
Physical-environmental determinants	Φυσικοπεριβαλλοντικοί καθοριστικοί παράγοντες
Portion	Μερίδα
Potential interaction	Πιθανή αλληλεπίδραση
Poultry	Πουλερικά
Primary target	Πρωταρχικός στόχος
Processed foods	Επεξεργασμένα τρόφιμα
Probes	Εξετάζω- ερευνώ
Project EAT (Eating Among Teens)	Πρόγραμμα Τρώγοντας Μεταξύ Ενηλίκων
Psychological benefit	Ψυχολογικό όφελος
Qualitative approach	Ποιοτική προσέγγιση
Qualitative research	Ποιοτική έρευνα
Qualitative study	Ποιοτική μελέτη

Quantitative analysis	Ποσοτική ανάλυση
Quantitative research	Ποσοτική έρευνα
Ready to eat	Ετοιμο προς κατανάλωση
Recruited	Προσλήφθηκε
Refined starchy foods	Επεξεργασμένα αμυλούχα τρόφιμα
Saturated fat	Κορεσμένο λίπος
Savoury snack,	Αλμυρό σνακ
School food policies	Πολιτικές διατροφής στα σχολεία
Screening sample	Δείγμα
Screening tool	Εργαλείο επιλογής
Self presentational autonomy	Αυτό-παρουσιαζόμενη αυτονομία
Self service food	Φαγητό αυτοεξυπηρέτησης
Semi-structured interviews	Ημιδομημένες συνεντεύξεις
Serving	Μερίδα
Skeletal development	Σκελετική ανάπτυξη
Snack	Τσιμπολογημα – Σνακ
Social interactions	Κοινωνικές αλληλεπιδράσεις
Social Learning Theory (SCT)	Θεωρία Κοινωνικής Μάθησης (SCT)
Social norm	Κοινωνικό πρότυπο
Social pressure	Κοινωνική πίεση
Social-environmental determinants	Κοινωνικοπεριβαλλοντικοί καθοριστικοί παράγοντες
Socio-economical status	Κοινωνικοοικονομική κατάσταση
Soft drink	Αναψυκτικό
Study leave	Άδεια μελέτης
Synergistic effect	Συnergιστικό αποτέλεσμα
Synergistic process	Συnergιστική διαδικασία
Theory of Planned Behaviour (TPB)	Θεωρία της Προγραμματισμένης Συμπεριφοράς (TPB)
Total and saturated fat	Συνολικό και κορεσμένο λίπος
Traditional Greek cook food	Παραδοσιακό ελληνικό μαγειρευτό φαγητό
Trend	Τάση
Unhealthy eating	Ανθυγιεινή διατροφή
Unsaturated fat	Ακατέργαστο λίπος
Value meal	Γεύμα αξίας
Vegetarian diet	Χορτοφαγική διατροφή
Vending machine	μηχανήματα αυτόματης πώλησης
Vitamins	Βιταμίνες
Volitional control	Βουλητικός έλεγχος

Weight status	Κατάσταση βάρους
Western dietary pattern	Δυτικό διατροφικό πρότυπο
Zinc	Ψευδάργυρος

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Βασική πηγή:

Toumpakari, Z. (2010). *Fast food consumption and influencing factors in British and Greek adolescents: A Qualitative Study*, University of Bristol Department of Exercise, Nutrition and Health Sciences, Bristol, September 2010

Ελληνόγλωσση

- Αναστασιάδη-Συμεωνίδη, Α. (2001) . *Αναβαπτισμός*. – 3ο Συνέδριο «Ελληνική Γλώσσα και Ορολογία». Αθήνα, 1-3 Νοεμβρίου 2001
http://www.eleto.gr/download/BooksAndArticles/2001_3rd_05-Anastasiadi-SymeonidiAnna.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Βαλεοντής, Κ. (2004). Ο Αναλογικός κανόνας - χρήσιμο ορολογικό εργαλείο στη διαγλωσσική μεταφορά γνώσης, Ελληνική Εταιρεία Ορολογίας (ΕΛΕΤΟ), 2 η Σύνοδος Κορυφής για την Ορολογία Βαρκελώνη Ισπανίας – 26-27 Νοεμβρίου 2004.
http://www.eleto.gr/download/BooksAndArticles/AnalogueRuleOfNaming-Ed2_GR_EAFT.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Βαλεοντής Κ. & Μάντζαρη Ε. (2006) Η γλωσσική διάσταση της Ορολογίας: Αρχές και μέθοδοι σχηματισμού των όρων, 1st Athens International Conference on Translation and Interpretation Translation: Between Art and Social Science, 13 -14 October 2006
http://www.eleto.gr/download/BooksAndArticles/HAU-Conference2006-ValeontisMantzari_GR.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Βαλεοντής Κ., Ζερίτη Κ. & Νικολάκη Α. (1999) *Ο Ελληνικός σύμπλοκος όρος και η χρήση της γενικής ως προσδιοριστικού συνθετικού*, Αθήνα, Οκτώβριος 1999
http://www.eleto.gr/download/BooksAndArticles/TheGreekComplexTerm_Valeontis_Zeriti_Nikolaki_GR.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Βαλεοντής Κ. & Τοράκη Κ.(2008) Η ορολογία ως βασικό εργαλείο τυποποίησης: ζητήματα και δράσεις σε εθνικό επίπεδο, ΕΣΠΕΡΙΔΑ, «Ευρωπαϊκή Τυποποίηση και Ελληνική πραγματικότητα:Οφέλη, προβλήματα και προοπτικές» Δευτέρα 31 Μαρτίου 2008
http://www.eleto.gr/download/BooksAndArticles/2008_OrologiaErgaleiotypopoiisis_KValeontis-KToraki_GR.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Γραμμενίδης Σ. (2015) *Διεπιστημονικές Προσεγγίσεις της Μετάφρασης*. ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΩΝ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΩΝ-Εθνικό Μετσό-

https://repository.kallipos.gr/pdfviewer/web/viewer.html?file=/bitstream/11419/3901/1/00_master_document-KOY.pdf

(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)

- Ελληνική Εταιρεία Ορολογίας (2007). Η αέναη διαδρομή. <http://www.eleto.gr/gr/TheEndlessPath.htm>
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Κατσογιάννου Μ. & Ευθυμίου, Ε. (επιμ.) (2004). *Ελληνική ορολογία: Θεωρία, μέθοδοι και πρακτικές της ορολογίας*. Αθήνα: Καστανιώτης
- Κεντρωτής, Γ. (1996). *Θεωρία και πράξη της μετάφρασης*, Αθήνα: Εκδόσεις Δί-
αυλος [http://www.greek-
language.gr/greekLang/literature/studies/translation/12.html?dbX_sid=ki4j5ldls
329f91t67jur8lok1](http://www.greek-language.gr/greekLang/literature/studies/translation/12.html?dbX_sid=ki4j5ldls329f91t67jur8lok1)
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Κλούρα Ε. (2010) *Ο Βαθμός Μεταφραστικής Δυσκολίας ως αντικείμενο της Δι-
δακτικής της
Μετάφρασης*, Μεταπτυχιακή εργασία- Ιόνιο Πανεπιστήμιο, Κέρκυρα, Ιούνιος
2010
https://www.academia.edu/27104639/%CE%92%CE%B1%CE%B8%CE%BC%CE%BF%CF%82_%CE%9C%CE%B5%CF%84%CE%B1%CF%86%CF%81%CE%B1%CF%83%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%B7%CF%82_%CE%94%CF%85%CF%83%CE%BA%CE%BF%CE%BB%CE%B9%CE%B1%CF%82
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Κουτσιβίτης, Β. (1994) *Θεωρία της Μετάφρασης*, Αθήνα: Ελληνικές Πανεπι-
στημιακές Εκδόσεις [http://www.greek-
language.gr/greekLang/literature/studies/translation/14.html](http://www.greek-language.gr/greekLang/literature/studies/translation/14.html)
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Λιάλιου Μ. (2016) *Αποσπασματική μετάφραση της διατριβής "a corpus and psy-
cholinguistick testing of the strong version of the embodiment hypothesis in
cognitive linguistics" του Istvan Fekete και μεταφραστικά σχόλια*. Τμήμα Διοί-
κησης και Οικονομίας, Διοίκησης Επιχειρήσεων- Κατεύθυνση Εφαρμοσμένες
Ξένες Γλώσσες στη Διοίκηση και την Οικονομία, ΤΕΙ Ηπείρου, Ηγουμενίτσα,
Μάρτιος 2016
<http://apothetirio.teiep.gr/xmlui/handle/123456789/4941?show=full>
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Μπατσαλιά, Φ. & Σελλα-Μαζη, Ε. (2004) *Γλωσσολογική προσέγγιση στη θεωρία
και τη διδακτική της μετάφρασης*, Αθήνα: Εκδοτικός Οίκος «ΕΛΛΗΝ»

- Μπατσαλιά, Φ. (2010) Γλωσσομάθεια και μεταφραστικές δεξιότητες, Πρακτικά Ημερίδας: Οι Μεταφραστικές Σπουδές Σήμερα
- Νενοπούλου, Τ. (2007). *Θέσεις και αντιθέσεις. Από τη μετάφραση στη μεταφρασεολογία*. Στο Π. Ι. Κελάνδριας (επ.), 20 Χρόνια Τ.Ξ.Γ.Μ.Δ., Επετειακός Τόμος, Αθήνα: Δίαυλος, 195-209
- Παππά Μ. *Ζητήματα μετάφρασης κειμένων οικονομικού χαρακτήρα*, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Αρχή Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα <http://www.enl.auth.gr/translation/PDF/Pappa.pdf>
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Πολίτης, Μ. (2012) *Ζητήματα γνωσιακής προσέγγισης της διδακτικής της μετάφρασης*, Αθήνα: Ανατολικός
- Σαριδάκης, Ι. Ε. (1999) Διδακτορική διατριβή- *Μεθοδολογική προσέγγιση της ορογραφικής διαδικασίας. Η δόμηση αγγλοελληνικού καταλόγου αμυντικών όρων*. Ιόνιο Πανεπιστήμιο Κέρκυρας.
- Σελλά Ε., (2007). *Εκπαίδευση και κατάρτιση των μεταφραστών στην Ορολογία*, Τ.Ξ.Γ.Μ.Δ. – Επετειακός Τόμος, Αθήνα: Δίαυλος
- Τσίγκου, Μ. (2011). Σύντομη εισαγωγή στις σχέσεις γλωσσολογίας και μετάφρασης με παραδείγματα από το ζεύγος ελληνικής- γαλλικής. http://www.dflti.ionio.gr/sites/default/files/Tsigou03_0.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Φωτοπούλου Α. (2003) Πολυλεκτικοί συνδυασμοί και Ορολογία, ΕΛΕΤΟ – 4ο Συνέδριο «Ελληνική Γλώσσα και Ορολογία», Αθήνα, 30, 31 Οκτωβρίου και 1 Νοεμβρίου 2003
http://www.eleto.gr/download/Conferences/4th%20Conference/4th_11-37-FotopoulouAggeliki.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)

Ξενογλωσση

- Benitez, P. F. (2009) *The cognitive shift in terminology and specialised translation*, MonTI 1
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/13039/1/MonTI_01_10.pdf
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Cabré, M. T. 1999. *Terminology: Theory, Methods, and Applications* (transl. J. Decesaris). AmsterdamQ John Benjamins
<https://books.google.gr/books?id=GAqGD9Xtu0IC&printsec=frontcover&dq=Terminology:+Theory,+Methods,+and+Applications&hl=el&sa=X&ved=0ahUKEwi3g82fI4DiAhXMIVAKHeqoABEQ6AEIKDAA#v=onepage&q=Terminology%3A%20Theory%2C%20Methods%2C%20and%20Applications&f=false>
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Catford, J.C. (1965). *A linguistic Theory of Translation*. London: Oxford University Press.
[https://ia601200.us.archive.org/29/items/J.C.CatfordALinguisticTheoryOfTranslationOxfordUniv.Press1965/j.%20c.%20catford-a%20linguistic%20theory%20of%20translation-oxford%20univ.%20press%20\(1965\).pdf](https://ia601200.us.archive.org/29/items/J.C.CatfordALinguisticTheoryOfTranslationOxfordUniv.Press1965/j.%20c.%20catford-a%20linguistic%20theory%20of%20translation-oxford%20univ.%20press%20(1965).pdf)
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Connolly, D. (1998) Λογοτεχνική Μετάφραση: σε τι χρησιμεύει η θεωρία; Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας, Η Γλώσσα της Λογοτεχνίας και η Γλώσσα της μετάφρασης. Πρακτικά Ημερίδας (24 Μαΐου 1997), Θεσσαλονίκη 1998, σσ. 13-23
http://www.greek-language.gr/greekLang/literature/studies/literature_translation/01_conolly.html
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Eco, U. (2003/2003). *Εμπειρίες της μετάφρασης. Λέγοντας σχεδόν το ίδιο*, *Μετάφραση από τα ιταλικά, Ε. Καλλιφατίδη, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Newmark, P. (2004) *The Journal of Specialised Translation*. Issue 1, University of Surrey, Non-literary in the Light of Literary Translation (http://www.jostrans.org/issue01/art_newmark.pdf)
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)
- Nida, E. A. & Taber R.C. (1969). *The Theory and Practice of Translation*.
<https://books.google.gr/books?hl=el&lr=&id=JtSeXat1wxQC&oi=fnd&pg=PR7&dq=term+structure+pattern+in+translation&ots=Il5AyMr12C&sig=1FECKWpjbvIyaIRPigHuOx->

[BUHNM&redir_esc=y#v=onepage&q=term%20structure%20pattern%20in%20translation&f=false](#)

(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)

- Sandrini, P. (2006): *LSP Translation and Globalization*, in Maurizio Gotti & Suzan Sarcevic (ed.) *Insights Into Specialized Translation*, Berlin: Peter Lang, p.107-120
- Snell-Hornby, M. (1988) : «Translation studies as an independent discipline», στον τόμο *Translation Studies. An Intergrated Approach*, John Benjamins: Άμστερνταμ 1988, σ.7-37] http://www.greek-language.gr/greekLang/ancient_greek/education/translation/proposal_studies/page_005.html
(τελευταία προσπέλαση 03/05/2019)

Λεξικά

Ελληνικά

- *Λεξικό της Νέας Ελληνικής Γλώσσας*, Μπαμπινιώτης, Γ. (1988). Αθήνα: Κέντρο Λεξικολογίας. Ινστιτούτο Νεοελληνικών Σπουδών,
- *Λεξικό της Κοινής Νεοελληνικής*, Ίδρυμα Μανώλη Τριανταφυλλίδη. (1998). Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

Ξενόγλωσσα

- *Oxford advanced learner's dictionary of current English*, Hornby, A. S., & Crowther, J. (1995). Oxford, England: Oxford University Press.
- *Cambridge online dictionary*, Cambridge University Press. (2008). <https://dictionary.cambridge.org/>

Ηλεκτρονικά Λεξικά

- <http://www.translatum.gr/dictionary/download-greek.htm>
- <http://wordreference.com/engr/>

- <http://iate.europa.eu/>
- <http://www.eleto.gr/gr/reception.htm>
- <https://el.glosbe.com/>
- <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/>
- <http://atilf.atilf.fr/tlfv3.htm>
- <http://www.eleto.gr/gr/reception.htm>

Μηχανές μετάφρασης

- <http://www.systransoft.com/lp/English-greek-translation/>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Πρωτότυπο κείμενο

Fast food consumption and influencing factors in British
and Greek adolescents: A Qualitative Study

By Zoi Toumpakari



University of
BRISTOL

A dissertation submitted to the University of Bristol in accordance with the requirements of the degree of Science by advanced study in Nutrition, Physical Activity and Public Health in the Faculty of Social Sciences and Law

Department of Exercise , Nutrition and Health Sciences

September 2010

Word

Count:

1530

1. INTRODUCTION

1.1. Fast food development

“There are only two things that our customers have, time and money-and they don’t like spending either of them so we better sell them their hamburgers quickly” said James McLamore, founder of Burger King, one of the most famous international fast food industries (Reiter, 1991). It is true that fast food’s main idea can be summarized in these words. Fast food consumption is a major trend, which is mainly encouraged by lack of time, convenience and contemporary lifestyle (Paeratakul, Ferdinand, Champagne et al., 2003).

Fast food restaurants first appeared in Southern California in the 1950’s, responding to the new need of women entering the workforce, the development of science and technology, as well as the need for a revolutionary change in food consumption (Schlosser, 2001). Since then, the high demand of less expensive, self service food has made the fast food industry one of the most profitable businesses in the world. Fast food industries can now afford to spend around 3\$ billion for advertising (Reiter, 1991). Between 1960 and 1970 McDonald’s increased its restaurants from 250 to 3,000. Furthermore, it is worth noticing that it currently opens about 5 new restaurants every day, 4 of them overseas (Schlosser, 2001). The high acceptance of fast food by people all over the world, mainly due to their need of modernization, has caused the creation of the “McWorld”, as sociologist Benjamin R. Barber has labelled it (Schlosser, 2001).

Fast food trends show that fast food consumption is increasing. Data from the National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) showed that in 1977-78 people obtained 4% of their total kilocalories from food eaten away from home (Guthrie, Lin & Frazao, 2002). This proportion was the same for restaurants as well as for fast food outlets. However, in 1994-96 the largest proportion of the overall kilocalories (12%) was from fast food outlets, followed by restaurants (10%). Fast food consumption had

also greatly increased among children and adolescents, as the proportion of total kilocalories consumed in fast food restaurants rose from 2% (1977-78) to 10% (1994-96) (Guthrie et al., 2002).

1.2. Fast food and adolescents

Fast food consumption is particularly attractive to adolescents, irrespective of the general increase in fast food preference over the recent years. Their growing need of autonomy (Bassett, Chapman & Beagan, 2008), as well as their will to socialize and spend time with their friends (Story, Neumark-Sztainer & French, 2002) makes adolescents one of the primary targets of the fast food industry. An increase in the fast food consumption of adolescents has been found in the project EAT (Eating Among Teens) from 1999 to 2004 (Bauer, Larson, Nelson et al., 2009). Female adolescents who were frequent fast food consumers (> 3 times/week) increased their intake from 18.9% to 27.3% ($p < 0.01$), while male adolescents who consumed fast food frequently increased their intake from 16.8% to 30.2% ($p < 0.01$). It is also worth noting that when fast food consumption of 14-19 year old adolescents was compared to consumption in younger children, adolescents scored higher (39% vs. 24.6%) (Bowman, Gortmaker, Ebbeling et al., 2004).

Since the beginning of the fast food expansion, scientists have been investigating the effect of this fast food dietary pattern on health outcomes. The two major effects addressed have been the contribution to the obesity epidemic as well as the accompanying poor dietary habits. The excessive energy intake is probably the main reason that leads to obesity (Mahan & Escott-Stump, 2004b) and fast food consumers have been found to have at least 10% more energy intake than the non-consumers (Paeratakul et al., 2003). In the case of adolescents, American data from a National household Survey (Bowman et al., 2004) showed that those adolescents who consumed fast food had a significantly higher average kilocalorie intake (379 kilocalories) than non-consumers. Although there is limited data that links fast food consumption to adolescents' current weight status, there is supporting evidence that it promotes weight gain in adulthood (Pereira, Kartashov, Ebbeling et al., 2005).

Furthermore, fast food seems to accompany other “unhealthy” dietary habits. Adolescents who consumed fast food more frequently had a higher intake of saturated fat, added sugars and soft drinks and a lower intake of fruit, vegetables and milk (Bowman et al. 2004). Therefore, this study indicates that fast food does not only contribute to obesity, but it also likely eliminates the consumption of “healthy” foods and encourages the consumption of “unhealthy” ones. However, there are people from the fast food industry who support the idea of not selling fast food but “good food fast” (Adams, 2007). In order to persuade the general public and the health officials that they are engaging in promoting healthy food, they present the massive numbers of fruit and vegetables that they buy every year and they demonstrate foods which provide servings of fruit or vegetables and can be beneficial for children and adolescents.

Considering the health benefits of low fast food consumption, the development of successful interventions to reduce this consumption in adolescents seems essential. Despite this need, the types of fast food that adolescents consume have not yet been assessed. In most studies, fast food consumption frequency is usually assessed by the number of visits, with questions like “In the past week how often did you eat something from a fast food restaurant?”. We know that adolescents consume fast food but we need to investigate the type of fast food as well, which could allow for better understanding of what and why they like it. The reasons for which adolescents consume fast food are also important in order to detect potential determinants which will be used in future interventions. It is worth noting that fast food is usually combined with “snacking” or is included in the broader category of “unhealthy eating” (McClain, Chappuis, Nguyen-Rodriguez et al., 2009), therefore we don’t know factors that affect fast food consumption alone. Snacking per se is not a bad habit, as a lot of health professionals and national organizations support the idea of consuming more than 3 main meals every day (www.eatright.org, 2010). Therefore, it should not necessarily be confused with fast food consumption, as types of snacks may be completely different.

Different cultures all over the world result in different diets. Having a broader picture of different dietary patterns can be useful, to detect potential differences in factors which affect each country's dietary choices. United Kingdom is a country that is characterized of a more western dietary pattern compared to Greece. Data from the EPIC study (Slimani, Fahey, Welch et al., 2002) showed that the diet in the general population of the United Kingdom was high in meat, processed foods, potatoes, sweets and low in fruit, vegetable oils and legumes, compared to the other countries participated. In Greece, a higher consumption of plant foods, legumes, vegetables and cereals was observed with a lower consumption of animal and processed foods compared to the other countries. However, more recent data from the ATTICA study (Arvaniti, Panagiotakos, Pitsavos et al., 2006) show that the Greek population has been changing towards a more westernized dietary pattern and moving away from the Mediterranean diet of the 1960's. Consumption of red meat and its products have been above the recommended level, although it is encouraging that about 90% of the people participated in the study used olive oil as the main fat in their diet. It is also worth noticing that in United Kingdom about 1.5% of women and 2% of men are vegetarian, while in Greece only 0.4% of women and 0.3% of men follow a vegetarian diet (Slimani, Kaaks, Ferrari et al., 2002). Therefore, the choice of two different populations (English and Greek) has been decided because of the differences in the food culture of the two countries.

Taking all the above into consideration the aim of this study is to assess the types of fast food that English and Greek adolescents consume as well as the reasons for consuming fast food and for making these specific choices. A qualitative study with interviews from English and Greek adolescents will be conducted to detect potential differences between the two populations and to examine factors that affect fast food consumption in adolescents.

2. LITERATURE REVIEW

2.1. Adolescents' diet in relation to fast food

Adolescents' diet has not remained the same over time, following the changes in lifestyle, advertising, fast food development and the introduction of new foods and products. Two very common habits which have been investigated by researchers to detect changes over time are snacking and breakfast consumption. Snacking has always been an important eating habit in the diet of adults and adolescents (Alexy, Wicher & Kersting, 2010). In a study that involved American adolescents, snacking increased from 77% to 91% in the period between 1977 and 1996, although the biggest increase was observed between 1989 and 1996 (Jahns, Siega-Riz & Popkin, 2001). A more recent study where British and Irish adolescents participated (Kerr, Rennie, McCaffrey et al., 2009) found that in 2005 snacking occasions as well as the energy density of snacks had increased compared to 1997, while the size of snacks remained almost the same. Carbonated and soft drinks, biscuits, pastries and fast food seemed to prevail in 2005, as the highest snack preferences among adolescents.

Breakfast consumption is another eating habit of adolescents that has changed over the years. Data from the Donald Study in Germany (1986-2007) showed that breakfast consumption decreased with age when children and adolescents were compared (Alexy et al., 2010). However, among those who consume breakfast there is a higher preference for ready to eat cereals which seems to promote dairy consumption as well. Those adolescents defined as late chronotype adolescents, who sleep later at night and wake up late in the morning have increased breakfast skipping as well as higher consumption of fast food and caffeinated drinks (Fleig & Randler, 2009).

The above examples show how two very common eating habits as snacking and breakfast consumption have changed over time, as well as how fast food has been linked to these. That creates the need of further investigating adolescents' current diet, in case potential changes have occurred. Adolescents' diet will be examined in terms of nutrients, foods and dietary patterns, as well as how it is related to fast food consumption.

2.1.1. Adolescents' nutrient intake

As soon as fast food consumption started to increase and become popular among adolescents, researchers started investigating its role in adolescents' diet quality, as well as potential changes in foods and dietary patterns that have occurred because of this new trend. From 1977/78 – 1994/96 the percentage of energy intake from foods consumed at home decreased, while the energy obtained from foods eaten in restaurants or fast food establishments has increased (from 6.5% to 19.3%, $p < 0.01$) (Nielsen, Siega-Riz & Popkin, 2002). When only fast food outlets were examined, male and female adolescents who were frequent fast food consumers (>3 times/week) had a 40% and 37% respectively higher energy intake than those who reported never having eaten fast food in the previous week (French, Story, Neumark-Sztainer et al., 2001). A possible mechanism could be the increased energy density of fast foods, as well as the change in fast food portion sizes which have been increased significantly more than the portions in other restaurants (Nielsen & Popkin, 2003). Increased energy density and increased food portion sizes have been found to contribute to passive overconsumption and therefore to the increased energy intake (Kral & Rolls, 2004).

When it comes to macronutrients and micronutrients, during the days that adolescents consume fast food, they generally tend to have a less balanced diet than days they report no fast food consumption (Paeratakul et al., 2003). Regarding total and saturated fat intake, these energy density measures have been found to be significantly higher among adolescents who consume fast food compared to those who do not (Paeratakul et al., 2003). In another study 14-19 year old fast food consumers have been found to consume more total carbohydrates (Bowman et al., 2004), mostly from refined starchy foods, as well as having a low intake of fibre.

Calcium and iron are two essential nutrients for the proper development of the body. Calcium is needed because of the accelerated muscular and skeletal development (Mahan & Escott-Stump, 2004b), as during adolescence an adequate intake is needed in or-

der for adolescents to achieve their peak bone mass. This is particularly important for girls who are in higher risk than boys of developing osteoporosis in later life. Iron is also important for the build-up of muscles in boys and to replace the iron losses because of the menses in girls. (Mahan & Escott-Stump, 2004b). In a study that examined the dietary habits of adolescents in Western Europe, British adolescent girls aged 16-17 years old had an intake of iron and calcium below the recommended levels (Rolland-Cachera, Bellisle & Deheeger, 2000). In the case of calcium, scientists suggest that the replacement of milk with soft drinks is a potential cause for the low intake of this micronutrient in adolescents. In contrast, adults who are frequent fast food consumers have high calcium levels, probably because of the high cheese intake (Rolland-Cachera et al., 2000). In addition, data from the project EAT also showed that the levels of other micronutrients such as vitamins A, B6, and C, folate and zinc were also low in adolescent girls who consumed fast food or had other unhealthful weight control behaviours (Neumark-Sztainer, Hannan, Story et al., 2004). Thus, examining fast food consumption in each gender may reveal potential reasons that support the above differences.

2.1.2. Adolescents' food intake

Apart from examining nutrient intake in adolescents, food intake is also important to understand which foods adolescents choose to consume. Thus, we will have a better picture of where these nutrients come from. In 1977-78 adolescents who participated in the project EAT received about 1/3 of their daily energy intake from low and medium-fat milk products, beef and pork dishes (Nielsen et al., 2002). In 1996, these products contributed less than a fifth in adolescents' diet, as soft drinks, pizza, salty snacks, cheeseburgers and fries replace them to a great extent, with the biggest increase observed in pizza (from 1.6% in 1977 to 4.7% in 1996).

More recent data from the same study showed that from 1999 to 2004, daily servings of fruit and vegetables decreased about 0.6 servings/day in early, middle and late adolescence (Larson, Neumark-Sztainer, Hannan et al., 2007). Even in the case of Mediterranean countries, where fruit and vegetables have higher availability, more than half male and female Spanish adolescents who took part in the enKid Study (68.7% and 64.2%

respectively) consumed inadequate fruit (<3 portions/day) (Aranceta, Perez Rodrigo, Ribas et al., 2003). Gender differences were present in a study in Ohio, USA where primary school girls seemed to prefer more fruit and vegetables than their masculine peers ($p=0.014$ and $p=0.005$), while high school girls consumed less “fast and familiar foods”, which included foods higher in fat, than high school boys (Caine-Bish & Scheule, 2009). This may suggest an effort of girls to take care of their body and therefore achieve a desirable body image (Schmidt, Affenito, Striegel-Moore et al., 2005).

A new trend that seems to be gaining more consumption among adolescents is the so called convenience food, which has been defined as food that requires a little preparation from the consumer, and reduced cleaning afterwards (Alexy, Sichert-Hellert, Rode et al., 2008). In a German study, convenience food seemed to increase with age, with adolescents 14-18 years old being the most frequent consumers compared to the children (Alexy et al., 2008). These microwave or ready meals such as cold sauces were found to provide at least 35% of their energy from fat. Fast food, another type of convenience food is also very popular among adolescents, as longitudinal trends show an increasing consumption over the years (Bauer et al., 2009). Even though adolescents who consume fast food have been also found to consume less bread and cereals, fewer dark green vegetables and more French fries (Paeratakul et al., 2003), there are still some food associations that support the idea of fast food being a part of a healthful diet. The American National Restaurant Association (www.restaurant.org, 2002), trying to support the existence of fast food restaurants, stated: “Yet, the average person eats out an average of four times a week. That means there are 17 other meal occasions in a week that comprise one's diet.” It could be argued that indeed a person's diet is mostly his own responsibility; however the right kind of support from health, nutritional and food associations is also needed to eliminate the harmful environmental influences.

2.1.3. Adolescents' dietary patterns

As people don't consume just single nutrients but a combination of foods, the concept of a dietary pattern has been easier and more understandable by the general public (Trichopoulos & Lagiou, 2001). Because dietary patterns take into account potential syner-

gistic effects of foods and nutrients, they have been really useful in investigating the beneficial or harmful role of nutrition to chronic diseases (Trichopoulos & Ligiou, 2001). Obesity in industrialised countries is rising, while in the European countries the percentage of overweight children and adolescents is expected to rise by 1.3 million every year (Wang & Lobstein, 2006). Therefore, examining dietary patterns in adolescence may indicate important factors to target for obesity interventions.

American adolescents who participated in the project EAT (Cutler, Flood, Hannan et al., 2009), in 1998-1999 were found to follow four dietary patterns: fruit, vegetables, sweet/salty snacks and that of starchy food. However, when they were tested again after 5 years, among the 16 years old and older a new fast food dietary pattern was introduced, which consisted of hamburgers, French fries, fried food and non diet soda. The fact that this new pattern appeared in children of a higher age may be an indicator of choices adolescents make for themselves, as they become more nutritionally independent.

A cross sectional study with adolescents from Greece (Kourlaba, Panagiotakos, Mihas et al., 2009), on the other hand, also revealed a junk food pattern, which is high in sweet and savoury snacks, soft drinks and fast food. However, because of the different food culture a “close to the Mediterranean diet” pattern was also revealed, with potatoes, rice, fish and poultry, as well as the “traditional Greek cook food” pattern and the “vegetarian/healthy” pattern.

These two studies have some similarities, as a healthy (fruit and vegetables) and a fast/junk food pattern seem to exist, although certain differences can be noted in the other patterns, possibly because of the different food cultures. The prevalence of this new fast food pattern has been shown in a British study, where 60% of adolescents and young adults (aged 16-25 years old) consumed their lunch outside the house (Kearney, Hulshof & Gibney, 2001). Considering these changes in the nutrient intake, the food intake and the dietary patterns over the years, as well as an increasing preference for food

eaten away from home, we need to examine what determines adolescents' food choices and what healthy and unhealthy eating means to them.

2.2. Healthy eating vs. Unhealthy Eating

Healthy eating and unhealthy eating are very broad categories which are often used by health professionals and the general public. However, defining a diet or a food as healthy or unhealthy may change among people and especially among age groups. Understanding what adolescents mean when they use these terms is important, in order to have a more specific picture about these categories in this age group.

When adolescents refer to healthy eating they use terms as “the right type of food”, or a balanced diet, while balancing foods by mixing more healthful with less healthful ones is also considered to be a healthy dietary pattern (Croll, Neumark-Sztainer & Story, 2001). Fruit and vegetables are the most commonly mentioned types of foods included in a healthy diet (Croll et al., 2001), while organic food, carbohydrates and vitamins are also mentioned (Fitzgerald, Heary, Nixon et al., 2010). Healthy eating was also discussed according to location, as adolescents relate healthy diet and food with their home and foods that are prepared for a family meal (Croll et al., 2001), (Stevenson, Doherty, Barnett et al., 2007).

Dieting is also a term which has been defined in a study of English girls, as eating healthy includes cutting down certain “bad” foods and eating more fruit, vegetables and less fat (Roberts, Maxwell, Bagnall et al., 2001). Having a sensible weight was also mentioned, while long term health effects were not. Short term effects seem to matter for adolescents when they refer to healthy eating, as growing older, having a strong body and energy during the day are most commonly heard instead of a long term good health effect (Fitzgerald et al., 2010). It is also worth noting that girls more frequently relate healthy eating to weight loss, while boys equate healthy eating to sufficient energy for body growth (Neumark-Sztainer, Story, Perry et al., 1999), indicating gender differences that should be taken into account. Above all, what certainly needs to be taken

into consideration is that adolescents sometimes think of healthy eating as eating the right types of food and eliminating all the “bad” ones (Stevenson et al., 2007).

On the other hand, unhealthy eating was more specific and did not have so many differences among studies. Adolescents had in mind and mentioned more “unhealthful” foods than healthful ones, which may show a stronger interest for “unhealthful” choices (Croll et al., 2001). Adolescents referred to unhealthy eating as food that is artificially made and food that you can find in a vending machine or a fast food outlet (Croll et al., 2001). They described unhealthy foods as those which contain sugar, fat and salt (Warren, Parry, Lynch et al., 2008) and they referred specifically to packaged snack foods, pies and cakes. Junk food was also very commonly categorized as unhealthy food, which included candies, chocolates, sodas and fried foods apart from the westernized fast food (hamburgers, chips, etc) (O’Dea, 2003). Another interesting finding was that even though adolescents included fast food in the category of unhealthy eating; they acknowledged efforts made by fast food outlets to make the food healthier, by selling vegetables as well (Warren et al., 2008).

It can be argued that even though adolescents defined healthy and unhealthy eating in various ways and used different terms to describe it, they tended to have a self perception about healthy and unhealthy eating according to “good” and “bad” foods (Stevenson et al., 2007). This may prevent them from consuming certain perceived “bad” foods, which could be produced or prepared in different ways in order to be “healthier” and more pleasant.

2.2.1. Determinants/correlates of (un)healthy eating

After having examined what adolescents perceive as healthy and unhealthy eating, there is also a need to investigate what determines their eating healthily or unhealthily. On the one hand there are epidemiological studies which have addressed factors that affect adolescents’ food choices and on the other hand there are qualitative studies which examine adolescents’ own opinions about factors influencing their eating patterns. Deter-

minants is a strong word which indicates causal relationship and no such conclusions can be drawn from certain studies, such as the cross sectional ones. Therefore, it is necessary to refer to correlates of healthy and unhealthy eating, which need further investigation to see if they determine adolescents' food choices.

After examining epidemiological studies, factors which affect adolescents' eating patterns have been found to be ethnicity, gender, and high cost of more healthful foods (French et al., 2001), socio-economical status (Bauer et al., 2009), TV watching which seems to promote convenient unhealthy food choices (Kourlaba et al., 2009), home food availability and attendance of family meals (Boutelle, Fulkerson, Neumark-Sztainer et al., 2007), high availability of food places to eat outside the home, such as fast food outlets (Simon, Kwan, Angelescu et al., 2008), school food policies (Neumark-Sztainer, French, Hannan et al., 2005) and advertising of healthful or unhealthful foods (French et al., 2001).

Epidemiological studies, however, do not take into account adolescents' own perceptions about what influences their food choices. Qualitative studies can give us a better insight about what adolescents consider important when making a specific nutritional choice instead of another. Most qualitative studies which have addressed these issues use an ecological framework approach (Story et al., 2002), by dividing determinants to individual, interpersonal and social-environmental and physical-environmental.

2.2.1.1. Individual determinants

Among the individual determinants that affect adolescents' (un)healthy eating, taste and appearance of food were the two most important and most commonly mentioned (Fitzgerald et al., 2010), (Neumark-Sztainer et al., 1999), as adolescents seem to choose what pleases them most and they also pay attention to the texture and smell of a certain food. Food cravings and level of satiety were also considered to be important (Neumark-Sztainer et al., 1999). Adolescents lack time because of their study and their ex-

ternal activities, so they look for foods which are convenient, served quickly and do not demand for a lot of preparation or clean-up (Neumark-Sztainer et al., 1999). More unhealthful choices and especially fast food can cover all these needs, which may indicate a reason for its popularity in that age.

Emotional eating can also influence adolescents' eating, as adolescents tend to eat less healthful alternatives such as junk food in order to improve their mood (O'Dea, 2003). Having a sensible weight and therefore having a good body image was particularly highlighted among teenage girls (Neumark-Sztainer et al., 1999) who generally tend to choose healthier alternatives or they eliminate the "bad" foods in their diet. The slim image promoted by media plays the role of a model for white girls (Stevenson et al., 2007), while Afro-American boys and girls seem to prefer their "bigger" peers as they perceive to communicate better with them (Barroso, Peters, Johnson et al., 2010). Generally, adolescents seem to care more about short term effects such as maintaining a normal weight or growing a strong body (O'Dea, 2003) and presented an apathy about eating healthy at that time of their life (Croll et al., 2001), (Neumark-Sztainer et al., 1999).

Girls who followed a vegetarian dietary pattern also expressed "moral disgust" (Stevenson et al., 2007), as they couldn't consume meat, fish or poultry if it reminded them of its origin, but they could consume it if it was processed. Consuming foods which were considered to be "cool" was also another matter mentioned by adolescents (Neumark-Sztainer et al., 1999), which made unhealthier choices as fast food more desirable.

Most studies which used a theoretical model to investigate adolescents' opinions about food used the Social Learning Theory (SCT). In SCT, human behaviour is determined by personal and environmental factors which interact (Bandura, 1977). Expected outcomes and their evaluation by humans play also an important role, while high self-efficacy can help people achieve a certain behaviour (Bandura, 1977). Therefore, perceived benefits and barriers about (un)healthy eating were also discussed by adolescents.

Healthy eating was perceived to have a cleansing and refreshing effect, while it was thought to promote cognitive performance and physical sensation (O'Dea, 2003), healthy growth and provide sufficient energy for the body (Croll et al., 2001). Adolescents also referred to psychological benefits when eating healthy, such as feeling self-reward and personal pride (O'Dea, 2003). Unhealthy eating's benefits were considered to be its taste, the fact that it is "cool", it is not time consuming, it is highly available and it does not require a lot of preparation (Croll et al., 2001).

On the other hand, perceived barriers of healthy eating were convenience and high availability of "unhealthful" choices, emotional eating, as adolescents tend to eat junk food to improve their mood and peers choices (O'Dea, 2003). Unhealthy eating and especially fast food was mentioned to slow down the mind and body and its consumption was usually accompanied by guilt (O'Dea, 2003). Finally, parents' control over food seemed to be a barrier for adolescents to consume more "unhealthy" options (O'Dea, 2003).

Above all, it seems that adolescents have knowledge about what healthy and unhealthy eating means and they can recognize the benefits and barriers. However, knowledge about benefits and risks of (un)healthy eating does not seem to be important to them and does not necessarily influence their food choices.

2.2.1.2. Interpersonal and social-environmental determinants

The interpersonal determinants which were derived from qualitative data were parents, peers and school. Parents play an important role in adolescents' food choices in many ways. Parents' limited time because of their busy schedule prevents them from cooking, which makes adolescents choose to eat outside the house (Neumark-Sztainer et al., 1999). As a result, family meals, which are perceived by adolescents to be healthier, are becoming fewer and fewer (Fitzgerald et al., 2010). Eating out and especially in fast food outlets is used by parents as a treat (Fitzgerald et al., 2010) or for social reward

when they eat healthy at home (Stevenson et al., 2007). In other words, healthy food is being rewarded with other unhealthy choices, which may be a barrier for adolescents to understand the true value of eating healthy or balancing the foods. As adolescents gain autonomy as they grow up, parents try to support their ability to be nutritionally independent by giving them money to make their own choices or by letting them prepare their own food (Fitzgerald et al., 2010). They also influence adolescents' choices by categorizing foods to "good" and "bad", rather than reinforcing their nutritional independence (Stevenson et al., 2007) and they disapprove of their eating unhealthy (Croll et al., 2001).

Eating out with peers was only discussed because it consisted of an enjoyable social activity (Fitzgerald et al., 2010) and school was not an important factor to adolescents' eating, as they usually bring their own packed lunches or they buy snacks and sweets outside the school. This is an interesting opinion, especially if we consider all the nutritional school initiatives which have been introduced in the UK, such as the School Food Trust (www.schoolfoodtrust.org.uk, 2005) or the School Dinners (www.jamieoliver.com, 2006).

2.2.1.3. Physical-environmental determinants

Physical and environmental determinants have also been discussed by adolescents as important factors which affect their (un)healthy eating. High cost of healthy food seems to prevent them from choosing it (Fitzgerald et al., 2010), (Neumark-Sztainer et al., 1999), as older adolescents who have their own money and purchase food for themselves, just need something inexpensive which will fill them up. Satiety is an important factor which has been mentioned from adolescents when choosing a specific food (Neumark-Sztainer et al., 1999). Food availability at home also determines their choices (Neumark-Sztainer et al., 1999), as they choose according to what is available at home or if there is nothing that pleases them, they usually consume fast food which is instantly available. However, when referring to fast food restaurants, they acknowledge that there are healthier options, e.g. salads, but they question the quality of vegetables, judging them from their appearance (Neumark-Sztainer et al., 1999). Adolescents also men-

tioned that healthy foods are not promoted and are not advertised so much, in contrast to fast food (Neumark-Sztainer et al., 1999). Even though they know that fast food places are not the best places that someone can eat, they report that they cannot resist because of the way the restaurants are advertised (Stevenson et al., 2007).

2.2.2. The Theory of Planned Behaviour

Among the determinants that affect (un)healthy eating in adolescents, benefits, social influences by family and peers as well as barriers have been addressed. All these elements can form part of the Theory of Planned Behaviour (TPB), which supports that “individuals perform a certain behaviour if they evaluate it positively, believe that important others should perform it and perceive it to be under their own control” (Ajzen, 1988). It consists of three main components: attitudes, in other words expected outcomes and their value to the individual, social norms which refer to social pressure and expectations by important others, as well as Perceived Behavioural Control (PBC), which addresses the level of control the individual has over a certain behaviour (Ajzen, 1988). All these components predict intention to undertake a certain behaviour, which has been found to be a good predictor of the behaviour itself (Ajzen, 1988).

To our knowledge, the studies that have addressed eating behaviour in adolescents by using TPB have only been epidemiological in nature. Some of them examined eating behaviour or healthy eating in general, (Backman, Haddad, Lee et al., 2002), (Baker, Little & Brownell, 2003) while others have investigated certain dietary behaviours such as soft drink consumption (Kassem & Lee, 2004), fruit and vegetable consumption (Lien, Lytle & Komro, 2002) and beliefs about environmental impact of food production (Bissonnette & Contento, 2001).

In studies that investigated eating behaviour in adolescents (Backman et al., 2002), (Baker et al., 2003) attitudes and social norms generally predicted intentions to eating un(healthily), while gender differences were evident in both studies. Social norms were also positively associated with attitudes, probably because pleasing important others

may be considered a desirable expected outcome according to the researchers (Baker et al., 2003). Although, PBC has been found to directly predict behaviour, in a study that examined psychosocial factors of eating behaviour in adolescents, PBC was only a modest predictor of behaviour indicating that intrinsic motivation may be of greater importance than external control (Backman et al., 2002).

When certain dietary behaviours were examined, intention to eat fruit and vegetables, for example, was well predicted by attitudes, social norms and PBC, while PBC directly predicted behaviour (Lien et al., 2002). This suggests that certain adolescents eating behaviour may not be under complete volitional control. That is, there are different associations between TPB factors and intention, as compared to actual behaviours. Gender differences were again present, which indicates a need to investigate boys and girls separately (Bissonnette & Contento, 2001), (Kassem & Lee, 2004), (Lien et al., 2002).

2.3. Research gaps and implications for this study

From the current literature, it can be argued that adolescents' eating behaviour has changed over time and that fast food has penetrated into their current diet. In their description of unhealthy eating, adolescents included fast food, which however was not specifically defined. Junk food and fast food are considered to be similar terms, but when adolescents use them we do not know what they mean and which foods they include in this category. In epidemiological studies where the term fast food is used, it is not clear what it means even though it is related to obesity or diseases. To our knowledge there is no qualitative study that has yet examined the definition of fast food alone in adolescents.

Determinants of (un)healthy eating from qualitative data are present in the literature and from British adolescents, but no such studies exist in Greece. Factors, however, which affect unhealthy eating in adolescents, may not necessarily affect fast food consumption alone. What determines fast food consumption alone has not yet been examined in adolescents. Young people seem to know the benefits of healthy eating and the risks of unhealthy eating, although these are not always important to them. Therefore, the im-

portance of factors affecting fast food consumption to adolescents should also be examined, in order to understand if these factors should be targeted in future interventions.

Above all, taking into account that fast food consumption is a growing trend and that is particularly high among adolescents, it is really important to have a better picture of what it consists of. Understanding the term fast food and what determines its consumption is necessary, as adolescents are a group with high consuming power who can and will influence food consumption choices in the future. Therefore, this study will investigate the frequency, types and habits around fast food consumption, as well as influencing factors.

3. METHODOLOGY

3.1. Design

As types of fast food consumption in adolescents have not previously examined, a qualitative design with semi-structured interviews has been chosen. *Qualitative research* uses an inductive approach and generates theories which emerge from existing data (Bryman, 2008a). Through observation it tries to interpret the world's phenomena and to offer a descriptive explanation (Bryman, 2008a). However, in order to obtain a better picture about the frequency and the types of fast food consumed in each country, quantitative approach was also used in the form of a short questionnaire. *Quantitative re-*

search uses a deductive approach and by testing existing theories tries to reach to objective conclusions about the world (Bryman, 2008b). The use of statistical methods in order to create a numerical description of certain events is one of its main characteristics (Bryman, 2008b). Both of these approaches answer to different kind of research questions, which help understand in bigger depth the research topic.

Paradigm

The term *paradigm* refers to “the way the research should be done, what should be studied and how the results should be interpreted (Bryman, 2008c). *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)* is used in the current study, a qualitative approach that is based on the paradigm of interpretivism (Bryman, 2008c). IPA seeks to understand people’s lived experiences, by examining what people say about these experiences (Smith, Flowers & Larkin, 2009b) and includes 3 key areas: phenomenology, hermeneutics and idiography. Phenomenology refers to the study of experience, in other words the approach of experiences that are significant to the individual. An interpretation of these experiences is the concept of hermeneutics, as the researcher tries to make sense of how an experience appears to the individual, an experience which according to idiography is specific and examined in a specific context (Smith et al., 2009b). In other words, the researcher in IPA tries to understand and give a personal meaning to how people make sense of their significant experiences.

3.2. Sample and Setting

Setting

Two secondary schools were approached, one in Ilioupoli, Athens, Greece and the other one in Nailsea, Bristol, UK. The schools were both from areas of similar socio-economical status, so that the results would be comparable. In addition, no fast food restaurants were proximal to any of the schools, as this could be a potential influencing factor to the frequency of consumption (Simon et al., 2008). The interviews took place in one of the schools’ offices, where teachers were also present.

Sample

➤ Screening tool

Selection and recruitment of participants began after having received ethical approval by the Department of Exercise and Health Sciences Ethics Committee (Appendix A). A screening tool (Appendix B) was used to identify adolescents who consume fast food at least twice a week. Twelve British and 23 Greek adolescents took part on the screening. Fast food was defined by adolescents, instead of using already existing definitions such as “food associated with paying before eating and using paper or plastic to serve it” (Schmidt et al., 2005). The screening tool also included a short questionnaire and was handed out to all the students, in order to provide indication of fast food consumption and frequency. The final screening sample consisted of 23 Greek adolescents and 22 British adolescents (N=45) with mean ages of 16.5 (± 0.51) years and 15 (± 0) years respectively.

➤ Interviews

Qualitative research doesn't seek as representative a sample as quantitative researchers do, but aims for participants who can answer the research questions, in other words a purposive sampling (Bryman, 2008a). The target population were adolescents aged 16-17 years old, as this is the age when most adolescents start to be nutritionally independent and make their own food choices (Story et al., 2002). Both boys and girls were recruited, because of the different factors found to affect their eating behaviour (Backman et al., 2002). Concerning the interviews, the initial goal was to recruit 10 British and 10 Greek adolescents (10 boys and 10 girls) who consumed fast food at least twice a week. In Greece, 5 boys and 5 girls aged 16-17 years old were selected, in the UK however, due to study leave of the 16-17 year olds, 5 boys and 3 girls aged 15-16 years old were recruited. A sample of 18 adolescents was selected to be interviewed, because of their more frequent fast food consumption.

In Greece, 10 adolescents (5 boys and 5 girls) aged 16-17 years old were selected, none of whom were vegetarians. Their BMI was within the limits of normal weight, although there were some exceptions of overweight and even underweight adolescents.

However, because BMI is only an indicator of weight status, it cannot provide any information about the percentage of adipose or muscle tissue in the body and therefore the weight status classification may be different (Mahan & Escott-Stump, 2004a).

In the UK, due to study leave of the 16-17 year olds, 5 boys and 3 girls aged 15 years old were recruited. Their BMI was also within the limits of normal weight with a few exceptions of overweight and underweight. There was only one girl who was vegetarian, although she was consuming eggs and dairy.

3.3. Interview Guide and Theoretical Framework

In order to answer the research questions, semi-structured interviews were conducted. Therefore, a list of questions was developed, which allowed the researcher to use probes and ask additional questions, which emerged from the conversation. That made the interview process flexible and focused on the interviewees' own perspectives (Bryman, 2008a).

The structure of the interview schedule (Appendix C) can be divided into 2 broad categories: types of fast food and factors affecting fast food consumption. In the first part adolescents are asked to provide a definition of fast food, describe types of fast food they consume and refer to habits and thoughts about its consumption. In Greece, there was one additional question which was not included in the British interviews about Mediterranean dishes in fast food restaurants.

In the second part, factors that determine fast food consumption are discussed. The questions are based around the Theory of Planned Behaviour (TPB), a theory that investigates factors which determine a behaviour for which people may have incomplete volitional control (Ajzen, 1988). Attitudes toward fast food were investigated through two components, harmful and beneficial outcomes as well as pleasant and unpleasant ones. Social norms which express the expectations by important other as well as the motivation to comply with them (Ajzen, 1988), were examined through their opinions o ado-

lescents' consuming fast food. Finally, Perceived Behavioural Control (PBC), which is how much control one has to engage in a certain behaviour (Ajzen, 1988), was estimated by examining facilitators and barriers for changing the frequency of consuming fast food. Four sample interviews from Greece and the UK are presented in Appendix D, two boys and two girls from Greece and the UK.

3.4. Procedure

3.4.1. Approach of schools and recruitment

The researcher first sent a letter to the headmasters of the two schools (Appendix E), in order to inform them about the project and get their permission. A first visit to the schools was conducted and the students were verbally informed about the study. The screening tool was handed out and the adolescents were asked to complete it and return it to the researcher. From the screening tool, adolescents who consumed fast food at least twice a week were few, so adolescents with a consumption of at least once a week were also included. This change in recruitment frequency happened only after having checked that the frequency of the bigger sample of adolescents was similar.

To those who agreed to be interviewed, the researcher handed out an information sheet, as well as a consent form to complete it and return on the day of the interview. In England, because some of the adolescents were under the age of 16 a consent form for the parents and an information sheet were also handed out.

3.4.2. Data Collection Procedures

Data about frequency and types of fast food were obtained through the short questionnaires which were handed out to all students visited in each school. The interviews were conducted in a quiet room of the school, where teachers were also present and they lasted 15-20 minutes. All the students brought their consent forms signed.

Before the beginning of each interview, a few minutes were spent to explain the procedure, answer potential questions, as well as to make the interviewee feel more comfort-

able with an informal conversation and therefore establish rapport. The adolescents were also asked about their age, weight, height and if they were vegetarians and were re-assured that their names were not going to be used. A digital voice recorder was used, which enabled careful analysis of the results. At the end of the interview, the participants were asked about their thoughts of the interview and for any potential moments or questions that made them feel uncomfortable, after which they were thanked for participating. The tape recordings were transcribed verbatim and the Greek transcriptions were translated into English. In order to assure that the meaning of the transcriptions had not changed because of the translation, the English translated transcriptions were re-translated back to Greek and the two copies were compared. Most of the document was in agreement with the translated one, apart from some expressions which were re-translated.

3.5. Data Analysis

The analysis of data included statistical analysis of the questionnaires and the application of basic concepts of the Interpretative Phenomenological Analysis for the interviews.

Quantitative analysis: Regarding the quantitative data, they were used to provide descriptive statistics about the bigger sample of adolescents, in order to support evidence from the interviews. No statistical tests were run, as the sample was too small and the possibility of making a Type I was high. Values are shown in terms of percentages. For the analysis, the statistical pack SPSS 17.0 was used.

Qualitative analysis: Firstly, the transcriptions were read and re-read, so that the researcher became familiarised with them. The tape recordings were also listened to while reading the transcripts, in order to get a better picture of the data, by listening to the voice and the tone of the participants. This can help to the interpretation of the data, as the researcher tries to understand how participants make sense of the experiences and situations they describe (Smith et al., 2009b). After the first reading of the transcripts the researcher started the initial coding, by underlining and noting everything important

on the transcripts. The initial coding enabled the researcher to make descriptive comments about what the participants said, as well as conceptual comments which included questions and notes about what the researcher considered to be important (Smith, Flowers & Larkin, 2009a). At this point, personal reflection should be mentioned which depends on how the researcher understands and interprets what is being told and makes certain conceptual comments (Smith et al., 2009a). The initial coding is an important part of the analytical process which can be found in other approaches as well, such as grounded theory (Gilbert, 2008a).

After the initial coding, emergent themes were developed, in other words broader categories with similar initial notes. These themes are a result of a “synergistic process of description and interpretation”, as the original words of the participants are combined with the researcher’s interpretation (Smith et al., 2009a). In order to analyse and understand these themes, the “hermeneutic circle” was taken into account (Smith, 2007), where understanding the part requires a look at the whole and understanding the whole requires a look at the part. Thus, emergent themes were considered with the whole context of the transcript, as well as on their own. The abstraction of the themes (Smith et al., 2009a), in other words grouping the themes together, created broad clusters which the researcher tried to relate and find potential interactions. The development of these clusters was based on the researcher’s personal interpretation of data.

Measuring quality in qualitative research

Reliability and validity are two key concepts which are used in quantitative research to measure the quality of research (Bryman, 2008b). In qualitative research, quality is measured by authenticity and trustworthiness which has 4 criteria: credibility, transferability, dependability and confirmability (Bryman, 2008a). Credibility is an indicator of the value of research and was achieved by triangulation, where initial notes and emergent themes were compared by another student researcher who also did a qualitative study. Transferability refers to the generalisability of results and because the sample and the setting are

described, it's the reader's responsibility to decide upon that (Bryman, 2008a). Dependability and confirmability were not achieved as the research process was not externally audited. Finally, authenticity (Bryman, 2008a) was established as there are various views and different perspectives of the participants around fast food consumption.

5. DISCUSSION

Fast food consumption is an increasing trend which plays a central role in the dietary habits of adolescents. Adolescents defined fast food as *“food which is poorly prepared, unhealthy, contains harmful ingredients and can be purchased outside the house”*, while it was also thought to be cheap, quick and easy. These characteristics have been highlighted in previous qualitative studies for unhealthy eating (Neumark-Sztainer et al., 1999). To our knowledge there has only been one study that has examined types of fast food consumed. This study, however, referred to adults and examined their fast food purchases by collecting receipts, thus consumption of these foods was not re-assured (Dumanovsky, Nonas, Huang et al., 2009).

In both countries, westernized type of fast food was popular among adolescents, while each country presented different fast food options based around traditional cuisine. In Greece, adolescents showed a bigger preference for the Greek souvlaki, while in the UK adolescents liked ethnic foods, such as Indian or Chinese. Despite the different food culture which resulted in observed differences in ethnic fast food, the prevalence of the westernized type should be considered. It seems that “Americana and the promise of modernization” (Schlosser, 2001) has influenced diverse food cultures around the world, resulting in increased preferences for franchised fast food chains.

5.1. Habits around fast food consumption

Most adolescents usually consumed fast food 1-2 times/week which was in accordance with the larger screening sample, although it was much lower compared to other epidemiological studies (Paeratakul et al., 2003). This poses the questions of how adolescents understand fast food and what types they include, as well as how truthful they were about their an-

swers. Thus, attention should be paid when comparing fast food frequencies, as the term fast food may differ. In case of a perceived overconsumption, adolescents were trying to compensate for their eating schedule. This may be a result of their normal weight, as lean adolescents are more likely to compensate for their food (Ebbeling, Sinclair, Pereira et al., 2004) or an effort to maintain a sensible weight.

Differences of fast food consumption according to location were also an interesting finding. Eating in the restaurant was associated with social interactions between adolescents and was perceived to be more enjoyable than eating at home. However, eating in the restaurant promoted the consumption of larger quantities, possibly because eating with familiar others is a relaxing activity which increases the duration of the meal and therefore the exposure to food (Hetherington, Anderson, Norton et al., 2006). Thus, overeating is encouraged. On the other hand, adolescents who were more engaged in a healthier dietary pattern preferred consuming fast food at home, in order to avoid the feeling of guiltiness when eating in front of others. Feeling guilty has been found to accompany unhealthy eating, while healthy eating usually has psychological benefits, such as self-reward (O'Dea, 2003).

It is also worth noting that usually fast food was not the largest meal of the day. Adolescents in Greece usually consumed fast food for dinner, as lunch is the largest meal and British adolescents usually consumed fast food at lunchtime. We know from other studies, that limited food availability at home directs adolescents to eat fast food more frequently (Neumark-Sztainer et al., 1999), but we do not know if home food availability differs during meal times.

5.2. Beliefs about fast food

Above all, there was an internal preference for fast food, because of its good taste and the satiety it provided. Taste, has been previously found to encourage adolescents' choices for less healthful foods (Fitzgerald et al., 2010), while satiety was important in order to choose a specific type of fast food (Neumark-Sztainer et al., 1999). Adolescents believed that they made their choices according to their hunger, although sometimes they sensed a discom-

fortable satiation after eating. This can be due to the large portion sizes or to the fast consumption of processed foods, both of which have been previously related to passive overconsumption (Kral & Rolls, 2004), (De Graaf & Kok, 2010).

Quality of fast food, on the other hand, was considered to be poor, especially for westernized types of fast food, which Greek adolescents described as being plastic. American adolescents have also used a similar term and referred to these types of food as being “artificially made” (Croll et al., 2001). The use of these terms may have been influenced by movies, books or campaigns which have revealed the negative and harmful side of fast food (Schlosser, 2001). Recently the “McDonald’s Happy Meal Project” was introduced, including a series of pictures taken by the photographer Sally Davies (www.sallydaviesphoto.com, 2010) and showing the look of a cheeseburger and a portion of fries during 137 days (*Picture 1 and Picture 2*).

Picture 1: McDonald’s happy meal in Day 1



www.sallydaviesphoto.com

Picture 2: McDonald’s happy meal in Day 137



www.sallydaviesphoto.com

Another reason that fast food was thought to be successful is that it covers certain needs. Adolescents mentioned having a certain amount of money given by their parents and therefore required food that was cheap. Combining cheap food with large-quantity food creates value meals, which were generally considered to be worth purchasing. This however, was mostly the belief of British adolescents, possibly because of the better meal deals found in franchised fast food companies, like McDonald's or Burger King (www.mcdonalds.co.uk, 2010).

In addition, because of their busy schedule, adolescents look for food that is convenient and easy to find. The high availability of fast food outlets, McDonald's in the current study, has been previously related to increased fast food consumption (Simon et al., 2008). Apart from availability, fast food has certain characteristics of convenience food as it requires no preparation or clean up in the end, all believed to be important for choosing it. In a Dutch study convenience food was consumed by a lot of adolescents and its consumption increased with age (Alexy et al., 2008).

Adolescents acknowledged that fast food was unhealthy and they attributed it on either its content of fat or to other perceived harmful ingredients. Even though fast food contains more saturated fat and therefore contributes to future health problems (French et al., 2001), we observed a general belief of adolescents that fat is bad. Less fatty options were described as light, a term which adolescents used to refer to healthier options. This may indicate firstly that a light food, in other words a food with less fat, is considered to be healthier and secondly that adolescents may not distinguish between saturated and unsaturated fat, possibly because of lack of nutritional knowledge.

Regarding the nutritional value of fast food, adolescents mostly related it to calories, even though they had knowledge about how it contributes to diseases. However, knowing nutritional information was not considered to be an important factor for choosing fast food, indicating a previously found apathy towards eating healthily at that age (Croll et al., 2001). Interesting is the fact that in studies that discussed unhealthy eating adolescents referred to lack of vitamins and therefore bad effects on skin and facial appearance (Fitzgerald et al., 2010). These matters were not mentioned by adolescents of this study indicating that for fast food other factors, such as taste may prevail.

Despite fast food being defined as unhealthy, adolescents admitted that they can find healthier options in a fast food restaurant. Salads were the most commonly mentioned ones, especially Caesar's salad. It should be mentioned though that a Caesar's salad in Goody's has about 500 calories and in McDonald's it has about 300 calories, which is similar to the calories of a cheeseburger (480 calories in Goody's and 295 in McDonald's) (www.goodynet.com, 2010), (www.mcdonalds.co.uk, 2010). Adolescents mentioned a small variety of healthy options, focusing mainly on salads, which is supported by previous findings where adolescents had a stronger interest for unhealthy foods and therefore mentioned more options than healthy ones (Stevenson et al., 2007). In Greece, Mediterranean dishes were considered to be healthier especially from girls, who seem to accept and consume more easily perceived healthier foods (Croll et al., 2001). Worries about their body image may explain these choices to a certain extent, as girls tend to pay more attention to their diet in order to achieve a desirable body shape (Fitzgerald et al., 2010). However, adolescents believed that healthy fast food lacked food aesthetics, which is in accordance with the perception of healthful options being less appealing (Stevenson et al., 2007).

5.3. Factors influencing intentions to consume fast food

Adolescents' intention to consume fast food was discussed according to their attitudes, the social pressure they were facing and the control they had over fast food.

Their attitudes towards fast food were generally positive as well as strong. For more adolescents taste was the most important and enjoyable characteristic of fast food, while those

who were involved and liked cooking didn't consider it to be so important. This could be partially explained by increased agentic autonomy of these adolescents (Stok, De Ridder, Adriaanse et al., 2010), in other words their motive to learn to be responsible for themselves. Agentic autonomy has been previously associated with healthier food choices (Stok et al., 2010).

Apart from taste, fast food seemed to create another world for adolescents, where they could escape from their usual healthy diet at home. Increased parental control over food may contribute to increased healthy choices at home, (Neumark-Sztainer et al., 1999) however attention should be paid on how this message is delivered to adolescents. Parents' classification of foods to "good" and "bad" may encourage this need for escapism, while the fact that healthy eating is usually accompanied by increased parental control (Stevenson et al., 2007) should be taken into consideration.

Adolescents also valued fast food because it contributed to their emotional well-being. Fast food content's of carbohydrates may increase levels of serotonin in the brain and therefore, create a feeling of euphoria (Mela & Rogers, 1998b), while physical reward is another key aspect which has been associated with the consumption of perceived unhealthy options (Stevenson et al., 2007).

On the other hand, adolescents' negative attitudes were mostly towards the perception of health risk in the future. However, the occurrence of a health problem was not considered to be important as usually health at this age is taken "for granted" (Ridder, Heuvelmans, Visscher et al., 2010). Reducing fast food consumption in order to avoid future health problems was not a priority (Croll et al., 2001) and it only became important as a result of bad modelling mostly from family. In previous studies, adolescents have referred to modelling as being a stimulator for healthy eating (Neumark-Sztainer et al., 1999).

In addition, being overweight was discussed negatively mostly by girls, similarly to other studies (Ridder et al., 2010). It could be argued though, that adolescents' moderate fast food consumption resulted in apathy towards negative outcomes, possibly because balancing

between healthy and unhealthy food is considered to be a healthy dietary pattern (Croll et al., 2001). Moderation can refer to the number of meals, the amount of food consumed or the variety of foods (Croll et al., 2001), although it was not defined in the present study.

The social pressure adolescents were facing from family and peers influenced them to a certain extent. Family on the one hand, usually consumed fast food less frequently than adolescents and in the case of overconsumption; they were making suggestions about limiting it down or avoiding certain types of fast food. Although interactions between parents and adolescents were not examined, this general and indirect advice may be a result of adolescents' good health and normal weight (Shrewsbury, King, Hattersley et al., 2010), which satisfied parents.

Parents' use of fast food as a treat reinforced the positive feelings which accompany treat foods (Hill, 2002), thus increasing the gap between "good" foods (at home) and "bad" foods (outside the house) (Stevenson et al., 2007). In addition, parents' limited time directed fast food consumption (Boutelle et al., 2007), as well as the preparation of ready meals, probably a dysfunctional way of increasing adolescents' autonomy (Hill, 2002). However, adolescents didn't seem to value their parents' opinion, showing a self presentational autonomy which is associated to unhealthy eating (Stok et al., 2010).

On the other hand, peers usually consumed fast food with the same frequency, which resulted in a general acceptability towards fast food consumption. It has been found that when adolescents eat out with peers, they tend to make more unhealthful choices, probably because of their increased autonomy (Fitzgerald et al., 2010). It could be argued though, that for such a widely accepted behaviour among teens, such as fast food consumption, there was low support for changing its frequency.

Regarding control over food, the psychological benefits that fast food offered were the most important barriers in reducing its frequency. Similarly to other studies, fast food's good taste offered an intrinsic reward and it created a need for it, which made fast food hard to resist (Stevenson et al., 2007). Adolescents also highlighted their will for autonomy, by referring to fast food as being their own choice, implying that intrinsic motive may be more

important in directing their choices. On the other hand, even though sometimes adolescents did not intend to consume fast food, they did because of external factors, such as exposure to food. This type of external eating, which is not motivated by hunger, may suggest that fast food is not under adolescents' complete volitional control (Ajzen, 1988).

It could be argued that intention to consume fast food was influenced by attitudes, social norms and perceived behavioural control, although the possible non-volitional character of fast food consumption may indicate the use of motivational theories in the future.

5.4. Limitations

Considering the methodology of the study, it is worth discussing the limitations that occurred. First of all, the relevantly low fast food frequency that adolescents reported may have resulted in different findings compared to a sample with higher frequency, even though the frequency screening sample provided further evidence. Furthermore, it should be considered that the sample was small for a quantitative approach (N=45 and therefore it did not allow the examination of potential correlations (Bryman, 2008b). Considering the qualitative part, saturation was achieved for the most common themes, although a larger sample would have allowed the same for the less common ones (Bryman, 2008a). Regarding credibility, although triangulation was used as a method to achieve it, the final transcripts were not given to the participants to confirm the original source of data (Bryman, 2008a).

It should also be considered that the researcher did not have any previous experience with interviews, which may have affected the validity or reliability of responses (Gilbert, 2008b). In addition, English was not the researcher's mother language, which may have had an impact on exploring deeply British adolescents' answers.

Because of using TPB for the present study environmental determinants were not considered, even though availability of fast food outlets (Simon et al., 2008), school food policies (Neumark-Sztainer et al., 2005) and advertising of healthful or unhealthful foods (French et al., 2001) have been related to fast food consumption.

Reflective account

An important factor of qualitative studies, which could at the same time serve as strength but also as a major limitation is reflective account (Smith et al., 2009b). In other words, the way the researcher understands and interprets data, based on personal experience. The researcher's Greek origin affected the interpretation of Greek data, as she tried to relate her fast food consumption to the ones mentioned by Greek students. In addition, her dietetic background helped to further investigate perceptions of adolescents around nutritional issues during the interviews, as well as relating data to existing nutritional evidence.

5.5. Implications for further research

Given the amount of studies about fast food, as well the involvement of media, examining adolescents' views provided information about factors that direct adolescents' consumption of fast food. TPB examined factors which affected fast food consumption, although it did not refer to how these factors could be changed (Ajzen, 1988). Therefore, as it was reflected in other studies with different behaviours (Neumark-Sztainer et al., 1999), investigating adolescents' perceived solutions about reducing fast food consumption, could give an insight. However, even though the results of this study suggested that fast food consumption was affected by adolescents' intention of consuming fast food; it was more driven by motivational factors. This may imply that fast food in adolescence should be further examined with the use of a motivational theory.

Parents played a central role in their children's fast food consumption despite the fact that their opinion was not always valued. Investigating interactions between parents and adolescents can result into successful around fast food, as it has been shown in the case of body weight (Shrewsbury et al., 2010).

Finally, with additional future study the development of a future questionnaire can be suggested. By this way, researchers will be able to assess types of fast food in larger samples of adolescents, in order to conduct epidemiological or interventional studies.

5.6. Conclusions

The current study used a qualitative approach to investigate the types of fast food that adolescents consume in Greece and in the UK, as well as their habits, beliefs, intentions and feelings about its consumption. The types of food consumed did not differ significantly between the two countries, reinforcing the globalisation of fast food. Regarding factors that affect its consumption, it should be first mentioned that fast food is a positive situation that most adolescents enjoy and therefore it is hard to resist. Despite the fact that they attribute a lot of negative characteristics to fast food, the intrinsic reward because of good taste and accompanied pleasure activities seems to prevail. Adolescents' intention to consume fast food was affected by their attitudes, by important others and by the amount of control they had over food. However, because of their young age all these factors are still evolving, indicating that motivation may better direct their behaviour. It could be argued that above all, fast food consumption is a complex situation which requires further investigation by approaching adolescents, their social environment as well as the physical environment, in order to foster successful interventions.