

بررسی بعضی از رفتارهای تغذیه‌ای در افراد چاق مراجعه‌کننده به مرکز بهداشتی درمانی بخش جناح

عارف فقیه^۱ دکتر منیژه انوشه^۲

^۱ مربی گروه پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان^۲ استادیار گروه پرستاری، دانشگاه تربیت مدرس

مجله پزشکی هرمزگان سال دوازدهم شماره اول بهار ۸۷ صفحات ۵۹-۵۳

چکیده

مقدمه: رفتارهای تغذیه‌ای غلط یکی از عوامل مهم در ایجاد انواع بیماریهای مرتبط با سوءتغذیه و همچنین کمبود عناصر مغذی در انسان است. چاقی احتمالاً شایع‌ترین نوع سوءتغذیه مخصوصاً در کشورهای در حال توسعه هم در بین نوجوانان و هم در بین بالغین می‌باشد. مطالعات اخیر در کشور ما نیز نشان داده‌اند که افزایش وزن و چاقی در جوامع شهری و روستایی از شیوع بالایی برخوردار است. این پژوهش با هدف بررسی برخی رفتارهای تغذیه‌ای در بین نوجوانان (۱۰-۲۰ ساله) و بزرگسالان (۶۰-۵۰ سال) چاق ($BMI \geq 30$) مراجعه‌کننده به مرکز بهداشتی درمانی بخش جناح در سال ۱۳۸۳ انجام شده است.

روش کار: پژوهش حاضر یک مطالعه مقطعی می‌باشد. در این مطالعه تعداد ۸۲ نفر از مراجعه‌کنندگان (۴۰ بزرگسال و ۴۲ نوجوان) چاق ($BMI \geq 30$) با استفاده از روش غیراحتمالی آسان و در دسترس به عنوان نمونه‌های پژوهش انتخاب شدند. اطلاعات با استفاده از پرسشنامه تعیین رفتارهای تغذیه‌ای و مصاحبه جمع‌آوری گردید. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها توسط این دو گروه، داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS تحت ویندوز و با استفاده از شاخصهای آماری توصیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: نتایج این پژوهش نشان داد که حدود ۲۰٪ از نوجوانان و ۱۰٪ بزرگسالان چاق در هفته بیش از سه بار ساندویچ و غذاهای آماده استفاده می‌کردند، ۴۴٪ نوجوانان و ۲۰٪ بزرگسالان در هفته بیش از سه بار از نوشابه استفاده می‌کردند، ۵۲٪ از نوجوانان در طول هفته اصلاً صبحانه مصرف نمی‌کردند، ۶۰٪ هر دو گروه کمتر از دو سهم لبنیات در طی روز و ۴۴٪ از نوجوانان و ۵۵٪ از بزرگسالان کمتر از سه سهم میوه در طول روز دریافت می‌کردند.

نتیجه‌گیری: نتایج بدست آمده در این پژوهش نشان می‌دهد افراد چاق شرکت‌کننده در این مطالعه دارای رفتارهای متعدد ناسالم تغذیه‌ای می‌باشند. تلاش برای آموزش مردم در مورد اهمیت رژیم غذایی سالم و بهبود سیاست‌های دولت در مورد در دسترس قرار گرفتن مواد غذایی سالم و بهداشتی به بهبود وضعیت تغذیه‌ای جامعه کمک خواهد کرد.

کلیدواژه‌ها: رفتارهای تغذیه‌ای - چاقی - نوجوانان - بزرگسالان

نویسنده مسئول:

عارف فقیه

دانشکده پرستاری دانشگاه

علوم پزشکی هرمزگان

بندرعباس - ایران

تلفن: ۷۱۱ ۶۶۶۶۶۶ +۹۸

پست الکترونیکی:

Aref_faghih@yahoo.com

دریافت مقاله: ۸۵/۴/۲۴ اصلاح نهایی: ۸۶/۴/۲۱ پذیرش مقاله: ۸۶/۸/۱۸

مقدمه: کمبود دریافت مواد غذایی و بیماریهای ناشی از سوءتغذیه مشکل اساسی بهداشت و سلامت جوامع انسانی بود. ولی امروزه در بسیاری از کشورها مشکل

تغذیه سالم شرط اساسی سلامت انسان و عامل اصلی و اساسی زندگی و زنده ماندن است. در گذشته