



دوفصلنامه طب جنوب

مرکز پژوهش‌های سلامت خلیج فارس

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بوشهر

سال نهم، شماره ۱، صفحه ۷۶ - ۶۶ (شهریور ۱۳۸۵)

شیوع چاقی و لاغری و ارتباط آن با مواد غذایی دریافتی در دختران

دانش‌آموز مدارس راهنمایی شهر زاهدان؛ ۱۳۸۳

فرزانه منتظری فر^{۱*}، منصور کرجی بانی^۱، علیرضا داشی پور^۲

^۱ کارشناس ارشد تغذیه، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

^۲ کارشناس ارشد صنایع غذایی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

چکیده

زمینه: با توجه به نقش تغذیه در سلامتی، با اندازه‌گیری وزن و قد می‌توان وضعیت تغذیه‌ای کودکان و نوجوانان را به شکل چاقی و لاغری تعیین نمود. بر این اساس هدف از این تحقیق، تعیین شیوع چاقی و لاغری در دختران دانش‌آموز مدارس راهنمایی شهر زاهدان و ارتباط آن با مواد غذایی دریافتی می‌باشد.

مواد و روش‌ها: در یک مطالعه توصیفی-تحلیلی از نوع مقطعی تعداد ۶۸۷ دختر دانش‌آموز از مدارس راهنمایی شهر زاهدان به روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شدند. پس از ثبت مشخصات نمونه‌ها، وزن و قد به روش استاندارد اندازه‌گیری و شاخص توده بدن محاسبه جهت تعیین چاقی و لاغری با مقادیر توصیه شده مرکز ملی آمارهای بهداشتی آمریکا مقایسه شد. بررسی مصرف مواد غذایی نیز به روش یاد آمد خوراک ۴۸ ساعته انجام گردید.

یافته‌ها: از دختران دانش‌آموز ۱۶/۹ درصد لاغر، ۳۱/۷ درصد کم‌وزن و ۱۳/۲ درصد دچار کوتاه قدی بوده و فقط ۸/۷ درصد در معرض اضافه وزن و ۱/۷ درصد چاق بودند. میانگین انرژی دریافتی در دختران دانش‌آموز بطور متوسط $1502/1 \pm 415/7$ کیلوکالری در روز بود که از مقادیر توصیه شده استاندارد کمتر بود و تعادلی از نظر کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها موجود نبود، به طوری که بر اساس انرژی و پروتئین دریافتی به ترتیب، ۹۴/۱ درصد و ۲۶/۶ درصد دانش‌آموزان کمبود داشتند و از نظر ویتامین‌ها و املاح معدنی دریافتی روزانه، ریزمغذی‌هایی مانند آهن (۷۲/۱ درصد)، کلسیم (۹۹/۸ درصد)، فسفر (۸۳/۶ درصد)، روی (۸۴/۳ درصد) و ویتامین A (۶۳/۸ درصد) و ویتامین B۱۲ (۶۶/۵ درصد) دچار کمبود بودند.

نتیجه‌گیری: دختران دانش‌آموز مدارس راهنمایی شهر زاهدان از نظر رشد جسمی و دریافت انرژی و پروتئین و سایر ریزمغذی‌ها وضعیت مطلوبی نداشته و در معرض خطر پدیده‌هایی مانند لاغری و کم‌وزنی می‌باشند؛ لذا با توجه به جهش رشدی دوران بلوغ و افزایش نیازهای تغذیه‌ای - ضمن اجرای برنامه‌های حمایتی غذایی - طراحی الگویی به شیوه مناسب، جهت بهبود وضعیت تغذیه و ارتقاء سلامتی دختران نوجوان توصیه می‌گردد.

واژگان کلیدی: چاقی، لاغری، ریز مغذی‌ها، کوتاه قدی، شاخص توده بدن

دریافت مقاله: ۸۴/۷/۷ - پذیرش مقاله: ۸۵/۳/۶

* زاهدان، فلکه مشاهیر، بلوار بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، دانشکده پزشکی، گروه تغذیه و صنایع غذایی