

الگوی تغذیه زنان باردار مراجعه کننده به مراکز بهداشتی-درمانی ماکو

سعید ثمره* احمد اسماعیل زاده* خدیجه رحمانی** دکتر ناصر کلانتری*** لیلا آزادبخت* محمد رضا خوش فطرت*

Food consumption pattern in pregnant women attending prenatal care centers in Maku

S.Samareh A.Esmailzadeh* Kh.Rahmani N.Kalantari L.Azadbakht MR.Khoshfetrat

*Abstract

Background: There is little information regarding the food consumption pattern and nutrient intake in pregnant women, especially those residing in deprived cities.

Objective: to determine the food consumption pattern and nutrient intake in pregnant women with further comparison of data in rural and urban areas of Maku-the west north of Iran.

Methods: In this cross-sectional study 284 pregnant women (142 from urban areas and 142 from rural areas) were chosen randomly and privately interviewed using a face-to-face technique. Socio-demographic information such as age, educational level, family size, husband's occupation and pregnancy medical history were obtained by questionnaire. The data on dietary intake was collected using two 24-hour recalls and a food frequency questionnaire for 3 months.

Findings: Mean consumption of grains and dairies was higher in rural women compared to those in urban areas. Fruit consumption by pregnant women in urban and rural areas was 140 g and 248 g, respectively. There was no significant difference regarding consumption of vegetables, pulses, fats and oils between two groups. All women consumed adequate amount of energy, protein, thiamin and niacin ($>75\%$ RDA). Nutrients intakes including folate, B6, A, D vitamins, iron, phosphorus, calcium, magnesium and zinc were found to be insufficient in both groups ($<75\%$ RDA).

Conclusion: Our data indicated that the rural women had a better nutritional status than urban women. Further studies are needed to determine factors associated with food consumption pattern in these women.

Keywords: Nutrition, Pregnancy, Food

*چکیده

زمینه: اطلاعات موجود در زمینه الگوی غذای مصرفی و میزان مواد مغذی دریافتی زنان باردار محدود است.

هدف: مطالعه به منظور شناسایی و مقایسه الگوی غذای مصرفی و مواد مغذی دریافتی زنان باردار شهری و روستایی ماکو انجام شد.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه مقطعی ۲۸۴ زن باردار (۱۴۲ روستایی و ۱۴۲ شهری) که به صورت تصادفی انتخاب شده بودند به طور خصوصی و به روش چهره به چهره مورد مصاحبه قرار گرفتند. اطلاعات فردی شامل سن، میزان تحصیلات، شغل، بُعد خانوار، شغل همسر و تاریخچه بارداری و پزشکی با استفاده از پرسش‌نامه جمع‌آوری شد. مواد غذایی دریافتی افراد با استفاده از یادآمد ۲۴ ساعته خوراک برای ۲ روز و پرسش‌نامه تکرر مصرف مواد غذایی برای ۳ ماه به دست آمد.

یافته‌ها: متوسط مصرف غلات و لبنیات در زنان روستایی بیش‌تر از زنان شهری بود. میانگین مصرف میوه‌ها در زنان شهری ۱۴۰ و زنان روستایی ۲۴۸ گرم بود که از نظر آماری تفاوت معنی‌داری داشت. مصرف سبزیجات و حبوبات و نیز روغن‌ها و چربی‌ها در زنان شهری و روستایی تفاوت معنی‌داری نداشت. مقدار انرژی، پروتئین، تیامین و نیاسین دریافتی در تمام افراد مورد مطالعه کافی بود ($>75\%$ RDA)، اما دریافت پیریدوکسین، فولات، ویتامین A، D، آهن، کلسیم، فسفر، منیزیم و روی در تمام افراد مورد مطالعه کمتر از 75% RDA بود.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها، زنان باردار روستایی از وضعیت تغذیه‌ای بهتری نسبت به زنان شهری برخوردارند. برای تعیین علل مربوطه مطالعات بیش‌تری در مورد زنان باردار پیشنهاد می‌گردد.

کلیدواژه‌ها: تغذیه، آبستنی، مواد غذایی

* کارشناس ارشد تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه کشور

** مربی و عضو هیأت علمی دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

*** استادیار دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

آدرس مکاتبه: تهران، اوین، بیمارستان طالقانی، مرکز تحقیقات غدد درون ریز و متابولیسم، تلفن ۹-۲۳۴۰۹۳۰-۲۱

✉ Email: Esmailzadeh@erc.ac.ir