



عوامل تأثیرگذار بر انجام فعالیت بدنی منظم بر اساس الگوی ارتقاء سلامت در زنان

دیابتی مراجعه کننده به انجمن دیابت کرج

آزینا نوروزی^۱، فضل‌الله غفرانی پور^{۱*}، علیرضا حیدرنیا^۱، رحیم طهماسبی^۲

^۱ گروه آموزش بهداشت، دانشکده پزشکی، دانشگاه تربیت مدرس

^۲ بخش آمار زیستی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

چکیده

زمینه: یکی از استراتژی‌های غیر دارویی مؤثر بر دیابت، فعالیت بدنی است که تغییر و حفظ آن به‌علت پیچیدگی این رفتار ساده نیست. هدف از این مطالعه شناسایی عوامل مؤثر بر رفتار فعالیت بدنی بر اساس الگوی ارتقاء سلامت می‌باشد.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه ۳۵۰ زن مبتلا به دیابت اقدام به تکمیل پرسشنامه‌های استاندارد مربوط به سازه‌های خودکارآمدی درک شده (قضایوت فرد درباره تواناییش برای انجام فعالیت بدنی منظم در شرایط مختلف)، فواید و موانع درک شده، حمایت دوستان و خانواده و وضعیت سلامت درک شده نمودند. در تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تی، کای اسکوتر، رگرسیون خطی و رگرسیون لجستیک استفاده گردید.

یافته‌ها: خودکارآمدی دارای اثر مستقیم و مثبتی بر فعالیت بدنی بوده و فواید درک شده، وضعیت سلامت درک شده و شاخص توده بدنی از طریق تأثیر بر این سازه، بر فعالیت بدنی تأثیر غیرمستقیم دارند. همچنین سازه وضعیت سلامت درک شده علاوه بر تأثیر غیرمستقیم دارای اثر مستقیم و مثبتی نیز بر فعالیت بدنی بوده و تحت تأثیر عواملی از جمله شغل و طول مدت ابتلا به دیابت قرار می‌گیرد.

نتیجه‌گیری: وضعیت سلامت درک شده به‌عنوان مهم‌ترین عامل تأثیرگذار بر فعالیت بدنی بیماران دیابتی بوده که لازم است به‌ویژه در بیمارانی که مدت زیادی به دیابت مبتلا می‌باشند مورد توجه قرار گرفته و با افزایش خودکارآمدی با استفاده از تکنیک‌های گوناگون و تأکید بر جنبه‌های مختلف فواید فعالیت بدنی اقدام به ارتقاء سطح فعالیت این بیماران نمود.

واژگان کلیدی: فعالیت بدنی، دیابت، الگو ارتقاء سلامت، عوامل تعیین کننده

دریافت مقاله: ۸۸۷/۱۹- پذیرش مقاله: ۸۸/۹/۵

* تهران، تقاطع بزرگراه چمران و جلال آل احمد، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده پزشکی، گروه آموزش بهداشت، کد پستی: ۱۳۱۱۶-۱۴۱۱۷