



تأثیر بکارگیری برنامه ارتقاء سلامت در مدرسه بر کنترل عوامل خطر

مرتبط با چاقی نوجوانان

دکتر آرمان آزادی^۱، دکتر منیره انوشه^{۲*}، دکتر فاطمه الحانلی^۳، دکتر ابراهیم حاجی‌زاده^۳

^۱ دانشجوی دکتری پرستاری، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام

^۲ دکتری آموزش بهداشت، استادیار دانشکده علوم پزشکی، دانشگاه تربیت مدرس

^۳ دکتری آمار زیستی، دانشیار دانشکده علوم پزشکی، دانشگاه تربیت مدرس

چکیده

زمینه: چاقی و اضافه وزن در کودکان و نوجوانان یک مشکل سلامتی ویژه است و نیاز به مداخلات جامع پیشگیرانه دارد. این مطالعه با هدف بکارگیری برنامه ارتقاء سلامت در مدرسه بر کنترل عوامل خطر مرتبط با چاقی در نوجوانان دارای اضافه وزن و در معرض خطر اضافه وزن انجام شد.

مواد و روش‌ها: مطالعه از نوع نیمه تجربی است و در دو گروه آزمون و شاهد در شهر تهران در سال ۱۳۸۵ انجام شده است. از میان مدارس راهنمایی پسرانه دولتی منطقه ۶ آموزش و پرورش شهر تهران دو مدرسه به طریقه تصادفی انتخاب شدند. سپس قد و وزن تمام دانش آموزان اندازه‌گیری شد و شاخص توده بدنی آنان محاسبه گردید. نوجوانان دارای اضافه وزن و در معرض خطر (براساس نمودارهای مرجع CDC 2000 صدک بین ۸۵م و ۹۵م به عنوان در معرض خطر و صدک بالای ۹۵م به عنوان اضافه وزن تعریف شده است) شامل ۳۵ نفر در گروه آزمون و ۳۵ نفر در گروه شاهد انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل ترازو، قدسنج، پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک نوجوانان و والدین، پرسشنامه سنجش آگاهی تغذیه‌ای، پرسشنامه بسامد مصرف مواد غذایی و پرسشنامه ثبت ورزش و فعالیت فیزیکی و تماشای تلویزیون طی یک هفته اخیر بود که توسط نمونه‌های پژوهش قبل و یک‌ماه پس از اجرای برنامه تکمیل شدند. برنامه که در مجموع ۴ ماه به طول انجامید شامل جلسات آموزشی جداگانه برای اولیای مدرسه، والدین دانش آموزان، دانش آموزان و نیز تغییرات محیط مدرسه بود.

یافته‌ها: پس از اجرای مداخله، تفاوت معنی‌داری در شاخص توده بدنی نوجوانان گروه آزمون در مقایسه با گروه شاهد حاصل نگردید ($P > 0/05$). تفاوت معنی‌داری در میانگین امتیاز آگاهی تغذیه‌ای نوجوانان گروه آزمون در مقایسه با گروه شاهد به دست آمد ($P = 0/0015$)؛ همچنین بین میانگین مصرف لبنیات، تنقلات شور، نوشیدنی‌های شیرین و غذاهای آماده در مقایسه قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون تفاوت معنی‌داری از خود نشان داد (به ترتیب $P = 0/001$ ، $P = 0/006$ ، $P = 0/034$ و $P = 0/001$) در حالی‌که در میانگین مصرف این مواد غذایی در مقایسه قبل و بعد از مداخله در گروه شاهد تفاوت معنی‌داری حاصل نگردید ($P > 0/05$). بین میانگین زمان انجام ورزش‌های با شدت زیاد در طی یک هفته و نیز میانگین زمان تماشای تلویزیون در شبانه روز در گروه آزمون در مقایسه قبل و بعد از مداخله تفاوت معنی‌داری بدست آمد (به ترتیب $P = 0/001$ و $P = 0/001$) در حالی‌که در گروه شاهد تفاوت معنی‌داری در مقایسه قبل و بعد از مداخله مشاهده نشد ($P > 0/05$).

نتیجه‌گیری: هر چند تغییر معنی‌داری در میانگین شاخص توده بدنی نوجوانان گروه آزمون در مقایسه با گروه شاهد حاصل نگردید، اما بکارگیری برنامه ارتقاء سلامت در مدرسه بر کنترل عوامل خطر مرتبط با چاقی در خصوص الگوی غذایی و فعالیت جسمی مؤثر بوده است و توصیه می‌شود تأثیر چنین برنامه‌هایی در مدت زمان طولانی‌تری مورد سنجش قرار گیرد.

واژگان کلیدی: برنامه ارتقاء سلامت، چاقی، نوجوانان، مدرسه

دریافت مقاله: ۸۶/۱۱/۸ - پذیرش مقاله: ۸۷/۳/۱۱

* تهران، بزرگراه جلال آل احمد، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم پزشکی، گروه آموزش پرستاری

Email : anoosheh@modares.ac.ir