

بررسی میزان آگاهی تغذیه‌ای در دختران دبیرستانی شهر اهواز و تأثیر آموزش بر آن

محمد امین چوبینه^۱ - سیما نظری حصار^۲ - دردانه حسین^۳ - محمدحسین حقیقی زاده^۴

چکیده

زمینه و هدف: بدون تردید تغذیه صحیح در پیشگیری از ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها، بخصوص بیماری‌های مزمن و همچنین افزایش کارایی فکری و فیزیکی نیروی کار، نقش مهمی دارد و از مهمترین عوامل ضامن تغذیه مناسب در خانوار، میزان آگاهی افراد خانواده از اصول تغذیه صحیح می‌باشد؛ در این میان نقش مادران به عنوان جایگاه برنامه‌ریز در تغذیه خانوار، اهمیت دوچندان دارد. مطالعه حاضر با هدف ارزیابی میزان آگاهی تغذیه‌ای در دختران دبیرستانی شهر اهواز و تأثیر آموزش بر آن انجام شد.

روش تحقیق: پژوهش حاضر به صورت مداخله نیمه‌تجربی بر روی ۱۵۰ دانش‌آموز دختر سال سوم تجربی دبیرستان‌های اهواز، به روش نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای انجام شد. به منظور گردآوری داده‌ها از پرسشنامه مشتمل بر ۳۰ سؤال (۲۳ سؤال مربوط به آگاهی و ۷ سؤال مربوط به مشخصات فردی) بود. در مرحله نخست این مطالعه از دانش‌آموزان آزمونی به وسیله پرسشنامه در مدرسه محل تحصیل گرفته شد؛ در مرحله بعد، آموزش به دو روش چهره به چهره و با استفاده از جزوه ارائه شد طول مدت آموزش ۳۰ روز بود (دو جلسه در دو هفته متوالی به صورت حضوری و دو هفته نیز از طریق جزوه) و در انتها میزان آگاهی دانش‌آموزان مجدداً مورد ارزیابی قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون آماری تی زوجی و ضریب همبستگی و شاخص‌های میانگین و انحراف معیار در سطح معنی‌داری $P < 0/05$ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: در این تحقیق، میانگین نمرات پس از آموزش از $14/53 \pm 2/32$ به $18/1 \pm 3/03$ افزایش یافت که بیانگر رشدی معادل $15/62\%$ می‌باشد؛ همچنین نتایج بررسی، نشانگر رشد صفر تا $42/8\%$ در پاسخگویی صحیح به پرسش‌های مختلف می‌باشد و تأثیر آموزش، معنی‌دار ارزیابی گردید ($P = 0/003$).

نتیجه‌گیری: این پژوهش یافته‌های پژوهش‌های مشابه صورت گرفته در داخل و خارج از کشور را در گروه‌های مختلف سنی و شغلی در زمینه تأثیر مثبت آموزش تایید می‌نماید اما مشخص نمودن این مسأله که اطلاعات افراد گروه هدف در کدام زمینه‌ها مناسب بوده و نیاز به آموزش در کدام زمینه‌ها بیشتر احساس می‌شود، از مواردی است که در پژوهش‌های مشابه کمتر به آن توجه شده است اما در این پژوهش سعی شد که این مسائل نیز مد نظر قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: آگاهی؛ آموزش؛ تغذیه؛ دختران؛ دبیرستان؛ اهواز

مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند (دوره ۱۶؛ شماره ۱؛ بهار ۱۳۸۸)

دریافت: ۱۳۸۶/۱۰/۰۶ اصلاح نهایی: ۱۳۸۷/۰۴/۲۳ پذیرش: ۱۳۸۷/۰۶/۲۶

^۱ نویسنده مسؤول؛ کارشناس علوم تغذیه و رژیم درمانی

آدرس: شیراز- بلوار پاسداران - ساختمان میلاد- واحد ۲۰۳ شرکت امین آرمان جنوب
تلفن: ۰۹۱۷۱۱۳۰۶۵۳ شماره: ۰۷۱۱-۸۴۳۶۳۴۹ پست الکترونیکی: amin_choobineh@yahoo.com

^۲ کارشناس علوم تغذیه و رژیم درمانی

^۳ کارشناس ارشد علوم تغذیه و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز

^۴ کارشناس ارشد آمار زیستی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز