

بررسی الگوی مصرف مواد غذایی در جمعیت روستایی

اردبیل، ۱۳۷۸

علی نعمتی^۱، دکتر علی مجید پور^۲، محسن سقا^۳

چکیده

زمینه و هدف: وضعیت تغذیه هر فرد به عوامل متعددی بستگی دارد. بررسی مسایل و مشکلات غذا و تغذیه، از جمله تعیین الگوی مصرف مواد غذایی در تعیین سیاست ها و برنامه های تغذیه ای، رفع کمبود های غذایی، ارتقای سطح تغذیه و پیشگیری از بیماری های ناشی از سوء تغذیه در جامعه راهگشا هستند. هدف از این بررسی تعیین میزان انرژی، مواد مغذی مصرفی، عادات تغذیه ای و الگوی مصرف مواد غذایی در جمعیت روستایی شهر اردبیل بود.

روش کار: این بررسی یک مطالعه توصیفی- مقطعی است که در ۲۵۰ خانوار از ۱۵ روستای شهرستان اردبیل به روش تصادفی ساده انجام گرفت. از تمامی افراد خانوار بررسی غذایی بوسیله یادآمد خوراک ۲۴ ساعته و بسامد مصرف مواد غذایی به عمل آمد. اطلاعات بدست آمده توسط نرم افزارهای Food Processor و SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که دریافت روی، سلنیوم، ویتامین B₂ و اسید فولیک در مردان و زنان روستایی کمتر از مقادیر توصیه شده سازمان بهداشت جهانی بود ($p < 0.001$)، در صورتی که دریافت برخی از مواد مغذی مثل پروتئین، آهن و کلسیم افراد روستایی بیشتر از مقادیر توصیه شده سازمان بهداشت جهانی بود ($p < 0.001$). حدود ۲۰٪ افراد روستایی کالری دریافتی شان کمتر از ۷۵٪ مقادیر توصیه شده سازمان بهداشت جهانی بود، که بیشتر در مردان روستایی دیده شد. نتایج حاصل از تکرار مصرف مواد غذایی نشان داد که عمده غذای مصرفی جوامع روستایی نان لواش، سیب زمینی، تخم مرغ، شیر، بیسکویت، ماست، سیر، پیاز، روغن نباتی، کره و گوجه فرنگی بود.

نتیجه گیری: مطالعه حاضر نشان داد که دریافت نامناسب برخی از مواد مغذی در برنامه غذایی افراد روستایی وجود داشت. پیشنهاد می شود به منظور بهبود وضعیت تغذیه روستاییان می بایست مصرف منظم گروه های مختلف مواد غذایی آموزش داده شوند.

واژه های کلیدی: الگوی مصرف، مواد غذایی، جمعیت روستا، اردبیل

۱- مؤلف مسئول: مربی تغذیه دانشکده پیرا پزشکی و بهداشت- دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

۲- دانشیار بیماری های عفونی دانشکده پزشکی- دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

۳- مربی بافت شناسی دانشکده پزشکی- دانشگاه علوم پزشکی اردبیل