

## عنوان مقاله:

پیش بینی کننده های رفتار فعالیت بدنی به منظور پیشگیری از پوکی استخوان بر اساس الگوی توسعه یافته باور سلامت در زنان میانسال

## محل انتشار:

دوماهنامه پایش، دوره 13، شماره 3 (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

آتوسا سلیمانیان - *Department of Health Education, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran*

شمس الدین نیکنامی - *Department of Health Education, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran*

ابراهیم حاجی زاده - *Department of Biostatistics, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran*

داود شجاعی زاده - *Department of Health Education and Health Promotion, Faculty of Health, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran*

محمود طاووسی - *Health Education & Promotion Research Group, Health Metrics Research Center, Iranian Institute for Health Sciences Research, ACECR, Tehran, Iran*

## خلاصه مقاله:

هدف از این مطالعه، تعیین پیش بینی کننده های رفتار فعالیت بدنی به منظور پیشگیری از پوکی استخوان با استفاده از الگوی توسعه یافته باور سلامت است. در این تحقیق مقطعی، ۲۴۰ نفر از زنان بالای ۳۰ سال شاغل در یکی از سازمان های دولتی شهر تهران به صورت تصادفی شرکت داده شدند. محققان با افزودن سازه خودتنظیمی به الگوی باور سلامت، با روش تحلیل مسیر (با استفاده از نرم افزار لیزرل)، ضمن بررسی برازش الگوی حاصل، قدرت پیش بینی کنندگی آن را نسبت به رفتار فعالیت بدنی به منظور پیشگیری از پوکی استخوان بررسی نمودند. نتایج تحلیل مسیر نشان داد الگوی مورد بررسی، برازش مطلوبی داشته ( $\chi^2/df = 54/28$ ،  $P < 0/001$ ،  $GFI = 0/96$ ،  $CFI = 0/94$ ،  $RMSEA = 0/04$  و درصد واریانس رفتار فعالیت بدنی را پوشش داده است. در این تحلیل، سازه های راهنما برای عمل، خودکارآمدی و خود تنظیمی، مهم ترین پیش بینی کننده های فعالیت بدنی در خصوص پیشگیری از پوکی استخوان بودند. مطالعه حاضر نشان داد الگوی تلفیقی سازه خود تنظیمی و الگوی باور سلامت، از برازندگی مطلوب جهت پیش بینی رفتار فعالیت بدنی پیشگیری کننده از پوکی استخوان در زنان برخوردار بوده و استفاده از آن در مداخلات آموزشی، موثر خواهد بود.

## کلمات کلیدی:

Osteoporosis, Physical Activity, Health Belief Model  
پوکی استخوان، فعالیت بدنی، الگوی باور سلامت، سازه خودتنظیمی، تحلیل مسیر

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1436770>



