

عنوان مقاله:

تاثیر برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی فرانظریه ای بر مصرف میوه و سبزی در سالمندان

محل انتشار:

دوماهنامه پایش، دوره 13، شماره 1 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

لیلی صالحی - Alborz University of Medical Sciences, Karaj, Iran

سعید سلکی - I.R.I.A.F. Theoretical Reseaches and Stratigical Bureau, Tehran, Iran

علی منتظری - Mental Health Research Group, Health Metrics Research Center, Iranian Institute for Health Sciences -
Research, ACECR, Tehran, Iran

خلاصه مقاله:

فواید مصرف میوه و سبزی در سالمندان به خوبی شناخته شده است اما شواهد حاکی از عدم کفایت مصرف است. هدف این مطالعه بررسی تاثیر مداخله آموزشی طراحی شده بر اساس سازه های الگوی فرا نظریه ای بر افزایش میزان مصرف میوه و سبزی است. این مطالعه نیمه تجربی در طی سال های ۸۷-۸۸ در کانون های سالمندی شهر تهران بر روی ۴۰۰ عضو کانون در دو گروه مداخله و آزمون انجام گرفت. داده های این مطالعه در دو زمان متفاوت قبل از مداخله و پس از آن بوسیله پرسشنامه ای ساختارمند مشتمل بر مشخصه های دموگرافیک و آنتروپومتریک، مرحله تغییر افراد، خودکارآمدی، موازنه تصمیم گیری، میزان مصرف روزانه میوه و سبزی جمع آوری گردید. مداخله آموزشی شامل ۴ جلسه ۹۰ دقیقه ای برای هریک از زیرگروه ها بوده و محتوی آن بر اساس سازه های الگوی فرا نظریه ای تدوین گردیده بود. میانگین سن افراد مورد مطالعه $4/48 \pm 6/64$ بود که حدود ۷۵ درصد این افراد زن بودند. میانگین مصرف روزانه میوه و سبزی قبل از مداخله بین دو گروه اختلاف معنی دار نداشت که پس از انجام مداخله در گروه مورد مداخله به طور معنی دار افزایش یافت (گروه مداخله $3/08 \pm 1/35$ در مقابل $1/08 \pm 1/79$ گروه کنترل، $P=0/001$). مداخله علاوه بر افزایش منافع درک شده و خود کارآمدی و کاهش موانع درک شده در گروه مورد مداخله، باعث پیشروی افراد بیشتری در گروه مداخله در مقایسه با گروه کنترل از مرحله پیش تامل به مراحل تامل و آمادگی ($P<0/001$) و همچنین از مراحل تامل و آمادگی به سمت مراحل عمل و نگهداری ($P=0/004$) گردید. یافته های این مطالعه نشان داد که الگوی فرا نظریه ای، الگویی مفید در طراحی مداخلات تغذیه ای و مصرف میوه و سبزی است.

کلمات کلیدی:

Tran's theoretical model, Fruit and Vegetable, elderly, فرانظریه ای، میوه و سبزی، سالمند

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1436791>

