

## عنوان مقاله:

Identification and Monitoring of Dominant Patterns of Food, Sleep and Physical Activity and Related Factors in Fasa in Year ۲۰۱۷: An Exploratory Factor Analysis

## محل انتشار:

مجله علوم پیشرفته زیست پزشکی، دوره 10، شماره 1 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

## نویسندگان:

پژمان باقری - *Non-Communicable Diseases Research center, Fasa University of Medical Sciences, Fasa, Iran*

موهبت والی - *Student Research Committee, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran*

زهرا ملکی - *Non-Communicable Diseases Research Center, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran*

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: تحلیل الگوهای خوراک، خواب و فعالیت بدنی، زمینه پیشگیری از بیماری های مزمن را در اختیار محققین قرار می دهد. هدف از این مطالعه، تعیین الگوهای غالب خوراک، خواب و فعالیت بدنی و عوامل مرتبط در شهرستان فسا در سال ۱۳۹۶ بود. مواد و روش ها: در این مطالعه مقطعی، اطلاعات ۵۰۰ نفر از جمعیت بزرگ سال شهرستان فسا به روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای با استفاده از ترکیبی از پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبورگ، بسامد خوراک و پرسشنامه بین المللی فعالیت بدنی گردآوری شد. جهت شناسایی الگوهای غالب از روش تحلیل عاملی و به منظور تعیین ارتباط بین متغیرها از آزمون رگرسیون خطی استفاده گردید. نتایج: میانگین سنی شرکت کنندگان  $۳۵ \pm ۲/۳۵$  سال بود. سه الگوی غالب خوراک شامل سالم (۳۵/۲۴٪)، ناسالم (۳۱/۱۸٪) و متفرقه (۹۸/۱۲٪)، خواب شامل اختلال خواب اولیه (۹۰/۱۷٪)، ثانویه (۶۰/۱۶٪) و ثالثیه (۴۶/۱۲٪) و فعالیت بدنی نیز شامل فعالیت بدنی سبک (۰۹/۳۷٪)، متوسط (۸۶/۵٪) و شدید (۳۲/۱۶٪) بودند. همچنین متغیرهای سن، جنسیت و وضعیت اقتصادی- اجتماعی به عنوان پیش بینی کننده های اصلی الگوها معرفی شدند. نتیجه گیری: با توجه به سهم بالای الگوهای ناسالم در جمعیت شهرستان به عنوان نمونه ای از جمعیت شهری جنوب ایران، ضرورت برنامه ریزی و افزایش سطح آگاهی و آموزش در زمینه افزایش فعالیت بدنی و بهبود وضعیت خواب و خوراک و همچنین بالا بردن سطح کیفیت زندگی و سلامت عمومی افراد جامعه بیش از پیش احساس می گردد.

## کلمات کلیدی:

Food, Sleep, Exercise, Factor Analysis, خوراک, خواب, فعالیت فیزیکی, تحلیل عاملی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1702505>

