

عنوان مقاله:

عوامل تسهیل کننده و بازدارنده شیوه زندگی سالم در سالمندان: یک مطالعه کیفی

محل انتشار:

مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی، دوره 6، شماره 2 (سال: 1387)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

لیلی صالحی

حسن افتخار اردبیلی

کاظم محمد

محمد تقدیسی

ابوالقاسم جزایری

داود شجاعی زاده

آرش رشیدیان

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: افزایش امید به زندگی و کاهش میزان باروری باعث افزایش تعداد افراد سالمند در سراسر جهان شده، به گونه ای که پیر شدن جمعیت به یکی از مهمترین چالش های بهداشت عمومی در قرن کنونی تبدیل گشته است. بررسی مطالعات قبلی انجام گرفته در سایر کشورها حاکی از این است که شناسایی عوامل موثر بر فاکتورها شیوه زندگی و نیازهای آموزشی گروه مداخله به طراحی برنامه های ارتقای سلامت موثر کمک می نماید. این مطالعه در سال ۱۳۸۶ با هدف تعیین آمادگی سالمندان جهت اتخاذ شیوه زندگی سالم و درک عوامل موثر بران در شهر تهران انجام گرفت. روش کار: این پژوهش کیفی با استفاده از بحث گروهی متمرکز بر روی ۶۰ نفر از سالمندان کانون های سالمندی انجام گرفت، روش نمونه گیری به صورت هدفدار بوده و از روش تجزیه و تحلیل کیفی جهت تحلیل داده استفاده شد. نتایج: نتایج به دست آمده حاکی از این است که افراد مختلف، تعبیر گوناگونی از معنای سلامت داشتند و علل متفاوتی را برای سلامتی جسم و روح مهم می دانستند. از موانع گوناگونی بر سر راه پیروی از برنامه غذایی سالم نام برده شد و تقریباً همه شرکت کنندگان در مطالعه، از نظر آمادگی مصرف میوه و سبزی در مرحله قبل از تامل قرار داشتند. از نظر فعالیت فیزیکی اکثریت واحدهای پژوهش در مراحل آمادگی و عمل واقع بودند در این مطالعه، از منافع و موانع گوناگونی جهت انجام منظم فعالیت فیزیکی منظم نام برده شد. نتیجه گیری: تصحیح شیوه زندگی تحت تاثیر عوامل فراوانی قرار دارد. نتایج این مطالعه به تدوین راهبردهای آموزشی مناسب در خصوص شیوه زندگی سالم کمک فراوانی می کند.

کلمات کلیدی:

Qualitative study ، Elderly ، Healthy lifestyle ، شیوه زندگی سالم، سالمند، مطالعه کیفی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1718733>

