

عنوان مقاله:

بررسی میزان چاقی و اضافه وزن در دانشجویان دختر دانشگاه علوم و فنون دریایی خرم شهر

محل انتشار:

اولین همایش ملی توسعه پایدار دریا محور (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

افتخار محمدی - دانشگاه علوم و فنون دریایی خرمشهر، دانشکده اقتصاد و مدیریت دریا، گروه علوم پایه و دروس عمومی

امین صابری - دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه مازندران

خلاصه مقاله:

افزایش شهرنشینی و صنعتی شدن در اغلب کشورها همراه با تغییرات رفتاری و تغذیه ای به سمت تغذیه با میزان بالای چربی و انرژی در کنار کم تحرکی، باعث اپیدمی چاقی در دنیا شده است. مطالعه ی حاضر جهت بررسی این مشکل در دانشجویان دانشگاه علوم و فنون دریایی خرمشهر به عنوان آینده سازان کشور به اجرا در آمده است. در یک مطالعه ی مقطعی، همه 262 دانشجوی دختر 18-24 ساله دانشگاه علوم و فنون دریایی خرمشهر در سال 1393 تحت مطالعه قرار گرفتند. گردآوری داده ها با استفاده از پرسشنامه ای حاوی اطلاعات دموگرافیک رفتارهای تغذیه ای، میزان فعالیت فیزیکی و شاخص های تن سنجی قد، وزن، دورکمر و دور باسن ثبت شد. در این مطالعه افزایش اضافه وزن بر اساس نمایه ی توده ی بدن بالاتر یا مساوی 25 و چاقی براساس نمایه ی توده ی بدن بالاتر از 30 تعریف شد. چاقی تنه ای براساس دو شاخص دور کمر بالاتر از 80 سانتی متر و نسبت دور کمر به باسن بالاتر از 0/8 در نظر گرفته شد. در این مطالعه 55 دانشجو (21%) کم وزن، 136 دانشجو (52%) دارای وزن طبیعی، 50 نفر دارای اضافه وزن (19%) و 21 نفر (8%) چاق بودند. براساس میزان دورکمر، 18/2% دانشجویان دارای چاقی بالاتنه و براساس دور کمر به باسن 20/8% دارای چاقی شکمی بودند. حدود نیمی از دانشجویان دید درستی از وزن مطلوب خود نداشتند. نتایج به دست آمده از مطالعه ی حاضر، نشان دهنده ی هم زمانی مشکل کم وزنی و افزایش اضافه وزن در دانشجویان از یک طرف و عدم اطلاع از وزن مطلوب از طرف دیگر بوده، لزوم آموزش هرچه بیشتر دانشجویان را در رابطه با چگونگی فعالیت بدنی و مشکلات تغذیه ای خاطرنشان می سازد.

کلمات کلیدی:

اضافه وزن، چاقی، دانشجویان دانشگاه علوم و فنون دریایی خرمشهر، دختر، نمایه ی توده ی بدن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/402017>

