

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر آموزش بر سبک زندگی زنان میانسال؛ یک مطالعه مروری

محل انتشار:

یازدهمین همایش دانشجویی تازه های علوم بهداشتی کشور (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

رقیه محمد پور - دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران

زهره حداد - دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران

سیامک محبی - دانشیار، گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: در دنیای امروز سبک زندگی مهم ترین عامل موثر بر سلامت و بیماری قلمداد شده و نظام های سلامت، مهمترین برنامه های خود را مبتنی بر سلامت خانواده ترسیم نموده اند. زنان محور مدیریت سلامت خانواده محسوب می گردند و الگوی اصلی آموزش و ترویج شیوه زندگی سالم به نسل بعدی می باشند. میانسالی یکی از مهم ترین دوره های زندگی زنان است که بزرگترین بخش از حیات بزرگسالی محسوب می شود. به دلیل اینکه برنامه های آموزشی بر تغییر، حفظ و ارتقاء عوامل رفتار فردی و سبک زندگی تاثیر مستقیم دارد، بنابراین این مطالعه سعی داشت نقش آموزش را به عنوان عاملی تاثیرگذار در بهبود سبک زندگی زنان میانسال تبیین کنند. روش کار: مطالعه حاضر مروری Narrative Review بوده که مقالات فارسی با استفاده از بانک های اطلاعاتی، IRAN MEDEX، MEDLIB و نیز جست وجوی مقالات از سایت های مجلات علمی پژوهشی داخلی انتخاب شدند. سایر مقالات با استفاده از بانک های اطلاعاتی و موتورهای جست وجوی علمی نظیر، SCOPUS، ProQuest، PubMed، Elsevier و واژه های کلیدی آموزش، سبک زندگی و زنان میانسال انتخاب شدند. مقالات با طراحی های مقطعی و نیز مرور سیستماتیک جست و جو شده اند. بازه زمانی مقالات مورد استفاده از سال 2001 تا سال 2017 میلادی بود. یافته ها: به دلیل اینکه در زنان میانسال هر یک از فاکتورهای سبک زندگی به طور مستقل و به میزان قابل ملاحظه ای پیشگویی کننده ی بیماری های مزمن متعدد و مرگ و میر محسوب می شود، در نتایج مطالعات بررسی شده مشخص شد که برنامه آموزشی تاثیر مثبتی بر ابعاد مختلف انجام فعالیت فیزیکی، بهداشت روان، تغذیه، روابط بین فردی و سبک زندگی کلی زنان میانسال دارد و می تواند باعث ارتقای سلامت آنان شود. نتیجه گیری: با توجه به اینکه نتایج این مطالعه تایید کننده تاثیر آموزش بر ابعاد مختلف سبک زندگی زنان میانسال بود لذا طراحی و اجرای مداخلات آموزشی در رابطه با سبک زندگی سالم برای گروه سنی میانسال برای بهبود کیفیت زندگی آنان ضروری به نظر می رسد.

کلمات کلیدی:

آموزش، سبک زندگی، زنان میانسال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/801659>

