

## تأثیر آموزش تغذیه بر آگاهی، نگرش و عملکرد دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی در خصوص مصرف تنقلات

الهه توسلی<sup>۱</sup>، اکبر حسن زاده<sup>۲</sup>، مهناز نیلساز<sup>۳</sup>، ساناز نصیری<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری تخصصی آموزش بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، دانشکده بهداشت
۲. مربی آمار، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، دانشکده بهداشت
۳. دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، دانشکده بهداشت

عملکرد نشان داد، هم چنین رابطه معنی داری بین شغل پدر و آگاهی، نگرش و عملکرد وجود داشت ( $p < 0/001$ )، میانگین امتیاز آگاهی دانش آموزان قبل از آموزش در گروه آزمون و شاهد به ترتیب  $28/94 \pm 15/10$  و  $28/7 \pm 12/51$  بود که بعد از آموزش در گروه آزمون به  $93/52 \pm 8/93$  بلافاصله و  $90/27 \pm 8/79$  دو ماه بعد از آموزش رسید ( $p < 0/001$ )، در حالی که در گروه شاهد تفاوت معنی داری مشاهده نشد. میانگین امتیاز نگرش نیز قبل از آموزش  $20/37 \pm 17/21$  بود که بعد از اجرای آموزش، به  $60/53 \pm 14/06$  بلافاصله و  $54/05 \pm 13/92$  دو ماه بعد از آموزش افزایش یافت ( $p < 0/001$ )، در خصوص میانگین امتیاز عملکرد نیز قبل از آموزش  $39/68 \pm 9/85$  بود که ۲ ماه بعد از مداخله آموزشی به  $50 \pm 6/11$  افزایش یافت ( $p < 0/001$ ). نظر به اهمیت و نقش دختران به عنوان بستر آتی کشور و هم چنین مادران آینده و کم هزینه بودن فعالیت های پیشگیرانه همانند آموزش تغذیه در مقایسه با فعالیت های درمانی در این زمینه، لزوم تعمیم این گونه برنامه های آموزشی و گسترش و بسط آن ضروری به نظر می رسد. [م ت ع پ ز، ():]

### References

1. Choobineh MA, Hesari S, Hossain D and Haghhighzadeh MH. Study of nutritional knowledge of Ahwaz high school girls and the education effect. *Birjand Univ Med Sci J* 2009; 16(1): 23-30.
2. Khalaj M, Mohammadi-Zeidi E. Health education effects on nutritional behavior modification in primary school student. *Shahr-e-Kord Univ Med Sci* 2006; 8(1): 41-49.
3. Blom-Hoffman J, Kelleher C, Power TJ and Leff SS. Promoting healthy food consumption among young children: Evaluation of a multi-component nutrition education program. *J Sch Psychol* 2004; 42 (1): 45-60.

امروزه مصرف تنقلات به عنوان میان وعده در بین کودکان به خصوص دانش آموزان مقطع ابتدایی رو به افزایش است،<sup>۱</sup> تغییر الگوهای مصرف غذایی در طول دهه اخیر موجب جایگزینی تنقلات و مواد غذایی بی ارزش به جای میان وعده های مغذی شده است، مصرف بی رویه این مواد غذایی بی ارزش از یک سو از طریق کاهش اشتها دانش آموزان، فرصت تغذیه با غذاهای حاوی مواد مغذی سفره خانواده را از کودک می گیرد و از سوی دیگر به علت این که تنقلات، حاوی قند، نمک و چربی زیادی هستند، زمینه ساز ابتلا به بیماری های مزمن در سال های بعدی زندگی خواهند بود.<sup>۲</sup> مطالعه حاضر از نوع تجربی و آینده نگر بود، آزمودنی های پژوهش ۷۲ دانش آموز دختر مقطع ابتدایی شهرستان شهرکرد بودند که در دو گروه آزمون و شاهد به روش نمونه گیری به صورت چند مرحله ای قرار گرفتند، ابزار گردآوری اطلاعات، پرسشنامه ۳۴ سؤالی شامل ۴ بخش بود، مشخصات دموگرافیک (۴ سؤال)، سؤالات آگاهی (۱۲ سؤال)، سؤالات نگرش (۶ سؤال)، سؤالات عملکرد دانش آموزان از طریق پرسشنامه بسآمد یا تکرر مصرف، حاوی ۱۲ قلم از تنقلات (پفک، بیسکویت، شکلات، چیپس، لواشک، نوشابه های گازدار، یخ مک، بستنی یخی، آب نبات ها، تمر هندی، آدامس و آلوچه) بود. پس از انجام آزمون اولیه و به دست آمدن اطلاعات در مورد وضعیت دانش آموزان، محتوی آموزشی مناسب با نیازهای آن ها تهیه و طی ۴ جلسه ۴۵-۴۰ دقیقه ای با استفاده از آموزش به صورت مستقیم از طریق سخنرانی و مشارکت فعال نمونه ها (پرسش و پاسخ) به همراه اسلایدهای آموزشی و هم چنین آموزش غیرمستقیم به طریق ارائه جزوه و پمفلت جلسات آموزشی برگزار گردید، بعد از اتمام آموزش، پرسشنامه توسط دو گروه تکمیل و ۲ ماه بعد، مجددا با همان پرسشنامه مورد ارزیابی قرار گرفتند. نتایج مطالعه رابطه معنی داری را بین شغل و سطح تحصیلات مادر با آگاهی، نگرش و

Please cite this article as: Tavassoli E, Hassanzadeh A, Nilsaz M and Nasiri S. The effect of nutrition education on the knowledge, attitude and practice of girl students. *Zahedan J Res Med Sci (ZJRMS)* 2011; ( ):