

چکیده:

مقدمه: یکی از مهم ترین علل معضلات تغذیه ای در جهان، عدم آگاهی تغذیه ای و در نتیجه عملکرد نامناسب در این مقوله است که باعث مشکلاتی از قبیل سوء تغذیه و ابتلا به بیماری های غیرواگیر مختلف می شود. مطالعات اندکی در زمینه تاثیر آموزش تغذیه بر آگاهی، نگرش و شاخص های تغذیه ای زنان انجام گرفته است. بعلاوه کارآیی روشهای مختلف آموزشی در این مطالعات اصلاً مقایسه نشده است، لذا این پژوهش با هدف مقایسه تاثیر آموزش توسط همتایان و پرسنل بهداشتی بر آگاهی، نگرش و شاخص های تغذیه ای زنان انجام شد.

روش ها: در این پژوهش نیمه تجربی، آموزش تغذیه به دو روش آموزش توسط همتایان و پرسنل بهداشتی بر آگاهی، نگرش و شاخص های تغذیه ای ۱۰۸ نفر از زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی ارومیه انجام گرفت. از بین مراکز بهداشتی درمانی شهرستان ارومیه ۴ مرکز به طور تصادفی انتخاب گردید که دو مرکز به آموزش از طریق همتا و دو مرکز به آموزش از طریق پرسنل بهداشتی اختصاص داده شد. از بین مراکز منتخب، گروههای آموزشی به طور تصادفی از بین زنان ۱۸-۳۵ ساله تعداد ۲۷ نفر انتخاب شد. ابزار جمع آوری اطلاعات، پرسشنامه از پیش ساخته شده ای بود که روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفته است. ابتدا از هر گروه پیش آزمون به عمل آمد. در گروه آموزش توسط همتایان در هر مرکز ۲ نفر از کسانی که بالاترین نمره را داشتند، به عنوان آموزش دهنده همتا انتخاب شدند. گروه همتایان توسط آموزش دهنده های همتا و گروه پرسنل توسط پرسنل بهداشتی ۴ جلسه آموزشی ۲ ساعته را دریافت کردند. ۶ هفته پس از پایان جلسات آموزشی پس آزمون به عمل آمد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از برنامه نرم افزاری SPSS-11.5 و آزمونهای آماری T مستقل و T - paired و کای اسکور، ANOVA، ضریب همبستگی، آزمون McNemar مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: قبل از انجام مداخله آموزشی میانگین نمرات آگاهی، نگرش و شاخصهای MCI.FCI.GDI در گروه پرسنل بهداشتی به ترتیب ۲۵/۴۸، ۶/۶۸، ۷/۷۷، ۵/۳۸ و ۲/۱۱ و در گروه همتایان ۳۰/۳۸، ۸/۲۰، ۷/۷۸،

۵/۷۵، ۲/۳۳ و پس از انجام مداخله آموزشی در گروه پرسنل بهداشتی به ترتیب ۳۱/۸۳، ۸/۸۸، ۷/۲۵، ۴/۹، ۲ و در گروه همتایان ۳۴/۴، ۱۵/۴، ۵/۳۳، ۳/۶۲، ۰/۸۵ تغییر یافت. اختلاف معنی دار آماری بین میانگین نمره آگاهی، نگرش و شاخصهای تغذیه ای دو گروه بعد از آموزش وجود داشت، افزایش میانگین نمرات آگاهی افراد گروه آموزشی پرسنل بیشتر از گروه آموزشی همتایان بود. همچنین میانگین نمره نگرش در گروه همتا بعد از مداخله به طور معنی داری بیش از گروه پرسنل افزایش یافت و نیز بهبود شاخصهای GDI، MCI، FCI در گروه آموزشی همتا بعد از مداخله به طور معنی داری بیش از گروه پرسنل بود.

نتیجه گیری: افزایش بیشتر نمرات آگاهی در گروه پرسنل می تواند نشان دهنده ضعف همتایان در ارائه مطالب نظری و علمی باشد. اثربخشی آموزش تغذیه بمنظور بهبود شاخصهای تغذیه ای و نگرش در زنان توسط همتایان بیشتر از پرسنل بهداشتی است. لذا پیشنهاد می گردد این شیوه آموزشی، بخصوص در آموزش تغذیه بیشتر مورد استفاده قرار گیرد.

واژه های کلیدی: آموزش، تغذیه، همتایان، پرسنل بهداشتی، آگاهی، نگرش، شاخصهای تغذیه ای

چکیده:

مقدمه: یکی از مهم ترین علل معضلات تغذیه ای در جهان، عدم آگاهی تغذیه ای و در نتیجه عملکرد نامناسب در این مقوله است که باعث مشکلاتی از قبیل سوء تغذیه و ابتلا به بیماری های غیرواگیر مختلف می شود. مطالعات اندکی در زمینه تاثیر آموزش تغذیه بر آگاهی، نگرش و شاخص های تغذیه ای زنان انجام گرفته است. بعلاوه کارآیی روشهای مختلف آموزشی در این مطالعات اصلاً مقایسه نشده است، لذا این پژوهش با هدف مقایسه تاثیر آموزش توسط همتایان و پرسنل بهداشتی بر آگاهی، نگرش و شاخص های تغذیه ای زنان انجام شد.

روش ها: در این پژوهش نیمه تجربی، آموزش تغذیه به دو روش آموزش توسط همتایان و پرسنل بهداشتی بر آگاهی، نگرش و شاخص های تغذیه ای ۱۰۸ نفر از زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی ارومیه انجام گرفت. از بین مراکز بهداشتی درمانی شهرستان ارومیه ۴ مرکز به طور تصادفی انتخاب گردید که دو مرکز به آموزش از طریق همتا و دو مرکز به آموزش از طریق پرسنل بهداشتی اختصاص داده شد. از بین مراکز منتخب، گروههای آموزشی به طور تصادفی از بین زنان ۱۸-۳۵ ساله تعداد ۲۷ نفر انتخاب شد. ابزار جمع آوری اطلاعات، پرسشنامه از پیش ساخته شده ای بود که روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفته است. ابتدا از هر گروه پیش آزمون به عمل آمد. در گروه آموزش توسط همتایان در هر مرکز ۲ نفر از کسانی که بالاترین نمره را داشتند، به عنوان آموزش دهنده همتا انتخاب شدند. گروه همتایان توسط آموزش دهنده های همتا و گروه پرسنل توسط پرسنل بهداشتی ۴ جلسه آموزشی ۲ ساعته را دریافت کردند. ۶ هفته پس از پایان جلسات آموزشی پس آزمون به عمل آمد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از برنامه نرم افزاری SPSS-۱۱.5، و آزمونهای آماری T مستقل و T – paired و کای اسکور، ANOVA، ضریب همبستگی، آزمون mcnemar مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: قبل از انجام مداخله آموزشی میانگین نمرات آگاهی، نگرش و شاخصهای GDI، FCI، MCI در گروه پرسنل بهداشتی به ترتیب ۲۵/۴۸، ۶/۶۸، ۷/۷۷، ۵/۳۸، ۲/۱۱ و در گروه همتایان ۳۰/۳۸، ۸/۲۰، ۷/۷۸.