

بررسی الگوی مصرف غذایی و ارتباط آن با شاخص های تن سنجی و BMI در کودکان دبستانی شهر گناباد در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۸۹

مهناز بهرامی^۱، راضیه آخوندی^۱، مهدی مشکی^۲، زهرا حسینی^۳

مقدمه و هدف: بسیاری از عادات غذایی در دوران کودکی شکل می گیرد و پیروی از الگوی غذایی صحیح و متعادل یکی از مهم ترین عوامل بازدارنده از بیماری های تحلیل برنده در بزرگسالی است. مطالعه حاضر با هدف تعیین الگوی غذایی و ارتباط آن با شاخص های تن سنجی و BMI کودکان شهر گناباد در سال ۸۸-۸۹ انجام شد.

روش تحقیق: در این مطالعه توصیفی- تحلیلی ۳۷۵ دانش آموز دختر و پسر از پایه های اول تا پنجم دبستان با روش نمونه گیری طبقه ای- تصادفی وارد مطالعه شدند. جمع آوری اطلاعات از طریق تکمیل پرسشنامه و با اندازه گیری قد و وزن کودکان در شرایط و ابزار اندازه گیری یکسان شامل ترازوی دیجیتال با دقت ۱۰۰گرم و متر نواری ثابت شده به دیوار با دقت ۰/۱ سانتی متر، صورت گرفت. پرسشنامه مورد نظر نیز اقتباسی از پرسشنامه بسامد خوراک بود. در انتها داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS از طریق آمارهای توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت .

نتایج: ۸۸/۳ درصد از کودکان صبحانه مصرف می کردند. بیشترین گروه غذایی مصرفی در بین آنها نان و غلات (۱۰۰درصد) و کمترین آن گروه متفرقه (۵۴/۱۳درصد) بود. براساس الگوی غذایی بدست آمده مشخص گردید که تنها مصرف گروه غذایی نان و غلات توسط کودکان در حد توصیه شده می باشد و مصرف سایر گروه های غذایی شامل پروتئین ها، شیر و لبنیات، میوه و سبزی کمتر از حد توصیه شده است. ارتباط مثبت معناداری بین BMI با سن کودکان، سطح تحصیلات و شغل مادران و کل درآمد خانواده وجود داشت (p=0.001). با افزایش مصرف غلات و فرآورده های پروتئینی، میزان وزن و BMI افزایش می یافت (p<0.001).

بحث و نتیجه گیری: با توجه به اینکه مصرف گروه های غذایی گوشت و پروتئین ها، شیر و لبنیات و میوه و سبزی کمتر از حد توصیه شده است نیاز به برنامه های آموزشی مدون و گسترده جهت ارتقاء سطح آگاهی والدین و مربیان برای بهبود الگوی مصرف غذایی وجود دارد.

کلمات کلیدی: کودکان دبستانی، الگوی غذایی، شاخص های تن سنجی، گناباد.

۱- دانشجوی کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد.

۲- دکترای تخصصی آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، استادیار و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی گناباد.

۳- کارشناس علوم تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی گناباد