



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران  
دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل بزنف بر رفتارهای پیشگیرانه از چاقی در نوجوانان دختر  
مدارس راهنمایی منطقه ۱۷ شهر تهران

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد پرستاری گرایش آموزش بهداشت جامعه

استاد راهنما: دکتر زهرا راهنورد

استاد مشاور: دکتر فریده باستانی

استاد مشاور آمار: دکتر فاطمه رجبی

نگارش: صدیقه عباسی

شهریور ماه ۱۳۹۱

عنوان: بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل بزنف بر رفتارهای پیشگیرانه از چاقی در نوجوانان دختر مدارس راهنمایی منطقه ۱۷ شهر تهران

زمینه و هدف: چاقی یک بیماری مزمن است که در دهه های اخیر به یک مشکل عمده بهداشتی در کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه تبدیل شده است. شیوع این بیماری در میان کودکان و نوجوانان نیز سرعت رو به افزایش است. الگوی نادرست غذایی و کاهش فعالیت بدنی از عوامل اصلی ایجاد کننده چاقی می باشند بنابراین می توان از طریق مداخلات آموزشی مناسب از شیوع این بیماری پیشگیری کرد. هدف از این مطالعه تعیین تاثیر آموزش مبتنی بر مدل بزنف بر رفتارهای پیشگیرانه از چاقی در نوجوانان دختر مدارس راهنمایی منطقه ۱۷ شهر تهران می باشد.

روش بررسی: این مطالعه مداخله ای و از نوع نیمه تجربی است که در مدارس راهنمایی دخترانه منطقه ۱۷ شهرداری تهران در سال ۱۳۹۱ انجام شد. نمونه ها شامل ۱۴۶ نوجوان دختر از مدارس راهنمایی (۷۳ نفر در هر یک از دو گروه مداخله و کنترل) بود که به روش تصادفی در دو مرحله انتخاب شدند. آموزش مبتنی بر مدل بزنف در دو بعد تغذیه سالم و فعالیت بدنی منظم در جهت پیشگیری از ابتلا به چاقی به روش سخنرانی همراه با پرسش و پاسخ طی دو جلسه آموزشی و یک اردوی بحث گروهی یک روزه صورت گرفت. داده ها با استفاده از پرسشنامه بسامد خوراک و پرسشنامه سنجش میزان فعالیت بدنی نوجوانان طی دو مرحله قبل و بعد از آموزش جمع آوری شد. جهت تجزیه و تحلیل یافته ها از آمار توصیفی و استنباطی در نرم افزار SPSS V.۱۷ استفاده شد.

یافته ها: قبل از آموزش دو گروه از نظر متغیرهای دموگرافیک و رفتارهای پیشگیرانه از چاقی همگن بودند. مقایسه دو گروه مداخله و کنترل بعد از آموزش نشان داد که در گروه مداخله تفاوت معناداری نسبت به گروه کنترل در الگوی تغذیه وجود دارد. از نظر فعالیت بدنی دو گروه پس از آموزش اختلاف معناداری نشان ندادند.

نتیجه گیری: آموزش مبتنی بر مدل بزنف بر بهبود الگوی تغذیه نوجوانان موثر بوده اما بر میزان فعالیت بدنی تاثیری نداشته است.

واژه های کلیدی: مدل بزنف، چاقی، نوجوانان، الگوی تغذیه، فعالیت بدنی



Tehran university of medical sciences  
Faculty of nursing and midwifery

Investigation effect of a health education Program based on the BASNEF MODEL  
on Preventional behaviors of obesity among Adolescents girl of Tehran 17<sup>th</sup> zone

By: Sedighe Abasi

Under supervision of:

Dr Zahra Rahnavard

Dr Faride Bastani

Dr Fateme Rajabi

A thesis submitted to the Graduate Studies Office  
In partial fulfillment of the requirements for  
The degree of MS in  
Community health nursing

Sep 2012

## **Abstract**

**Objectives:** Obesity represents a significant risk factor for type 2 diabetes, cardiovascular disease and other morbidities. Along with genetics, obesity is the result of an unhealthy lifestyle of overeating and lack of physical activity. This study examined the effectiveness of a health education Program based on the BASNEF model on Preventive behaviors of obesity among Adolescents girl of Tehran 17<sup>th</sup> zone.

**Methods & Materials:** This is a quasi-experimental study. Samples were consisted of 146 student girls from 4 elementary schools of Tehran 17<sup>th</sup> zone which were selected with a multistage sampling method and were randomly assigned to intervention and control groups. We gave educational program to intervention group through two lectures and question answer sessions and a group discussion ephemeral camp. change in variables were assessed using food frequency Questionnaire & Physical Activity Questionnaire for Adolescents. Analyzing data were used descriptive and analytical statistics applying SPSS version 17.

**Results:** There was no significant difference between two groups in the characteristics, nutrition pattern and level of physical activity of the participants before the intervention. A significant increase was revealed in intervention groups mean scores of nutrition pattern but wasn't significant difference between two groups in level of physical activity after intervention.

**Conclusion:** The results of this study showed that educational intervention based on BASNEF model is effective in nutrition pattern but has no effect on level of physical activity adolescents girl.

**Keywords:** BASNEF model, obesity, adolescent, nutrition pattern, physical activity.