



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی تهران

بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی بر خودکارآمدی تغذیه ای در
پیشگیری از پوکی استخوان دختران نوجوان

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

استاد راهنمای اول: دکتر زهرا راهنورد

استاد راهنمای دوم: سرکار خانم مرحمت فراهانی نیا

استار مشاور آمار: دکتر امل ساکی

نگارش: سیده نرجس رضوی

شهریور ۱۳۹۳

چکیده:

عنوان: بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی بر خودکارآمدی تغذیه ای در پیشگیری از پوکی استخوان در دختران نوجوان

زمینه:

استئوپروز شایع ترین بیماری متابولیک استخوان است که به دنبال خود افزایش شکنندگی و حساسیت استخوان را در بر دارد. تغذیه صحیح و اصلاح عادات غذایی نادرست نقش بسیار مهمی را در کاهش ابتلا به این بیماری ایفا می کند که این امر جز با آموزش صحیح و هدفمند امکان پذیر نیست. نظر به اهمیت جایگاه آموزش های پیشگیرانه در سنین نوجوانی، این پژوهش با هدف بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی بر خودکارآمدی تغذیه ای در پیشگیری از پوکی استخوان در دختران نوجوان صورت گرفت.

روش کار:

در این مطالعه ی نیمه تجربی تعداد ۱۰۶ نفر از دختران مراجعه کننده به فرهنگسرای بهاران و سلمان فارسی به طور تصادفی به دو گروه آزمون (۵۳) و کنترل (۵۳) تقسیم شدند. داده ها به صورت پیش آزمون و پس آزمون توسط پرسش نامه ای پژوهشگر ساخته که روایی و پایایی آن مورد سنجش قرار گرفته است جمع آوری شد. پرسش نامه در سه بخش، بخش اول اطلاعات دموگرافیک، بخش دوم مدل اعتقاد بهداشتی و بخش سوم خودکارآمدی تغذیه ای طراحی شد. پس از انجام پیش آزمون در دو گروه، مداخله ی آموزشی در طی ۴ جلسه آموزشی ۱ ساعته برای با فاصله زمانی یک ساعته برای گروه آزمون انجام گرفت، داده ها با نرم افزار spss v.16 و آزمون تی مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت

یافته ها:

قبل از مداخله میانگین و انحراف معیار خودکارآمدی در گروه آزمون و کنترل به ترتیب (78.6 ± 7.6) و (8.47 ± 77.3) بود و اختلاف معناداری بین نمره ی خودکارآمدی تغذیه ای در قبل از مداخله وجود نداشت. پس از انجام مداخله ی آموزشی میانگین نمره ی خودکارآمدی تغذیه ای در گروه آزمون به 84.9 افزایش یافت. مقایسه میانگین خودکارآمدی تغذیه ای قبل و بعد از آموزش، نشان دهنده ی اختلاف معنادار در هر دو گروه ($P < 0.05$) و تاثیر گذار بودن آموزش در ارتقاء خودکارآمدی تغذیه ای در گروه مداخله است. نتایج در قسمت اجزای مدل اعتقاد بهداشتی (حساسیت درک شده، شدت درک شده، منافع درک شده، موانع درک شده) نیز بعد از آموزش در گروه مداخله نسبت به گروه کنترل افزایش معناداری را نشان داد ($P < 0.001$)

نتیجه گیری:

این مطالعه نشان داد که یک مدل رفتاری مانند الگوی اعتقاد بهداشتی، میتواند یک چارچوب مطمئن برای پیش برد اهداف آموزشی در زمینه ی خودکارآمدی تغذیه ای در پیشگیری از پوکی استخوان باشد و بر احتمال رسیدن به اهداف آموزشی، بیافزاید.

واژگان کلیدی: آموزش، مدل اعتقاد بهداشتی، خودکارآمدی، پوکی استخوان



Tehran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

**Investigation the effect of health education based on health belief
model on nutritional self efficacy in prevention of osteoprosis in
female adolesence**

Under Supervision of:

Dr. Zahra Rahnavard

By: Narjes razavi

Sep 2014

Abstract

Introduction: Osteoporosis is the most common metabolic bone disorder that increase fragility of bone and induce pathologic fracture. Healthy nutrition and changed of incorrect habits of nutrition play a significant role in reducing incidence and prevalence of osteoporosis. These goals will be impossible except with proper education. Considering the importance of preventive education in adolescence, this study was performed to determine the effect of health education based on health belief model on self-efficacy in prevention of osteoporosis in female adolescents.

Methods: In this quasi-experimental study, 106 girls randomized in two experimental (53) and controls (53) groups. They were evaluated in two phases (pre-intervention, immediately after intervention). The data were collected using a new questionnaire that validity and reliability was investigated ($p = .781$). The questionnaire included 3 parts: demographic information, health belief model & nutritional self-efficacy. After the pre-test, intervention during 4 sessions that each session lasted 1 hour in the case group. Information was analyzed by statistics method (**Covariance analysis**) (SPSS v.16)

Results: The mean self-efficacy score in comparison of before and after intervention with the case group and control group ($P < 0.001$) there was a significant difference. There was significant difference in Mean self-efficacy and Being effective in the promotion of nutrition education in the intervention group. The results of all the Theory of Structures: perceived susceptibility, perceived benefits, perceived barriers, after training in the intervention group than the control group showed a significant difference ($p < .001$).

Conclusion: Results of this study showed that the behavioral model such as the health belief model can provide a framework for improvement of educational purposes in the field of nutritional efficacy that prevention of osteoporosis and increase probability of reach to educational goals.

Key words: Education. Health belief model, self-efficacy, osteoporosis