



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

دانشکده پرستاری و مامایی

**عنوان:**

**بررسی تاثیر آموزش سبک تغذیه ای سالم با کمک برچسب چراغ راهنمای تغذیه بر**

**انتخاب و مصرف مواد غذایی در مبتلایان به سندرم کرونری حاد**

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

**دانشجو:**

**فرشته صادقی**

**استاد راهنما:**

**دکتر رضا نگارنده**

**اساتید مشاور:**

**دکتر شهرزاد پاشایی پور**

**دکتر اکبر نیک پڑوه**

## چکیده:

**زمینه و هدف:** سندروم کرونری حاد<sup>۱</sup> (ACS) شایعترین تشخیص قلبی و بزرگترین علت مرگومیر و دالی<sup>۲</sup> از دست رفته در سراسر جهان است. در صورتی که پیشگیری‌های لازم در زمینه کنترل بیماری انجام نگیرد شاهد عود حمله ACS خواهیم بود. آموزش سبک تغذیه‌ای سالم یکی از اقدامات پیشگیرانه در جلوگیری از عود بیماری می‌باشد. هدف مطالعه حاضر تعیین تاثیر آموزش سبک تغذیه‌ای سالم با کمک برچسب چراغ راهنمای تغذیه بر انتخاب و مصرف مواد غذایی در مبتلایان به سندرم کرونری حاد بود.

**روش کار:** این مطالعه یک کارآزمایی بالینی تصادفی است که با ۱۳۹ نمونه از بیماران سندرم کرونری حاد در بیمارستان قلب و عروق شهید رجایی انجام گرفت. نمونه‌های پژوهش با توجه به معیارهای ورود انتخاب شده و با استفاده از تصادفی سازی بلوکی در دو گروه آزمون و کنترل قرار گرفتند. قبل از مداخله پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، انتخاب، ترجیح و مصرف مواد غذایی توسط شرکت‌کننده‌ها تکمیل شد. سپس برای گروه مداخله پوستر آموزشی که تصویر برچسب TLL<sup>۳</sup> را نمایش می‌داد و انواع چربی را معرفی می‌کرد، برای مطالعه در اختیار بیماران قرار گرفت و به صورت چهره به چهره در زمینه معرفی برچسب و رنگ‌های آن، انواع چربی و نقش آن در ایجاد بیماری قلبی توضیح داده شد، همچنین بیماران به خوردن مواد غذایی محافظ قلب تشویق و توصیه به عدم مصرف مواد غذایی آسیب‌زننده به قلب شدند. چهار هفته بعد از شرکت‌کنندگان هر دو گروه خواسته شد که مجدداً پرسشنامه انتخاب، ترجیح و مصرف مواد غذایی را پر کنند. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری تست دقیق فیشر، من ویتنی یو در نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام شد.

**یافته‌ها:** داده‌های ۱۳۹ شرکت‌کننده (۷۳ نفر در گروه کنترل و ۶۶ نفر در گروه مداخله) تحلیل شد. آزمون من ویتنی یو قبل از مداخله در دو گروه از نظر انتخاب ( $P=0/130$ )، ترجیح ( $P=0/656$ ) و مصرف مواد غذایی ( $P=0/844$ ) تفاوت معناداری نشان نداد، در حالی که بعد از مداخله معنی‌دار شده بود (انتخاب  $P<0/0001$ ، ترجیح  $P<0/0001$  و مصرف  $P<0/0001$ ). تفاضل نمرات انتخاب ( $p<0/0001$ )، ترجیح ( $p<0/0001$ ) و مصرف مواد غذایی ( $p=0/012$ ) در دو گروه با آزمون من ویتنی یو تحلیل شد و معنی‌دار بود. همچنین تفاضل نمرات نشان داد که گروه مداخله نسبت به کنترل از نظر انتخاب (Median = ۰:۲۶/۵)، ترجیح (Median = ۰:۳) و مصرف مواد غذایی (Median = ۵:۱۳) نمره بالاتری کسب کرده است.

**نتیجه‌گیری:** آموزش سبک تغذیه‌ای سالم با کمک برچسب چراغ راهنمای تغذیه بر انتخاب و مصرف مواد غذایی تاثیر داشت و منجر به انتخاب و مصرف مواد غذایی سالم‌تر در این بیماران شد.

**کلیدواژه‌ها:** برچسب چراغ راهنمای تغذیه؛ سندرم کرونری حاد؛ سبک تغذیه‌ای سالم؛ انتخاب مواد غذایی سالم؛ ترجیح مواد غذایی؛ مصرف مواد غذایی

<sup>1</sup> Acute Coronary Syndrome

<sup>2</sup> Daly

<sup>3</sup> traffic light labelling



**Tehran University of Medical Sciences  
School of Nursing and Midwifery**

**The Study of the Effect of Teaching Healthy Eating Style Using  
the Traffic Light Label on Food Products on Food Selection and  
consumption in Patients with Acute Coronary Syndrome**

Thesis for master of science (MSc) Degree

**Student:**

Fereshteh Sadeghi

**Supervisor:**

Dr. Reza Negarande

**Advising professors:**

Dr. Shahrzad Pashaeipour

Dr. Akbar Nikpajoo

## Abstract

**Background and purpose:** Acute Coronary Syndrome (ACS) is the most common cardiac diagnosis and the leading cause of death and lost Daly worldwide. Necessary precautions are to be taken to control the disease; otherwise, recurrence of the ACS attack is inevitable. Education about healthy eating style is one of the preventive measures to prevent recurrence of the disease. This study aimed to determine the effect of healthy eating and nutrition education based on traffic light labeling (TLL) on food selection and consumption in patients with acute coronary syndrome.

**Methods:** This study is a randomized clinical trial performed on 139 patients with the acute coronary syndrome in Rajaie Cardiovascular, Medical and Research Center. Subjects were selected according to the inclusion criteria and were divided into experimental and control groups using block randomization. Before the intervention, a questionnaire regarding demographic data, food selection, preference and consumption were completed by the participants. The participants completed a questionnaire regarding demographic data, food selection, preference, and consumption. Then, for the intervention group, an educational poster was used that included a picture of the TLL and introduced different types of fat. Also, a face-to-face introduction of the TLL, types of fat, and their role in heart disease was done. Patients were encouraged to eat heart-protective foods and avoid foods that are harmful to the heart. Four weeks later, participants in both groups were asked to complete the Food Selection, Preference, and Consumption Questionnaire again. Data analysis was performed using Fisher's exact test and Mann-Whitney U in SPSS software, version 25.

**Results:** Data of 139 participants (73 in the control group and 66 in the intervention group) were analyzed. Mann-Whitney U test before intervention in the two groups in terms of food selection ( $P = 0.130$ ), preference ( $P = 0.656$ ), and consumption ( $P = 0.844$ ) did not show any statistically significant difference between the two groups. In contrast, after the intervention, the difference was significant (selection  $P < 0.0001$ , preference  $P < 0.0001$ , and consumption  $P < 0.0001$ ). The difference between the scores of selection ( $p < 0.0001$ ), preference ( $p < 0.0001$ ), and food consumption ( $p = 0.012$ ) in the two groups was analyzed by the Mann-Whitney U test and was statistically significant. Also, the difference in scores showed that the intervention group

scored higher than the control in terms of food selection (Median =0: 26.5), preference (Median = 0: 3), and consumption (Median = 5: 13).

**Conclusion:** Healthy eating style training with the help of TLL affected food selection and consumption and led to the selection and consumption of healthier foods in these patients.

**Keywords:** Nutrition Traffic Light Label; Acute Coronary Syndrome; Healthy Eating Style; Healthy Food Selection; Food Preference; Food Consumption ;*Traffic Light Labelling*; Acute Coronary Syndrome; Diet Healthy ;Nutrition Labeling; Food Labelling; Food Preference; Food Selection