سیویلیکا - ناشر تخصصی مقالات کنفرانس ها و ژورنال ها
گواهی ثبت مقاله در سیویلیکا
CIVILICA.com

عنوان مقاله:
بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل بر فعالیت جسمانی زنان میانسال شهر همدان

محل انتشار:
مجله مراقبت و سلامت در اتاق عمل ابن سینا, دوره 25, شماره 5 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:
شهره امدادی - *PhD student of Health Education & Promotion, Student Research Committee, Hamadan university of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

سید محمد مهدی هزاوه ئی - *Health sciences research center & Department of Public Health, School of Public Health. Hamadan university of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

علیرضا سلطانیان - *Modeling of non-communicable disease research center, Hamadan university of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

سعید بشیریان - *Social Determinants of Health Research Center, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

رشید حیدری مقدم - *Department of Ergonomics, School of Public Health, Research Center for Health Sciences, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

مریم فرهادیان - *Modeling of non-communicable disease research center, Hamadan University of medical sciences, Hamadan, Iran*

مجید براتی - *Social Determinants of Health Research Center, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

خلاصه مقاله:
مقدمه: فعالیت جسمی منظم و روزانه، عوارض میان سالی و یائسگی را به تاخیر می اندازد و سبب ارتقای کیفیت زندگی زنان می شود. این فعالیت ها مدیریت بیماری های دیابت و قلبی و عروقی و پوکی استخوان و فشارخون بالا را هم افزایش می دهد. هدف این مطالعه، تعیین تاثیر آموزش مبتنی بر مدل، بر فعالیت جسمانی زنان میان سال شهر همدان بود. روش کار: در این مطالعه تجربی، ۱۲۲ زن میان سال ۵۰ تا ۶۴ سال، به صورت تصادفی ساده انتخاب و شرکت داشتند. ابزار مطالعه پرسش نامه محقق ساخته پرسید، برای سنجش سازه های مدل پرسید و حمایت اجتماعی بود. از گام شمار برای سنجش پیاده روی، از شاخص BMI برای ارزشیابی پیامد رفتار فعالیت جسمانی استفاده شد.ادیتنتهتندو.کقیم.بوییاائمئکموبکوکی :یافته ها : در ارزشیابی سه ماه بعد، تغییرات معنی داری در سازه های مدل پرسید ملاحظه شد (P<۰/۰۰۱). پیاده روی زنان میان سال افزایش یافت (P<۰/۰۰۱) و شاخص توده بدنی، به صورت معنی داری کاهش نشان داده است (P<۰/۰۰۱)./ نتیجه گیری: مدل پرسید و حمایت اجتماعی، تغییرات سازه ها را نشان داد و پیاده روی مناسب ترین ورزش برای زنان میان سال انتخاب شد و موفقیت لازم را نشان داد و علاوه بر آن کاهش شاخص توده بدنی هم گزارش شد.

کلمات کلیدی:
,.Educational Program, Physical Activity, PRECEDE Model, Midlife Women, Pedometer
برنامه آموزشی, فعالیت جسمانی, مدل پرسید, زنان میان سال, گام شمار.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

https://civilica.com/doc/1884018