



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی بابل
دانشکده پرستاری مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته پرستاری سالمندی

عنوان

تاثیر برنامه پیاده روی گروهی بر اضطراب اجتماعی اندام و خطر اختلالات
خوردن در زنان سالمند

اساتید راهنما

هنگامه کریمی

مربی گروه آموزش پرستاری داخلی - جراحی

دکتر رضا قدیمی

دانشیار گروه پزشکی اجتماعی

استاد مشاور

فاطمه شیرین کام

مربی گروه آموزش پرستاری سلامت جامعه

نگارش

شراره خلیلی

خلاصه فارسی

تأثیر برنامه پیاده‌روی گروهی بر اضطراب اجتماعی اندام و خطر اختلالات خوردن در زنان

سالمند

سابقه و هدف: بعضی از سالمندان نسبت به ظاهر بدنی خود وسواس دارند و در مورد نگاهی که اجتماع به ظاهر آن‌ها دارد نگران هستند. از آنجا که ادراک مربوط به بدن برای افراد خیلی مهم است و نظر به محدودیت بررسی‌های انجام شده در ایران، پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر برنامه پیاده‌روی گروهی بر اضطراب اجتماعی اندام و خطر اختلالات خوردن در زنان سالمند اجرا شد.

روش پژوهش: در این مطالعه کارآزمایی بالینی ۷۰ زن سالمند جوان که در مراکز خدمات بهداشتی درمانی شهر ساری دارای پرونده بهداشتی بودند با نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب و در دو گروه آزمون و کنترل قرار گرفتند. داده‌ها توسط پرسشنامه‌های مشخصات دموگرافیک، آزمون کوتاه‌شناختی، فعالیت‌های روزانه زندگی، اضطراب اجتماعی اندام و خطر اختلالات خوردن جمع‌آوری و پیاده‌روی گروهی در هشت جلسه انجام گرفت. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های توصیفی و تحلیلی (کای اسکوئر، تی‌مستقل و زوجی و ...) با در نظر گرفتن سطح معنی‌داری ۰/۰۵ در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ تجزیه و تحلیل گردید.

یافته‌ها: میانگین نمره‌ی کل اضطراب اجتماعی اندام به ترتیب قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون ۳/۲۲ ± ۱۷/۷۴، ۲/۹۳ ± ۱۴/۶۷ و در گروه کنترل ۳/۱۸ ± ۱۶/۵۱، ۲/۵۹ ± ۱۶/۲۵ و خطر اختلالات خوردن در گروه آزمون ۴/۵۸ ± ۲۹/۲۲، ۳/۸ ± ۲۱/۲۹ و در گروه کنترل ۴/۷۹ ± ۲۹/۸۷، ۵/۵۸ ± ۲۸/۷۴ بود. نتایج آزمون تی‌زوجی، اختلاف آماری معنی‌داری در میانگین نمره‌ی اضطراب اجتماعی اندام و خطر اختلالات خوردن قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون نشان داد که به ترتیب $(P=0/001)$ و $(P<0/001)$ بوده است، ولی در گروه کنترل اختلاف آماری معنی‌دار در میانگین نمره‌ی کل اضطراب اجتماعی اندام و خطر اختلالات خوردن مشاهده نشد.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج این پژوهش از برنامه پیاده‌روی گروهی به‌عنوان راه‌کاری آسان و مقرون‌به‌صرفه جهت کاهش اضطراب اجتماعی اندام و اختلالات خوردن در سالمندان می‌توان بهره گرفت.

کلید واژه‌ها: سالمندی، پیاده‌روی گروهی، اضطراب اجتماعی اندام، اختلالات خوردن



Babol University of Medical Sciences

Ramsar Fatemeh Zahra School of Nursing and Midwifery

**In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master
of Science In field of Geriatric Nursing Science (MSc)**

Title

**The Effect of Group Walking Program on Social Physique
Anxiety and The Risk of Eating Disorders in Elderly Women**

Supervisors

Hengameh Karimi

**Instructor in Department of Education Medical – Surgical
Nursing**

Dr. Reza Ghadimi

Associate Professor Department of Social Medicine

Advisor

**Instructor in Department of Education Community Health
Nursing**

By

Sharare Khalili

Registration Number: 113

2019/ September

Abstract

The effect of Group Walking program on Social Physique Anxiety and The Risk of Eating Disorders in Elderly Women

Introduction: Some aged people are concerned with their physical appearance, weight and its control as well as how the community views them. Since body perception is so important to individuals and considering the limitations of the studies carried out in Iran, the aim of the current study was to determine the effect of group walking program on social physique anxiety and the risk of eating disorders in elderly women.

Methods: In this clinical trial study, 70 young- aged women with with medical records in Sari health centers were multi-stage selected and divided into two experimental and control groups. The data were collected through demographic questionnaire, Abbreviated Mental Test (AMT), Activities of Daily living (ADL), social physique anxiety(SPA), and risk of eating disorders(EAT-26) questionnaire. The group walking was conducted in eight sessions. The data were analyzed using descriptive and analytical tests (chi-square, independent, and paired t-test, etc.) and by considering the significance level of 0.05 by SPSS version 21 software.

Results: The mean score of social physique anxiety before and after the intervention in the experimental groups was as 17.74 ± 3.22 and 14.67 ± 2.93 and in the control group was 16.51 ± 3.18 and 16.25 ± 2.59 and The risk of eating disorders in the experimental group was 29.22 ± 4.58 and 21.29 ± 3.8 and in the control group was 29.87 ± 4.79 and 28.74 ± 5.58 . The results of the paired t-test showed significant differences in the mean score of social physique anxiety and the risk of eating disorders before and after the intervention in the experimental group, respectively as ($P = 0.001$) and ($P < 0.001$). However, no significant statistical differences were found in the mean score of social physique anxiety and the risk of eating disorders in the control group.

Conclusion: According to the results of this study, the group walking program can be used as an easy and affordable solution to reduce social physique anxiety and eating disorders in the elderly.

Keywords: aged, group walking, social physique anxiety, eating disorders