

The Effect of an Educational Program on Knowledge, Attitude and Behavior of Mothers in Relation to Proper Nutrition in 2-6 Year old Children

Tohid Babazadeh¹,
Fateme Moradi²,
Abdollah Dargahi³,
Nayereh Zibae²,
Hamed Rezakhani Moghadam¹,
Tayebeh Amirian⁴

¹ PhD Student in Health Education and Health Promotion, Faculty of Health, Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran

² MSc in Urban Management, Tehran's Municipality Health Department, Tehran, Iran

³ Department of Environmental Health Engineering, Faculty of Health, Kermanshah University of Medical Sciences. and PhD Student in Environmental Health Engineering, Hamadan University of Medical Sciences, Hamedan, Iran

⁴ Lecturer, Department of Mathematics Education, Faculty of Science, Farhangian University, Kermanshah, Iran

(Received December 26, 2015 ; Accepted August 5, 2015)

Abstract

Background and purpose: Eating habits are formed in childhood and continue throughout life. The purpose of this study was to determine the effect of educational intervention on knowledge, attitude and behavior of mothers about proper nutrition in children aged 2-6years.

Materials and methods: In this quasi-experimental study multistage random sampling was performed in Tehran Health Houses. The participants were divided into two groups, an intervention group and a control group. The intervention group attended four training sessions that were held in three months. They were given pamphlets about healthy eating habits and group discussion was conducted alongside other educational programs. Data was collected and analyzed using descriptive statistics, independent t-test and paired t-test.

Results: The mean scores for knowledge, attitude, and behavior in intervention group were 18.59, 18.22 and 13.89, respectively that increased to 20.46, 19.30, and 15.59, respectively ($P < 0.001$).

Conclusion: According to the results, training the mothers on appropriate eating habits could be effective in enhancing their knowledge, attitude and practice towards their children nutrition.

Keywords: Knowledge and attitude, behavior of mothers, educational intervention, children, appropriate nutrition

تأثیر آموزش بر آگاهی، نگرش و رفتار مادران در رابطه با تغذیه صحیح کودکان ۲ تا ۶ سال

توحید بابازاده^۱
فاطمه مرادی^۲
عبداله درگاهی^۳
نیره زیبایی^۲
حامد رضاخانی مقدم^۱
طیبه امیریان^۴

چکیده

سابقه و هدف: عادات غذایی مناسب در دوران کودکی شکل می‌گیرد و تا بزرگ سالی ادامه می‌یابد. هدف از این مطالعه تعیین تأثیر آموزش بر آگاهی، نگرش و رفتار مادران در مورد تغذیه صحیح در کودکان ۲ تا ۶ سال بوده است.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر، یک مطالعه مداخله‌ای از نوع نیمه تجربی بود. نمونه‌های مورد مطالعه به صورت تصادفی چندمرحله‌ای از خانه‌های سلامت منطقه ۲ شهرداری تهران انتخاب شدند. ۴ جلسه آموزشی طی ۳ ماه با استفاده از وسایل آموزشی مثل تخته وایت‌برد و روش‌های آموزشی مثل پرسش و پاسخ برای گروه آزمون برگزار شد. اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون‌های آماری توصیفی و زوجی و مستقل تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: میانگین نمرات آگاهی، نگرش و رفتار در گروه آزمون، قبل از آموزش به ترتیب ۱۸/۵۹، ۱۸/۲۲ و ۱۳/۸۹ بود و بعد از مداخله به ترتیب به ۲۰/۴۶، ۱۹/۳۰ و ۱۵/۵۹ افزایش یافته بود ($p < 0.001$).

استنتاج: آموزش می‌تواند به عنوان ابزاری اثربخش برای ارتقاء آگاهی، نگرش و عملکرد مادران نسبت به تغذیه کودکان باشد.

واژه‌های کلیدی: آگاهی و نگرش، رفتار مادران، مداخله آموزشی، کودکان، تغذیه صحیح

مقدمه

بیش از سوء تغذیه ناشی از فقر و کمبود غذایی است (۳). عادات غذایی از دوران کودکی شکل می‌گیرد و تا بزرگ سالی ادامه می‌یابد و خانواده نقش مهمی در شکل دادن شخصیت کودک ایفا می‌کند (۴) در این بین مادران در ایجاد رفتارهای صحیح تغذیه‌ای در خانواده نقش مهمی دارند و آگاهی آن‌ها از نحوه ایجاد رفتارهای مناسب تغذیه‌ای تأثیر مستقیمی بر کیفیت تغذیه کودکان دارد (۵).

داشتن تغذیه مناسب، یکی از مهم‌ترین هدف‌های بهداشتی در سال‌های اولیه زندگی کودک است (۱). سوء تغذیه در تمام سنین دیده می‌شود اما میزان شیوع آن در شیرخواران، نوزادان نارس و کم وزن و کودکان ۲ تا ۵ ساله بیش تر است (۲). عوامل متعددی باعث سوء تغذیه می‌شود که براساس تحقیقات انجام گرفته، سوء تغذیه ناشی از عدم آگاهی از نحوه مصرف متعادل غذایی

E-mail: a.dargahi29@yahoo.com

مؤلف مسئول: حامد رضاخانی مقدم - تبریز: دانشگاه علوم پزشکی تبریز، دانشکده بهداشت

۱. دانشجوی دکتری آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران
 ۲. کارشناس ارشد مدیریت شهری و کارشناس مسئول اداره کل سلامت شهرداری تهران، تهران، ایران
 ۳. گروه مهندسی بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه و دانشجوی دکتری مهندسی بهداشت محیط دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران
 ۴. مربی، گروه آموزش ریاضی، دانشکده علوم پایه، دانشگاه فرهنگیان، کرمانشاه، ایران
- تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۰/۱۶ تاریخ ارجاع جهت اصلاحات: ۱۳۹۳/۱۰/۷ تاریخ تصویب: ۱۳۹۴/۵/۱۴

به طوری که در سال‌های اخیر برای پیشگیری از بیماری‌ها و ارتقاء سطح سلامتی در کودکان به افزایش آگاهی مادران توجه بیش‌تری شده است (۶). هم‌چنین براساس مطالعات انجام گرفته آگاهی، نگرش و کاربست مادران یکی از مهم‌ترین فاکتورها در بروز سوء تغذیه کودکان است (۷). مادران نقش بسیار مهمی در تندرستی کودکان دارند و رشد مناسب و سلامتی کودکان تحت تاثیر آگاهی مادران درباره نحوه پیشگیری و درمان به موقع بیماری‌ها می‌باشد. در سال‌های اولیه زندگی کودک، آگاهی و رفتار تغذیه‌ای مادران، نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت آینده و الگوی بیماری‌های او دارد. علاوه بر این، در دوران اولیه زندگی، کودک از نظر تغذیه کاملاً وابسته به مادر و کسانی است که از او مراقبت می‌کنند (۵). لذا هدف از این مطالعه بررسی تاثیر آموزش بر آگاهی، نگرش و رفتار مادران در رابطه با تغذیه صحیح کودکان ۲ تا ۶ ساله در خانه‌های سلامت تحت پوشش منطقه ۲ شهرداری تهران بوده است.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر، یک مطالعه مداخله‌ای از نوع نیمه تجربی بوده است. جامعه آماری این مطالعه را تمام مادران کودکان بین ۲ تا ۶ سال مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت منطقه ۲ شهرداری تهران تشکیل می‌دادند. برای انتخاب خانه‌های سلامت از روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای استفاده گردید. معیارهای ورود به مطالعه شامل داشتن رضایت آگاهانه به شرکت در مطالعه، مادران دارای کودکان ۲ تا ۶ ساله بود. معیارهای خروج از مطالعه شامل عدم رضایت به شرکت در ادامه مطالعه و غیبت بیش از یک جلسه در کلاس‌های آموزشی بود. حجم نمونه لازم برای این مطالعه ۱۴۵ نفر در گروه مداخله و ۱۳۹ نفر در گروه کنترل بود. جهت گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه محقق‌ساخته استفاده گردید. برای بررسی روایی محتوای پرسش‌نامه از قضاوت متخصصان استفاده شد. برای سنجش پایایی، پرسش‌نامه محقق

ساخته با روش آزمون-بازآزمون مورد ارزیابی قرار گرفت. پایایی پرسش‌نامه با $\alpha=0/86$ برآورد گردید. برای سنجش آگاهی ۱۰ سوال ($\alpha=0/88$)، نگرش ۶ سوال ($\alpha=0/81$) و عملکردی ۱۰ سوال ($\alpha=0/78$) طراحی شد. حداکثر امتیاز برای سوالات آگاهی ۳۰ و حداقل ۱۰، برای نگرش حداکثر ۵۰ و حداقل ۱۰ و سوالات عملکردی دارای حداکثر ۲۰ و حداقل ۱۰ بود. براساس مطالعات مشابه انجام شده (۶) معیار دسته‌بندی افراد در دسته‌های ضعیف، متوسط و خوب چارک‌ها بود. بدین ترتیب که چارک اول ضعیف، چارک دوم متوسط و چارک سوم خوب در نظر گرفته شد. پس از گردآوری اطلاعات از گروه‌های مداخله و کنترل، برنامه آموزشی برای گروه مداخله طراحی و اجرا شد. مداخله آموزشی به صورت ۴ جلسه آموزشی ۵۰ دقیقه‌ای، همراه با وسایل آموزشی مثل تخته وایت برد و روش‌های آموزشی پرسش و پاسخ در جلسات، بحث‌های گروهی و ارائه جزوه آموزشی با موضوع آشنایی با هدف برنامه آموزشی، جلب توجه به برنامه‌ها و آشنایی با هرم راهنمایی غذایی و آشنایی با اهمیت تغذیه سالم در کودکان ۲ تا ۶ سال اجرا گردید (۸). لازم به ذکر است که جهت رعایت اصول اخلاقی مطالعه، پس از پایان مطالعه پمفلت آموزشی در اختیار گروه کنترل قرار داده شد. زمان ارزیابی جهت تاثیر مداخله آموزشی ۳ ماه پس از مداخله آموزشی بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری توصیفی و t زوجی و مستقل و نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۰ استفاده شد.

یافته‌ها و بحث

در این مطالعه ۲۸۴ نفر شرکت داشتند که ۱۴۵ نفر در گروه مداخله و ۱۳۹ نفر در گروه کنترل بودند. دو گروه از لحاظ داده‌های جمعیتی شامل سن، وضعیت تحصیلی، وضعیت تحصیلی همسر، شغل، شغل همسر و جنسیت کودک باهم مشابه بودند. تجزیه و تحلیل صورت گرفته روی افراد گروه مداخله نشان داد که قبل

از مداخله ۴۰ درصد افراد دارای آگاهی ضعیف، ۳۰/۳ درصد متوسط و ۲۹/۷ درصد آن‌ها آگاهی خوبی نسبت به تغذیه کودکان خود داشتند. اما بعد از مداخله فراوانی افرادی که آگاهی، نگرش و عملکرد خوبی نسبت به تغذیه کودکان خود داشتند، در گروه مداخله به ترتیب ۴۴/۴۹، ۱/۷ و ۲۷/۶ درصد افزایش یافته بود. براساس نتایج آزمون t مستقل اختلاف معنی‌داری در میانگین نمرات آگاهی، نگرش و عملکرد تغذیه‌ای در بین گروه مداخله و شاهد قبل از مداخله آموزشی مشاهده نشد در حالی که ۳ ماه بعد از مداخله آموزشی میانگین نمرات آگاهی ($p < 0/001$)، نگرش ($p = 0/001$) و رفتار تغذیه‌ای ($p < 0/001$) به طور معنی‌داری در گروه مداخله بیش‌تر از گروه کنترل بود. هم‌چنین براساس نتایج آزمون t زوجی که برای مقایسه تغییرات در درون گروه‌ها قبل و بعد از مداخله آموزشی استفاده شد، مشاهده گردید که پس از مداخله آموزشی میانگین نمرات آگاهی ($p < 0/001$)، نگرش ($p = 0/004$) و رفتار تغذیه‌ای ($p < 0/001$) به طور معنی‌داری در گروه مداخله نسبت به قبل از مداخله افزایش یافته است. به طوری که میانگین نمرات آگاهی، نگرش و رفتار در گروه آزمون، قبل از آموزش به ترتیب ۲۲/۵۹، ۱۸/۱۸ و ۱۳/۸۹ بود و بعد از مداخله به ترتیب به ۳۰/۴۶، ۱۹/۲۰ و ۱۵/۵۹ افزایش یافته بود. در حالی که تغییرات صورت گرفته در آگاهی ($p = 0/365$)، نگرش ($p = 0/855$) و رفتار ($p = 0/344$) افراد در گروه کنترل معنی‌دار نبود. نتایج این تحقیق با نتایج مطالعه شمسی و همکاران نیز هم‌خوانی داشت. در مطالعه

شمسی و همکاران دو گروه ۱۰۰ نفره شرکت داشتند. نتایج ۳ ماه پس از مداخله آموزشی نشان داده بود که آگاهی و نگرش گروه مداخله نسبت به قبل از مداخله به طور معنی‌داری افزایش و خود درمانی آن‌ها به‌طور معنی‌داری کاهش یافته بود (۹). در مطالعه خزائی و همکاران ۳۰ مادر با روش مبتنی بر هدف از کودکانی که منحنی رشدشان نسبت به سن و جنس دو انحراف معیار کم‌تر از استاندارد بود، شرکت کردند. برای آموزش مادران از روش‌های بحث گروهی و جزوه آموزشی استفاده شده بود و ۱۵ روز پس از آخرین جلسه آموزشی نتایج حاکی از آن بود که مداخله آموزشی تاثیر معنی‌داری در افزایش آگاهی و عملکرد مادران داشته است. میانگین نمرات آگاهی و عملکرد مادران قبل از آموزش به ترتیب ۷/۳۷ و ۵/۵۴ و بعد از آموزش به ترتیب ۱۷/۶۲ و ۱۸/۷۳ بود (۱۰). در پایان می‌توان نتیجه‌گیری کرد که اجرای برنامه‌های مداخله‌ای با تأکید بر آموزش برای مادران یکی از شیوه‌های مؤثر توانمندسازی آنان به شمار می‌رود و می‌تواند سبب افزایش سطح سلامت جامعه شود. بنابراین در این زمینه لزوم تعمیم این گونه برنامه‌های آموزشی و بسط آن ضروری به نظر می‌رسد.

سپاسگزاری

بدین وسیله از کلیه همکارانی که در جمع‌آوری اطلاعات این پژوهش ما را یاری نمودند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

1. LT W. Meeting an unmet need: Health care professionals and infant nutrition and feeding. *Nutr Bull* 2007; 32: 65-68.
2. Jelliffe DB, Jelliffe EFP. Community nutritional assessment. New York: Oxford University Press; 1989.
3. Gassemi I, Moraveji M. Effects of mother's education on nutrition condition in children between 0-2 years in Zanjan. *International Research Journal of Applied and Basic Sciences* 2012; 3(10): 1988-1992.
4. Savage JS, Fisher JO, Birch LL. Parental influence on eating behavior: conception to adolescence. *J Law Med Ethics* 2007; 35(1):

- 22-34.
5. Hoseini A, Samiee S, Razaghee N. The effect of nutritional behavior pattern education to toddler mothers on the nutritional pattern improvement of toddlers & mothers performance. *Journal of Hayat* 2007; 13(4): 33-44 (Persian).
 6. Mohammadian A, Keshavarz A, Dorosti AR, Mamoodi M, Sadrzadeh H. Survey of the nutritional status and relationship between physical activity and nutritional attitude with index of BMI-for-age in Semnan girl secondary school, winter and spring, 2004. *Koomesh* 2005; 6(3): 187-194 (Persian).
 7. Moradi SH H, Dorosti-motlagh AR, Hoseini M, Sadrzadeh H. Assessment Of Maternal Nutritional Knowledge, Attitude And Practice Of 6-36 Month Olds Children Referred To Kerman Health Centers, 2003. *Tehran Univ Med J* 2006; 64(1): 69-73.
 8. Golshiri P, Sharifirad G, Baghernezhad F. Comparison of two methods of education (lecture and self learning) on knowledge and practice of mothers with under 3 year old children about growth monitoring and nutritional development stages. *Iranian Journal of Medical Education* 2010; 10(5): 927-936 (Persian).
 9. Shamsi M, Bayati A. The Effect of Education on Knowledge, Attitude and Practice of Pregnant Woman Referring to Health Centers About Self-Medication in Arak City. *Horizon Med Sci* 2009; 15(3): 27-36 (Persian).
 10. Khazaei T, Amoozeshi Z, Ahmadi S, Safamanesh B, Mahmoodi H. The effect of education on mother's knowledge and practice about supplementary nutrition for children under one year. *Modern Care J* 2006; 3(4,5): 10-15 (Persian).