مجله علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران
سال نهم، شماره 1، بهار 1393، صفحات 46-39

ارتباط نگرش تغذیه‌ای با نرم‌های انتزاعی تناسب اندام در بین دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی همدان

فرزاد احمدزاده[1]، مهدی میرزایی علویجه[2]، فرزاد جلیلیان[3]، فاضل زینت مطلق[4]، نگار خسروی[5]، شهره امدادی[6]، ناصر حاتم زاده[7]

1- کارشناس ارشد گروه ایمنی مواد غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ایران
2- کارشناس ارشد گروه آموزش بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، ایران
3- کارشناس ارشد گروه بهداشت عمومی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، ایران
4- کارشناس ارشد گروه آموزش بهداشت، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، ایران
5- کارشناس گروه بهداشت عمومی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان، ایران
6- نویسنده مسئول: مربی گروه بهداشت عمومی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، ایران. پست الکترونیکی:sh.emdadi@umsha.ac.ir
7- کارشناس ارشد گروه آموزش بهداشت، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اهواز، ایران

تاریخ دریافت: 92/5/2 تاریخ پذیرش: 92/7/15

چکیده

سابقه و هدف: یکی از مشکلات مهم بهداشتی در دختران جوان اختلالات خوردن می‌باشد که عوارض تغذیه‌ای و روانی متعددی به دنبال دارند. هدف از انجام مطالعه حاضر تعیین شیوع نگرش تغذیه‌ای غیرطبیعی و ارتباط آن با نرم‌های انتزاعی تناسب اندام در بین دانشجویان دختر بود.

مواد و روش‌ها: این پژوهش یک مطالعه توصیفی مقطعی بود که در میان 231 نفر از دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی همدان انجام شد. آزمودنی‌ها به روش نمونه گیری تصادفی ساده و با احتمال متناسب با حجم انتخاب شدند و اطلاعات به وسیله پرسشنامه شامل سه بخش کلی اطلاعات جمعیت شناختی و زمینه‌ای، پرسشنامه نگرش تغذیه و نرم‌های انتزاعی ترغیب کننده تناسب اندام، به صورت خودگزارش دهی جمع‌آوری گردید. داده‌ها در نرم افزار آماری SPSS ویرایش 21 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: 21/6 درصد از شرکت کنندگان نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن داشتند. بین نگرش تغذیه‌ای و متغیرهای زمینه‌ای مانند استفاده از مسهل‌ها، گرفتن رژیم غذایی، استفاده از قرص‌های لاغری و وزن رابطه آماری معنی‌داری دیده شد ($P<0/05$). همچنین نگرش تغذیه‌ای با نرم‌های انتزاعی تناسب اندام رابطه آماری معنی‌داری داشت ($P<0/05$).

نتیجه گیری: با توجه به شیوع بالای نگرش تغذیه‌ای غیرطبیعی، ارائه برنامه‌های آموزشی به دختران دانشجو در خصوص عوارض ناشی از اختلالات خوردن از طریق کانال‌های ارتباطی مناسب ضروری به نظر می‌رسد.

واژگان کلیدی: نگرش تغذیه‌ای، نرم‌های انتزاعی، دختران دانشجو

• مقدمه

دختران جوان به عنوان مادران آینده از جمله گروه‌های در معرض خطر برای ابتلاء به مشکلات تغذیه‌ای هستند (1). یکی از مشکلات مهم تغذیه‌ای در نوجوانان و جوانان به خصوص دختران، اختلالات ناشی از خوردن است که منجر به مسائل جسمی مانند چاقی، اضافه وزن، افزایش امکان بروز مرگ و میر و عوارض روانی از جمله کاهش عزت نفس و افسردگی می‌شود و همچنین زمینه ساز مشکلات دیگری چون سوء تغذیه، پوکی استخوان، آمنوره، اضطراب و افسردگی می‌شوند (4-2). این مسئله به ویژه در نوجوانان که در جریان رشد بیولوژیکی، اجتماعی و روانی درگیر مجموعه‌ای از تغییرات رفتاری، از جمله تمایل به کسب استقلال، جستجو برای الگوهای بیرون از خانواده و نیاز به تایید و مورد قبول دیگران قرار گرفتن می‌باشند، اهمیت بیشتری دارد (5). اختلال خوردن سندرمی است که در آن

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

تغییر شناخت افراد نسبت به غذا، وزن بدن و الگوهای غلط تغذیه‌ای می‌تواند منجر به عوارض تهدید کننده زندگی از نظر تغذیه‌ای و پزشکی شود. تا کنون سه نوع اختلال خوردن شامل؛ بی اشتهایی عصبی، پرخوری عصبی و سایر اختلالات که طبقه بندی خاصی ندارند شناسایی شده است (6). در گروه سنی نوجوانان بعد از بیماری چاقی و آسم، اختلالات خوردن شایع‌ترین بیماری می‌باشد (2). مطالعات خارج از کشور شیوع اختلالات ناشی از خوردن را بین 1 تا 4 درصد (2) و در جایی دیگر 10/9 درصد در زنان و 4 درصد در مردان (7) نشان می‌دهد. مطالعات انجام شده در داخل کشور میزان شیوع آن را از 6/3 تا 9 درصد اعلام کرده‌اند (9، 8). اختلالات در خوردن ابتدا به صورت حالت‌های خفیف چون اختلال در نگرش‌های تغذیه‌ای و نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن شروع می‌شود که شامل نگرش‌های غیر طبیعی نسبت به وزن فعلی و ایده آل، تصویر ذهنی از بدن و رفتارهای خوردن، اشتغال ذهنی نسبت به غذاها و سوخت و ساز آن‌ها در بدن و روش‌های دفع غذا از بدن می‌باشد که در نهایت به حالت‌های بالینی شدید و تقریباً غیر قابل بازگشت نظیر؛ بی اشتهایی و پرخوری عصبی تبدیل می‌شوند، لذا شناخت افراد در معرض خطر در این گروه سنی دارای اهمیت می‌باشد (11، 10).

شیوع نگرش نسبت به اختلال در مطالعات صورت گرفته در کشور؛ 16/7 درصد در مطالعه گرگری و همکاران (11) و در مطالعه ضرغامی در میان افراد با وزن نرمال 11/1، افراد چاق 16/7 و در افراد خیلی چاق 31/8 درصد بیان شده است (12). عوامل مختلفی مانند عوامل بیولوژیکی، محیطی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی می‌توانند بر الگوهای رفتاری، از جمله رفتار تغذیه‌ای فرد تاثیر گذار باشند (13). تصورذهنی فرد از وزن خویش و میزان متناسب بودن آن به خصوص در بین دختران در جوامع امروز به عنوان یکی از معیارهای مهم زیبایی است و مطالعات در این زمینه نشان می‌دهند تصور ذهنی نامطلوب از وزن و اندام در دختران شایع‌تر از همسالان مذکرشان است (3). یکی از عوامل مهم و تأثیرگذار در پیدایش این بیماری فرهنگ غرب و پدیده جهانی شدن می‌باشد (14) ایران نیز از جمله جوامعی است که در جریان سریع عبور از تغییرات جمعیتی و بهداشتی ناشی از شهرنشینی و توسعه اجتماعی، موسوم به «گذار تغذیه‌ای- بهداشتی» قرار دارد (15). لذا با توجه به افزایش رو به رشد اختلالات نگرش خوردن در بین دختران بررسی شیوع و عوامل مرتبط با آن ضروری به نظر می‌رسد (16).

نگرش‌های شخص نسبت به یک موضوع خاص علاوه بر این که حاصل تجارب فرد می‌باشد می‌تواند از طریق نرم‌های انتزاعی که یکی از عناصر بنیادی ساختار گروه‌های انسانی می‌باشند حاصل شود. نرم‌ها شیوه صحیح و به هنجار کنش را نشان داده و به افراد نشان می‌دهند که چه کارهایی را نباید انجام بدهند؛ و عنوان یک عامل پیش گویی کننده در قصد انجام رفتار مطرح می‌باشند. این سازه تحت تأثیر فشار اجتماعی درک شده و انگیزه فرد برای برآوردن انتظارات دیگران ایجاد می‌شود (17). در خصوص رابطه بین نرم‌های انتزاعی و نوع نگرش تغذیه‌ای و آرزوی داشتن بدن ایده آل در بین دختران در خارج از کشور مطالعات متعددی صورت گرفته است (20-18). اما مطالعات مدونی که در آن به بررسی نقش نرم‌ها و تأثیر آن بر نگرش تغذیه‌ای دختران در ایران پرداخته باشد محدود است و مطالعات صورت گرفته بیشتر به بررسی شیوع نگرش تغذیه‌ای غیر طبیعی پرداخته‌اند؛ لذا با توجه به اهمیت موضوع، مطالعه حاضر با هدف تعیین شیوع نگرش تغذیه‌ای غیرطبیعی و ارتباط آن با نرم‌های انتزاعی تناسب اندام در بین دختران دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی همدان انجام شد.

• مواد و روش‌ها

این پژوهش یک مطالعه مقطعی بود که در میان 231 نفر از دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی همدان در زمستان 1391 انجام شد. نحوه انجام مطالعه بدین شرح بود که ابتدا دانشکده‌های مختلف به عنوان خوشه در نظر گرفته شد و با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده و با احتمال متناسب با حجم (Proportional to Size) در هر یک از خوشه‌ها، شرکت کنندگان را انتخاب شدند و پرسشنامه‌های طراحی شده در این خصوص در اختیار آنان قرار داده شد و اطلاعات مورد نیاز از آنان جمع آوری گردید. گفتنی است آزمودنی‌های پژوهش در زمینه چگونگی انجام مطالعه و محرمانه بودن اطلاعات و همچنین هدف از انجام این مطالعه توجیه شدند و تمامی آنان با تمایل وارد مطالعه شدند. بعد از حذف پرسشنامه‌های ناقص تعداد 227 پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت (نرخ پاسخ دهی در مطالعه حاظر 98/2 درصد بود).

ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش شامل سه بخش بود و اطلاعات به صورت خودگزارش دهی از دانشجویان جمع آوری شد.

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

بخش اول اطلاعات جمعیت شناختی و زمینه‌ای: این قسمت شامل ده سوال بود و اطلاعات شرکت کنندگان را در خصوص سن (به سال)، رشته تحصیلی (پزشکی، دندانپزشکی، داروسازی، توانبخشی، پیراپزشکی، بهداشت، پرستاری و مامائی)، مقطع تحصیلی (کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری عمومی)، سکونت در خوابگاه (بله، خیر)، وضعیت تاهل (مجرد، متاهل)، قد (به سانتی متر)، وزن (به کیلوگرم)، سابقه گرفتن رژیم غذایی به منظور لاغری (بلی، خیر)، استفاده از قرص‌های لاغری (بلی، خیر) و استفاده از مسهل‌ها برای لاغری (بلی، خیر) مورد ارزیابی قرار می‌داد. بخش دوم پرسشنامه نگرش تغذیه‌ای: این قسمت به وسیله پرسشنامه استاندارد 26 گویه ای، نگرش نسبت به خوردن (Eating Attitudes Test) نگرش، عادات و رفتار تغذیه‌ای را مورد سنجش قرار می‌داد. به عنوان مثال «من از چاق بودن و یا اضافه وزن داشتن هراسان هستم» یا «از غذا خوردن حتی هنگامی که گرسنه هستم پرهیز می‌کنم». پاسخ دهی به آن به صورت لیکرت: هرگز و به ندرت (امتیاز صفر)، اغلب (امتیاز یک)، معمولاً (امتیاز دو) و همیشه (امتیاز سه) بود. حداکثر امتیاز این پرسشنامه 78 است و امتیاز برابر 20 و یا بیشتر به عنوان نگرش تغذیه‌ای مختل شده (نگرش غیر طبیعی) نسبت به خوردن تعریف شده است؛ این پرسشنامه در مطالعات متعددی در ایران نیز به کار رفته است و روایی و پایایی آن مورد تأیید قرار گرفته است (21، 11).

بخش سوم پرسشنامه نرم‌های انتزاعی ترغیب کننده تناسب اندام: برای اندازه گیری نرم‌های انتزاعی تیم تحقیق بر اساس مطالعات مشابه (20-18) گویه هایی در مقیاس لیکرت پنج گزینه‌ای از هرگز (1) تا خیلی زیاد (5) طراحی نمود. این قسمت شامل 8 گویه، برای مثال «محیط دانشگاه تا چه اندازه شما را برای داشتن اندام مناسب ترغیب می‌کند» یا «اگر من برای رسیدن به اندام مناسب رژیم لاغری بگیرم، خانواده‌ام آن را تأیید می‌کنند» که کسب نمره بالاتر نشان دهنده نرم‌های انتزاعی قوی‌تر در خصوص تناسب اندام بود. ضریب آلفا کرونباخ پرسشنامه نرم‌های انتزاعی در مطالعه پایلوت برابر 0/75 برآورد گردید. در نهایت اطلاعات جمع آوری شده وارد نرم افزار آماری SPSS ویرایش 21 شد و با بهره گیری از آزمون‌های آماری مناسب نظیرتی تست مستقل و کای دو در سطح معنی‌داری 0/05 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

• یافته‌ها

دامنه سن شرکت کنندگان 18 تا 32 و میانگین آن 2/2±21/12 سال بود. یافته‌های مربوط به متغیرهای زمینه‌ای و جمعیت شناختی در جدول 1 آورده شده است.

جدول 1. بررسی وضعیت متغیرهای زمینه‌ای در بین دانشجویان مورد بررسی

متغیر		تعداد	درصد
سن	18-20	107	47/2
	21-24	102	44/9
	25-32	18	7/9
سکونت در خوابگاه	بله	151	66/5
	خیر	76	33/5
وضعیت تأهل	متاهل	22	9/7
	مجرد	205	90/3
دانشکده	پزشکی	41	18/1
	دندان پزشکی	20	8/8
	داروسازی	18	7/9
	پیراپزشکی	37	16/3
	پرستاری و مامایی	46	20/3
	بهداشت	46	20/3
	توانبخشی	19	8/4
استفاده از مسهل‌ها برای لاغری	بلی	17	7/5
	خیر	210	92/5
گرفتن رژیم‌های غذایی لاغری	بلی	79	34/8
	خیر	148	65/2
خوردن قرص‌های لاغری	بلی	10	4/4
	خیر	217	95/6

49 نفر از دانشجویان (21/6 درصد) نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن داشتند. بین نگرش تغذیه‌ای و متغیرهای زمینه‌ای مانند استفاده از مسهل‌ها، گرفتن رژیم غذایی، استفاده از قرص‌های لاغری و وزن رابطه آماری معنی‌داری دیده شد (جدول 2). موضوعات مورد بررسی در پرسشنامه نرم‌های انتزاعی بر اساس توزیع فراوانی نسبی و مطلق پاسخ به سوالات در جدول 3 آورده شده است. در جدول 4 رابطه بین نگرش تغذیه‌ای با نرم‌های انتزاعی تناسب اندام در بین دانشجویان نشان داده شده است.

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

جدول 2. بررسی رابطه بین برخی از عوامل زمینه‌ای و نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن

متغییرهای مورد مطالعه		نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن		معنی‌داری
		بله تعداد (درصد) میانگین (انحراف معیار)	خیر تعداد (درصد) میانگین (انحراف معیار)	
سن	18 تا 20	22 (%20/6)	85 (%79/4)	X^2=0/127
	20 تا 24	23 (%22/5)	79 (%77/5)	P= 0/939
	25 تا 32	4 (%22/2)	14 (% 77/8)	
رشته تحصیلی	پزشکی	11 (%26/8)	30 (%73/2)	
	دندانپزشکی	1 (%5)	19 (%95)	
	داروسازی	3 (%16/7)	15 (%83/3)	
	پیراپزشکی	11 (%29/7)	26 (%70/3)	X^2=7/144
	پرستاری و مامایی	11 (%23/9)	35 (%76/1)	P=0/308
	بهداشت	10 (%21/7)	36 (%78/3)	
	توانبخشی	2 (%10/5)	17 (%89/5)	
سکونت در خوابگاه	بلی	29 (%19/2)	122 (%80/8)	X^2=1/510
	خیر	20 (%26/3)	56 (%73/7)	P=0/219
وضعیت تأهل	متاهل	7 (%31/8)	15 (%68/2)	X^2=1/507
	مجرد	42 (% 20/5)	163 (%79/5)	P=0/220
استفاده از مسهل‌ها	بله	10 (%58/8)	7 (%41/2)	X^2=15/054
	خیر	39 (% 18/6)	171 (%81/4)	P< 0/001
استفاده از قرص‌های لاغری	بله	6 (%60)	4 (%40)	X^2=9/120
	خیر	43 (%19/8)	174 (%80/2)	P=0/003
گرفتن رژیم‌های لاغری	بلی	29 (%36/7)	50 (%63/3)	X^2 =16/372
	خیر	20 (%13/5)	128 (%86/5)	P< 0/001
قد		163/87 (6/77)	164/51 (4/97)	t=0/610 P=0/542
وزن		62/59 (10/49)	56/47 (7/77)	t =-4/502 P< 0/001

جدول 3. توزیع فراوانی نسبی و مطلق پاسخ به گویه های نرم‌های انتزاعی

گویه های نرم‌های انتزاعی	خیلی زیاد تعداد (درصد)	زیاد تعداد (درصد)	تا حدودی تعداد (درصد)	کم تعداد (درصد)	هرگز تعداد (درصد)	میانگین (انحراف معیار)
دوستان شما تا چه اندازه شما را برای داشتن اندام مناسب ترغیب می‌کنند؟	29 (%12/8)	61 (%26/9)	85 (%37/4)	35 (%15/4)	17 (%7/5)	3/22 (1/09)
محیط دانشگاه تا چه اندازه شما را برای داشتن اندام مناسب ترغیب می‌کند؟	30 (%13/2)	52 (%22/9)	69 (%30/4)	42 (%18/5)	34 (%15)	3 (1/24)
وسائل ارتباط جمعی تا چه اندازه شما را به داشتن اندام مناسب ترغیب می‌کنند؟	42 (%18/5)	65 (%28/6)	74 (%32/6)	33 (%14/5)	13 (%5/7)	3/39 (1/11)
چه تعداد از دوستان شما برای رسیدن به اندام مناسب رژیم‌های لاغری می‌گیرند؟	8 (%3/5)	54 (%23/8)	68 (%30)	76 (%33/5)	21 (%9/3)	2/78 (1/02)
اگر من برای رسیدن به اندام مناسب رژیم لاغری بگیرم، خانواده‌ام آن را تایید می‌کنند.	17 (%7/5)	24 (%10/6)	60 (%26/4)	53 (%23/3)	73 (%32/2)	2/37 (1/24)
اگر من برای رسیدن به اندام مناسب رژیم لاغری بگیرم، بهترین دوستم آن را تایید می‌کند.	22 (%9/7)	39 (%17/2)	65 (%28/6)	44 (%19/4)	57 (%25/1)	2/66 (1/28)
اگر من برای رسیدن به اندام مناسب رژیم لاغری بگیرم، جامعه آن را تایید می‌کند.	16 (%7)	45 (%19/8)	77 (%33/9)	40 (%17/6)	49 (%21/6)	2/73 (1/20)
دوستان من فکر می‌کنند که لاغر بودن جذابیت بیشتری دارد.	44 (%19/4)	78 (%34/4)	56 (%24/7)	36 (%15/9)	13 (%5/7)	3/45 (1/14)

جدول 4. بررسی رابطه بین نرم‌های انتزاعی و نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن

متغیر		میانگین و انحراف معیار نرم‌های انتزاعی	معنی‌داری
نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن	بله	27/63±5/10	
	خیر	22/55±5/37	P <0/001

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

• بحث

نتایج مطالعه نشان دهنده شیوع 21/6 درصدی اختلال نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن در بین دانشجویان مورد بررسی بود. مطالعات انجام شده در کشور این میزان را در بین دانشجویان و دانش آموزان از 6/3 درصد تا 24/6 درصد گزارش کرده‌اند (23-21، 12، 11). مطالعات انجام گرفته در کشورهای دیگر این میزان را در بین دختران دانشجو و دانش آموز 5 تا 32 درصد گزارش کرده‌اند (30-24، 16). مطالعات بیانگر تغییر در ارزش‌های زیبا شناختی در جوامع و گرایش بیشتر به لاغری و تناسب اندام می‌باشد؛ در این راستا ضرغامی در مطالعه خود گزارش می‌کند که اختلالات تغذیه‌ای پدیده‌ای متأثر از فرهنگ است (12). لذا در برنامه‌های ارتقاء سلامت زنان، باید عمیقاً به این پدیده توجه شود. این یافته‌ها می‌تواند زنگ خطری برای مسئولین بهداشتی باشد و باید عوامل مرتبط و تأثیر گذار بر آن شناسایی شوند تا بتوان در جهت بر طرف کردن آن‌ها گام برداشت؛ شناسایی این عوامل به محققین و برنامه ریزان بهداشتی کمک می‌کند که استراتژی‌های مناسبی در جهت ارتقاء نگرش‌های مناسب تغذیه‌ای تدوین نمایند.

میان سن و نوع نگرش تغذیه‌ای اختلاف آماری معنی‌داری وجود نداشت، که این یافته با نتایج مطالعه Jennifer و همکاران (25) مغایرت دارد، این تفاوت می‌تواند ناشی از جمعیت مورد پژوهش و فرهنگ جامعه مورد مطالعه باشد.

با توجه به نتایج استفاده از مسهل‌ها، گرفتن رژیم غذایی و استفاده از قرص‌های لاغری با نگرش تغذیه‌ای غیر طبیعی در بین دانشجویان رابطه آماری معنی‌داری داشت. در این خصوص نوبخت و همکاران (22) و Makino و همکاران (16) نتایج مشابهی را گزارش کردند.

همچنین در مطالعه حاضر شیوع اختلال نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن در بین دختران با میانگین وزنی بالاتر، بیشتر بود که این یافته همسو با دیگر مطالعات می‌باشد (21، 12، 11). به طور مثال پور قاسمی گرگری و همکاران (11) در مطالعه خود نشان داد که دانش آموزان در معرض خطر اضافه وزن و یا داری اضافه وزن بیشتر از گروه‌های دیگر داری نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن هستند. همچنین ضرغامی و همکاران (12) نیز نشان دادند که نگرش غیر طبیعی نسبت به خوردن در افراد چاق در مقایسه با افراد نرمال بیشتر می‌باشد. می‌توان چنین نتیجه گرفت که نگرش تغذیه‌ای غیرطبیعی با رفتارهای پرخطر و غیر اصولی از جمله رژیم غذایی سنگین، خوردن قرص‌های لاغری و استفاده از مسهل‌ها مرتبط می‌باشد، و با توجه به این که این رفتارها می‌توانند زمینه ساز عوارض خطرناکی برای فرد شود لزوم ارائه برنامه‌های آموزشی توسط کارشناسان تغذیه به گروه‌های در معرض خطر احساس می‌شود.

از دیگر یافته‌های مطالعه حاضر وجود رابطه آماری معنی‌دار بین نرم‌های انتزاعی تناسب اندام و نگرش تغذیه‌ای غیرطبیعی بود، که همسو با دیگر مطالعات می‌باشد (33-31، 19)، با توجه به این که لاغری و تناسب اندام یکی از معیارهای جذاب بودن در بین دختران در جامعه امروز می‌باشد، به نظر می‌رسد آنان از ترس ترد شدن از گروه دوستان و همچنین نداشتن این جذابیت تحت تأثیر دوستان و همسالان خود قرار می‌گیرند و برای لاغر بودن خود اقدام به رفتارهای غیر بهداشتی کاهش وزن می‌زنند. در این راستا Giles و همکاران (31) نشان دادند بین معیارهای پذیرش همسالان، داشتن بدن مناسب و نرم‌های لاغری در بین همسالان و اختلال خوردن ارتباط آماری معنی‌داری وجود دارد. همچنین Thompson و همکاران (32) در مطالعه خود نشان دادند دوستان در تعیین تصورات ذهنی و نارضایتی از بدن در دختران دارای اضافه وزن و در معرض خطر تأثیرگذار هستند. اختلالات خوردن از جمله رفتارهای پرخطر می‌باشد که در دختران ممکن است تحت تأثیر نرم‌های انتزاعی باشد؛ لذا به نظر می‌رسد ارائه برنامه‌های آموزشی از کانال‌های مناسب ارتباطی مانند بهره گیری از گروه همسالان بتواند در پیشگیری از اختلالات خوردن در بین دختران نتایج سودمندی را به دنبال دشته باشد.

همچنین نتایج نشان داد در بین نرم‌های انتزاعی، رسانه‌های جمعی میانگین بالایی را کسب کرده است. در این رابطه Hawkins و همکاران (34) در پژوهش خود گزارش کرده‌اند که قرار گرفتن در معرض تصاویر رسانه‌ای در خصوص بدن ایده آل ممکن است به اختلالات خوردن و نارضایتی از بدن منجر شود. Grabe و همکاران (35) و Yamamiya و همکاران (36) نیز در مطالعات خود نشان دادند که قرار گرفتن در معرض تصاویر رسانه‌های جمعی از بدن‌های ایده آل باعث آسیب پذیری شدید زنان نسبت به تصویر ذهنی از بدن و نارضایتی از بدن می‌شود.

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

نتایج حاکی از شیوع بالای اختلالات خوردن در بین دانشجویان دختر بود. همچنین یافته‌ها ارتباط بین نرم‌های انتزاعی و نگرش تغذیه‌ای غیرطبیعی را نشان داد، که بیانگر تأثیرپذیری دانشجویان از همسالان خود و رسانه‌های ارتباط جمعی می‌باشد؛ لذا ارائه برنامه‌های آموزشی به وسیله کانال‌های ارتباطی مناسب برای دختران به منظور ارتقاء آگاهی آنان از عوارض ناشی از اختلالات خوردن ضروری به نظر می‌رسد.

سپاسگزاری

این پژوهش با حمایت گروه بهداشت عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان انجام شد، بدین وسیله نهایت قدردانی و تشکر از آنان و کلیه دانشجویان شرکت کننده در مطالعه به عمل می‌آید.

• References

1. Shakerinejad GHA, Keykhaee B, Lorizadeh MR, Jarvandi F, Tavakoli E, Hajinajaf S. The effect of nutrition education on knowledge, attitude and practice of high school females about iron-deficiency anemia. Toolo-e-Behdasht, 2007; 6(3, 4): 18-27.
2. Golden NH. Eating disorders in adolescence and their sequelae. Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol, 2003; 17(1): 57-73.
3. Omidvar N, Eghtesadei SH, Tabatabai GH, Minaei S, Samareh S. Body image and its relationship with body mass index and food consumption patterns in Tehran adolescents. Journal of Research in Medical Sciences, 2002; 26 (4):257-264.
4. Pesa JA, Syre TR, Jones E. Psychosocial differences associated with body weight among female adolescents: the importance of body image. J Adolesc Health, 2000; 26:330-337
5. Wabitsch M. Owerweight and obesity in European children: definiation and diagnostic procedures, risk factors and consequences for later health outcome. Eur J Pediatr, 2000; 159 (Suppl 1): s8-s13
6. Peyman N, Jelambadani Z. The Effect of Freire's Educational Model on Attitude Change and Eating Disorders in Students. Journal of Sabzevar University of Medical Sciences, 2012; 18 (4):280-287.
7. Bizeul C, Brun JM, Rigaud D. Depression influences the EDI scores in anorexia nervosa patients. Eur Psychiatry, 2003; 18(3):119-23.
8. Forozy M, Mohammadalizadeh S, Haghdoust AA, Garooci B, Shamsodin Saeed N. Relationship between body image and eating disorders. Iranian Journal of Nursing Research, 2010; 4 (15):33-43
9. Dezkam M, Nobakht M. An Epidemiological study of eating disorder in Iran. Int J Eat Disord, 2000; 28(3): 265-271.
10. Hrabosky JI, Grilo CM. Body image and eating disordered behavior in a community sample of black and hispanic women. Eat Behav, 2007; 8(1):106-14.
11. Pourghassem Gargari B, Hamed Behzad M, Seied Sajadi N, Kooshavar D, Karami S. Relation of body mass index to eating attitude in tabrizian high school girls. Medical Journal of Tabriz University of Medical Science & Health Service, 2010; 32(3): 24-29.
12. Zarghami M, Çhimeh N. Study of abnormal attitudes frequency towards eating and the related factors in the high school students of Sari township in the academic year of 2002- 2003. Journal Mazandaran University of Medical Science, 2003; 13 (40):70-78.
13. Taslimi Taleghani M, Djazayery A, Keshavarz SA, Sadrzadeh Yeganeh H, Rahimi A. Effect of socio- economic status on the efficacy of nutrition education in promoting the nutritional knowledge, attitude and practice in first-grade guidance school girls in Tehran. Tehran University Medical Journal, 2005; 63(1):77-82.
14. Fisher M, Pastore D, Schneider M, Pegler C, Napolitano B. Eating attitudes in urban and suburban adolescents. Int J Eat Disord, 1994; 16(1):67-74.
15. Ghassemi H, Harrison GG, Mohammad K. An accelerated nutrition transition in Iran. Public Health Nutr, 2002; 5: 149-156.
16. Makino M, Hashizume M, Yasushi M, Tsuboi K, Dennerstein L. Factors associated with abnormal eating attitudes among female college students in Japan. Arch Womens Ment Health, 2006; 9:203-208.
17. Ajzen I. The theory of planned behavior. Organ Behav Hum Decis Process, 1991; 50(2):179-211.
18. Forney KJ, Ward RW. Examining the Moderating Role of Social Norms between Body Dissatisfaction and Disordered Eating in College Students. Eat Behav, 2012; 14(1):73-78.
19. Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D, Story M, Perry C. The role of social norms and friends'

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

influences on unhealthy weight-control behaviors among adolescent girls. Soc Sci Med, 2005; 60(6) 1165-1173.

20. Kernper KA, Sargent RG, Drane JW, Valois RE, Hussey JR. Black and white females' perceptions of ideal body size and social norms. Obes Res, 1994; 2(2):117-126.

21. Safavi M, Mahmoodi M, Roshandel A. Assessment of body image and its relationship with eating disorders among female students of Islamic Azad university Tehran. Medical Science Journal of Islamic Azad University, Tehran Medical Branch, 2009; 19(2):129-34.

22. Nobakht M, Dezhkam M. An epidemiological study of eating disorders in Iran. Int J Eat Disord, 2000; 28(3): 265-271.

23. Shamseddin Said N, Forozy M, Mohammad Alizadeh S, Haghdoost AA, Garusi B. Relationship between body image and eating disorders Iranian. Iranian Journal of Nursing Research, 2010; 4(15): 33-43.

24. Fernández M, Labrador F, Raich R. prevalence of eating disorder among adolescent and young adult scholastic population in the region of Madrid (Spain). J Psychosom Res, 2007; 62(6): 681- 690.

25. Jennifer M, Bennett JS, Marion P, Margaret OL, Rodin LG. Disordered eating attitudes and behaviors in teenage girls: a school-based study. CMAJ, 2001; 165(5):547-52.

26. Graber JA, Tyrka AR, Brooks-Gunn J. How similar are correlates of different subclinical eating problems and bulimia nervosa?. J Child Psychol Psychiatry, 2003; 44(2): 262-273.

27. Barber N, Alam M, Ali S, Ansari A, Atiq M, Awais A, Amin F, Israr SM. Anorexic behavior and attitudes among female medical and nursing students at a private university hospital. J Pak Med Assoc, 2002; 52: 272-276.

28. Nishizawa Y, Kida K, Nishizawa K, Hashiba S, Saito K, Mita R. Perception of self-physique and eating behavior of high school students in Japan. Psychiatry Clin Neurosci, 2003; 57(2): 189-196.

29. Thorsteinsdottir G, Ulfarsdottir L. Eating disorder in college students in Iceland. The European Psychiatry J, 2008; 22(2): 107-15.

30. Kugu N, Akyuz G, Dogan O, Ersan E, Izgic F. The prevalence of eating disorders among university students and relationship with some individual characteristics. Aust N Z J Psychiatry, 2006; 40(2):129-35.

31. Giles SM, Helme D, Krcmar M. Predicting disordered eating intentions among incoming college freshman: An analysis of social norms and body esteem. Communication Studies, 2007; 58(4): 395-410.

32. Thompson J. K, Shroff H, Herbozo S, Cafri G, Rodriguez J, Rodriguez M. Relations among multiple peer influences, body dissatisfaction, eating disturbance, and self-esteem: a comparison of average weight, at risk of overweight, and overweight adolescent girls. J Pediatr Psychol, 2007; 32(1): 24-29.

33. Hutchinson DM, Rapee RM. Do friends share similar body image and eating problems? The role of social networks and peer influences in early adolescence. Behav Res Ther, 2007; 45(7): 1557-1777

34. Hawkins N, Richards PS, Granley H, Stein DM. The impact of exposure to the thin-ideal media images on women. Eat Disord, 2004; 12, 35-50.

35. Grabe S Ward, LM, Hyde JS. The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. Psychol Bull, 2008; 134(3): 460-476.

36. Yamamiya Y, Cash TF, Melnyk SE, Posavac HD. Women's exposure to thin-and-beautiful media images: body image effects of media-ideal internalization and impact-reduction interventions. Body Image, 2005; 2(1): 74-80.

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]

Nutritional attitudes versus subjective norm fitness among female college students in Hamadan University of Medical Sciences

Ahmadzadeh F[1], Mirzaei Alavijeh M[2], Jalilian F[3], Zinat Motlagh F[4], Khosravi N[5], Emdadi SH[6], Hatamzadeh N[7]*

1- *M.Sc, Dept. of Health Nutrition, School of Nutrition, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran*
2- *M.Sc, Dept. of Health Education, School of Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences- Yazd, Yazd, Iran*
3- *M.Sc, Dept. of Public Health, School of Health, Kermanshah University of Medical Sciences, Kermanshah, Iran*
4- *M.Sc in Public Health, Social Determinants of Health Research Center, Yasuj University of Medical Sciences. Yasuj, Iran*
5- *B.Sc, Dept. of Public Health, School of Public Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran*
6- **Corresponding author: Lecturer, Dept. of Public Health, School of Public Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran. E-mail: sh.emdadi@umsha.ac.ir*
7- *M.Sc in Public Health, Social Determinants of Health Research Center, Ahvaz University of Medical Sciences, Ahvaz, Iran*

Received 24 Jul, 2013 **Accepted 7 Oct, 2013**

Background and Objectives: A major health problem in young women is eating disorders that have detrimental nutritional and psychological effects. This study determined the prevalence of abnormal eating attitudes and correlated them with subjective norms for fitness among female college students.

Materials and Methods: A cross-sectional study was conducted among 231 female college students at Hamadan University of Medical Sciences; subjects were randomly selected in proportion to size for participation in this study by the faculty of the university. A self-reporting questionnaire comprising sections on demographics, eating attitudes and subjective fitness norms was used to collect data, which was analyzed using SPSS-21.

Results: It was found that about 21.6% of participants showed abnormal eating attitudes. These attitudes had significant relationships with the use of laxatives, weight loss dieting, diet pills, and weight ($p < 0.05$). Eating attitudes also showed a significant relationship with subjective fitness norms ($p < 0.05$).

Conclusion: The prevalence of abnormal eating attitudes is high. It is necessary to educate young women about the negative effects of eating disorders on overall health and fitness using appropriate channels of communication.

Keywords: Eating attitudes, Subjective norms, Female college student

[Downloaded from nsft.sbmu.ac.ir on 2026-11-13]