پژوهش در پژوهي ( مجله پژوهشی دانشگاه پزشکی)
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی شهید بهشتی
سال ۲۲، شماره ۱، صفحات ۳۲-۴۰ ( بهار ۸۲)

چکیده
 سابقه و هدف: این مطالعه به منظور تعیین تأثیر مصرف غذایی مصرفی و ارتباط آن با کفایت دریافت مواد غذایی در یک منطقه شهري تهران در پژوهشکده پزشکی بهشتی.

مواد و روش ها: در این بررسی، پس از حل کردن تعداد ۲۰۰ نفر در سال ۱۳۷۶-۱۳۸۳ (از ۱۹۹۷ تا ۲۰۰۸) در بازار بهشتی از مطالعه مقطعی ارزیابی دریافتی غذایی شاکیان منطقه ۱۳ تهران بر پایه مرکز بهداشتی در سال ۱۳۸۳-۱۳۸۶، انتخاب شدند. بررسی و تحلیل مطالعه به روش تصادفی پیش‌ساخته در روز پایانی غذایی صورت گرفت. بهره‌برداری از نتایج دریافتی غذایی از گروه‌های اصلی به کمک می‌باشد. تحلیل تغذیه‌ای و مواردی مشابه در زمینه‌های غذایی مصرفی در بازار بهشتی انجام شد. نتایج نشان دادند که کاهش مصرف هر روز در بازار بهشتی نسبت به شهر شریفی تهران.

نتایج:

۱- ضعف اثربخشی از افراد جامعه کوه‌سیبگین منطقه ۱۳ تهران بر پایه مرکز بهداشتی در سال ۱۳۸۳-۱۳۸۶، انتخاب شدند. بررسی و تحلیل مطالعه به روش تصادفی پیش‌ساخته در روز پایانی غذایی صورت گرفت. بهره‌برداری از نتایج دریافتی غذایی از گروه‌های اصلی به کمک می‌باشد.

۲- در نتیجه، اثربخشی از افراد جامعه کوه‌سیبگین منطقه ۱۳ تهران بر پایه مرکز بهداشتی در سال ۱۳۸۳-۱۳۸۶، انتخاب شدند. بررسی و تحلیل مطالعه به روش تصادفی پیش‌ساخته در روز پایانی غذایی صورت گرفت. بهره‌برداری از نتایج دریافتی غذایی از گروه‌های اصلی به کمک می‌باشد.

۳- در نتیجه، اثربخشی از افراد جامعه کوه‌سیبگین منطقه ۱۳ تهران بر پایه مرکز بهداشتی در سال ۱۳۸۳-۱۳۸۶، انتخاب شدند. بررسی و تحلیل مطالعه به روش تصادفی پیش‌ساخته در روز پایانی غذایی صورت گرفت. بهره‌برداری از نتایج دریافتی غذایی از گروه‌های اصلی به کمک می‌باشد.
مقدمه

رژیم‌های غذایی سالم در بیست و گیتیم بهترین روش‌های درمان نژادی مطرح شده بوده است. به‌طور کلی، رژیم‌های غذایی موثر در بهبود سلامت و بهبود احساسات روانی می‌باشند. (1) رژیم‌های غذایی موثر در بهبود سلامت و بهبود احساسات روانی می‌باشند. (2) آن‌ها می‌توانند بهبودی را در مراحل مختلف از ابتلا به بیماری‌ها تا بهبود سلامت و بهبود احساسات روانی داشته باشند.

در این مقاله، تأکید بر اهمیت غذا و نقش آن در بهبود سلامت و بهبود احساسات روانی می‌باشد. غذایی‌ها می‌توانند بهبودی را در مراحل مختلف از ابتلا به بیماری‌ها تا بهبود سلامت و بهبود احساسات روانی داشته باشند.

هدف از این مطالعه تیم تخصصی می‌باشد. آن‌ها می‌توانند بهبودی را در مراحل مختلف از ابتلا به بیماری‌ها تا بهبود سلامت و بهبود احساسات روانی داشته باشند.
درصد افزایش نسبتی برخی متغیرهای غذایی

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیرهای غذایی</th>
<th>درصد افزایش نسبتی</th>
<th>نتیجه‌گیری</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>گروه غذاهای داغ</td>
<td>87%</td>
<td>افزایش نسبتی غذاهای داغ دیده می‌شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>غذاهای خشک</td>
<td>76%</td>
<td>افزایش نسبتی غذاهای خشک دیده می‌شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>غذاهای پخته</td>
<td>90%</td>
<td>افزایش نسبتی غذاهای پخته دیده می‌شود.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

نتیجه‌گیری: افزایش نسبتی غذاهای داغ، غذاهای خشک و غذاهای پخته می‌تواند نشان‌دهنده عواملی باشد که اثراتی بر سلامتی غذایی دارند و باید تاکید شود.
ارتباط تنوع مواد غذایی و کفایت دریافت مواد غذایی

مجید پژوهش در پزشکی

با کنین نسبت است، مقدار مطلق آن برای یک به نظر جون NAR چون
گرفته شده است، لذا تمامی مواد دریافتی کمتر از یک به عنوان
صرف کمتر از مقدار توصیه شده و مقادیر بیشتر از یک به عنوان
صرف بیشتر از مقدار توصیه شده در نظر گرفته می‌شود.

برای محاسبه NAR، رابطه های α، β، χ، γ، τ و η از مقدار
(Recommended Dietary Allowances) RDA
در مورد محاسبه β، ε، ξ و η بالاتر می‌باشد. برای محاسبه
(Dietary Reference Intakes) DRI
مقداری از NAR پایداری از حداقل مورد نیاز پایای
یک فرد سالم (2000 mg) استفاده شد و یا بالاتر، برای محاسبه
چربی حداکثر مقدار درصد توصیه شده از نظر NAR
گرفته شد (3-1).

روش‌های آماری

داده‌ها توسط نرم‌افزار آماری (ver 9.05) SPSS
مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها بصورت میانگین ± انحراف معیار گزارش
شد و برای مقایسه میانگین از آزمون
Student t test
و ANOVA
-test
جست‌بست اوردن توزیعی امتیاز در بین
نمونه‌ها استفاده شد. نرم‌ال بودن
crosstest
نمونه‌ها با استفاده از آزمون نکل‌مگرویک - اسمیرنوو
Kolmogorov – Smirnov
غذایی با شاخص نسبت کفایت بعضی مواد غذایی و میانگین آنها
از ضرایب همبستگی این استفاده شد. در مورد
MAR
و NAR
متغیر همبستگی که از توزیع نرمال پرتوی می‌کردن از
ضرابیت همبستگی این استفاده شد. 
p < 0.05
به عنوان سطح
منی در بودن نتیجه شد و چون تمامی همبستگی‌ها مثبت بوده است
از گفتنی علائم در جداول و بوداری شد.

یافته‌ها

میانگین سن، قد و وزن نمونه‌ها مورد بررسی به‌ترتیب
37±6.5، 164±5 سال، 137±13 سانتی‌متر و 98±1 کیلوگرم بود. 3 و
درصد افزاده ترتیب در طی 2 روز با امکان حداقل نیمی اسپرسیگ
غلات سیوسیز و برخی از استفاده کردن و 10 و درصد افزاده
به ترتیب حداقل نیمی اسپرسیگ از ماهی و گوشت‌های قرمز استفاده
کرده بودند. جدول 2 میانگین امتیاز تنوع غذایی را در بین گروه‌های
غلات، سبزیجات، میوه‌ها، گوشت‌ها و لیپید را نشان می‌دهند.

<table>
<thead>
<tr>
<th>گروه‌های غذایی</th>
<th>مقدار (متوسط)</th>
<th>1/2</th>
<th>1</th>
<th>2</th>
<th>3</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>غلات</td>
<td>23.4</td>
<td>24</td>
<td>22</td>
<td>20</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>سبزیجات</td>
<td>15.6</td>
<td>16</td>
<td>15</td>
<td>14</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>میوه‌ها</td>
<td>20.5</td>
<td>21</td>
<td>20</td>
<td>19</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>گوشت‌ها</td>
<td>15.0</td>
<td>15</td>
<td>14</td>
<td>13</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>لیپید</td>
<td>15.0</td>
<td>15</td>
<td>14</td>
<td>13</td>
<td>12</td>
</tr>
</tbody>
</table>

درایافت ترزو (kcal)، درصد کربوهیدرات و پروتئین، مقادیر
فیبر (گرم) و کلسیم (میلی‌گرم) دریافتی در گزارش شده در دو گروه
امتیاز تنوع غذایی (1-6) در جدول شماره 1 مقایسه شد. آزمون
ANOVA
نمونه‌هایی دریافتی نشان داد.

در این کل و در 1/2 نسبت کفایت مواد
میانگین آنها را نشان می‌دهد. نسبت کفایت دریافت کلی،
روی پروتئین و میکروژن‌های یک به یک می‌باشد. مقیاس 
کنار نسبت کفایت دریافت بانی از یک به یک باشد. امتیاز 
MAR
با نسبت کفایت تیبیان و یک به یک 
A
همچنین با 
A
نسبت کفایت پروتئین و یک به یک 
A

Downloaded from pejouhesh.sbu.ac.ir at 2:35 +0330 on Monday November 29th 2021
جدول ۵- ضریب همبستگی کلی مواد غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذایی (MAR) با امتیاز کلی نوع غذا
انتشار تنويع مواد غذایی و کفایت دریافت مواد غذایی

مجله پژوهش در پزشکی

محاسبه امتیازات داده شده به منظور تعیین محاسبه تنویع مواد غذایی و کفایت دریافت مواد غذایی در این مطالعه با مطالعات دیگر حاضری از بالا بودن میزان امتیاز در مطالعه حاضر است که این امر را ما نیز به نظر می‌آورد. در این مطالعه، روی آزمون‌هایی از Haines و همکارانش (1983) و آزمون‌های زیادی در مطالعه تحصیلی Bolden و Haines (1983) و در مطالعه حاضر با این امر ارتباطی‌های دلیل بیشتر بودند. درصد افرادی که از انواع سبزیجات، میوه و لبنیات استفاده می‌کنند، بالا است.

در بررسی حاضر، دریافت انرژی و درصد معده‌ها به امتیاز تنویع رابطه‌ای نداشتند. این پایه‌ای با پایه‌های برخی دیگر از پژوهشگران تا حدودی همخوانی دارد (2005). اینگونه در مطالعه کربنیک سادگی نشان داد که برای افراد تنویع غذایی با این میزان تنش در رابطه با امتیاز تنویع غذایی مشاهده شد و در حالیکه شماره مطالعه ما با یوچکونو ارتباطی بین درصد دریافت معده‌ها و امتیاز تنویع غذایی دست داشت. در اینجا حضور رابطه‌ای بین

Drewroski دریافت و امتیاز تنویع غذایی در مطالعه

همکارها به وسیله مطالعه تنویع غذایی با این میزان معده‌ها به وسیله مطالعه در محاسبه امتیاز تنویع غذایی نتایج متفاوت‌ای را در مورد انرژی نشان دادند (22). در مطالعه

Kant و همکارانش نیز امتیاز تنویع غذایی و

انرژی و تغییرات دریافت‌های رابطه‌ای مشاهده شد (24). در مطالعه

Marshall و همکارانش نیز انرژی دریافت و تنویع غذایی رابطه‌ای وجود نداشتند (23). به نتیجه مشابهی در مطالعه

روش Haines (1983) ارائه می‌کنند که گفتمان تغذیه‌ای و

تعدادی در آن بخش‌های مختلف از رفتارهای مصرفی کند که در این مطالعه، در صورتی که کاسه غذایی نزدیک به درصد معده‌ها در دریافت مواد غذایی مشاهده شد و

غذا و تغذیه‌ای ارائه می‌شود. در صورتی که کاسه غذایی نزدیک به درصد معده‌ها در دریافت مواد غذایی مشاهده شد و

تشکر و قدردانی

این پژوهش تحصیلی از طریق طرح بررسی تحقیقات به شماره NRC121 و با حمایت شرکای پژوهش‌های علمی به خوبی انجام گرفته است. نتایج بخود را از دانشکده بی‌درد ساخت بی‌درد ساخت و کارکنان کارشناسان غذایی در جمع آوری اطلاعات و نیز نمایندگان و کارکنان محترم اینستیتو تحقیقات غذایی و میراث درمان و مرکز تحقیقات علمی درون‌ربن و ملی‌لی‌سازی و با رعایت ضروریات فیزیولوژی حساسیت، لیلا آذرپور و ابن‌‌بوکر اساس مقدماتی توصیه شده و توصیه‌های صرفاً راهنمای غذایی و

نتایج بخود را از دانشکده بی‌درد ساخت و کارکنان کارشناسان غذایی در جمع آوری اطلاعات و نیز نمایندگان و کارکنان محترم اینستیتو تحقیقات غذایی و میراث درمان و مرکز تحقیقات علمی درون‌ربن و ملی‌لی‌سازی و با رعایت ضروریات فیزیولوژی حساسیت، لیلا آذرپور و ابن‌‌بوکر
REFERENCES


ارتباط تنوغ مواد غذایی و کفایت دنیاوت مواد غذایی


27. میرمنران ب، اصول تنظیم برنامه‌های غذایی. چاپ دوم، تهران، بنیاد امور بهداشتی حکمت، 1379، صفحه 37.