



بررسی بسامد مصرف غذایی دانشجویان ساکن در خوابگاه و غیر خوابگاه در دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی بابل

پروین سجادی کبودی (PhD)^{۱*}، فرحناز صدیقیان (MSc)^۲، هایده علاءالدولهئی (MSc)^۲،
خدیجه بیگم رکابپور (MSc)^۲، احمد علاءالدولهئی (MSc)^۲

پذیرش: ۹۵/۱۲/۳۰

اصلاح: ۹۵/۱۲/۲۸

دریافت: ۹۵/۱۲/۳

۱- مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران
۲- عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بابل، دانشکده پیراپزشکی، گروه علوم آزمایشگاهی
۳- کارشناس ارشد فیزیوتراپی، بابل، فیزیوتراپی مهر

* نویسنده مسئول: پروین سجادی کبودی

آدرس: بابل، دانشگاه علوم پزشکی بابل، پژوهشکده سلامت، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت
تلفن: +۹۸-۹۱۱۱۱۴۸۷۰۴
پست الکترونیک: psajadi@yahoo.com

چکیده

سابقه و هدف: الگوی غذایی دانشجویان در سلامت جسمانی آنان و توسعه جامعه موثر است. رژیم غذایی مناسب و فعالیت فیزیکی، مهمترین رفتارهای بهداشتی پیشگیرانه در جوانان می باشد. از آنجاییکه دوران دانشجویی، دوره ای بحرانی در تغییر رفتار غذایی افراد می باشد، بر آن شدیم تا بسامد مصرف غذایی دانشجویان دانشکده پیراپزشکی بابل را مورد مطالعه قرار دهیم.

روش کار: این مطالعه مقطعی، بر روی ۳۲۲ دانشجوی دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی بابل از تاریخ ۹۰/۷/۱ الی ۹۱/۱۱/۳۰ انجام شد. پرسشنامه های اطلاعات مربوط به مشخصات دموگرافیک (سن، جنس، محل سکونت) و بسامد مصرف غذایی دانشجویان تکمیل شد. اطلاعات توسط نرم افزار SPSS 18 آنالیز گردید. **یافته ها:** از ۳۲۲ دانشجوی مشغول به تحصیل در این دانشکده، ۲۱۸ (۶۷/۸ درصد) نفر زن و ۱۰۴ (۳۲/۲ درصد) نفر مرد بودند. بالاترین و پایین ترین تکرار مصرف غذایی بترتیب مربوط به گروه های غذایی میوه و آجیل بوده است. میانگین تکرار مصرف غذاهای فراوری شده در دانشجویان خوابگاهی بطور معنی داری بیشتر از غیر خوابگاهی بوده است (P=۰/۰۰۲). مصرف میوه ها و سبزیجات نیز در دانشجویان غیر خوابگاهی بیش از دانشجویان خوابگاهی بود (P=۰/۰۳).

نتیجه گیری: باتوجه به نتایج این مطالعه، تکرار مصرف غذاهای سالمتر در دانشجویان غیر خوابگاهی بیشتر از دانشجویان ساکن در خوابگاه بوده است، که به سبک زندگی خوابگاهی مربوط می شود. بنابراین پیشنهاد می گردد جهت ارتقاء الگوهای مصرف غذایی دانشجویان، کارگاه های آموزش تغذیه همگانی بخصوص در مدارس برگزار گردد.

واژه های کلیدی: دانشجویان، خوابگاه، تغذیه، بسامد مصرف غذایی، سبزیجات

مقدمه

بیماریهای مزمن در دوران میانسالی نیز است. دوره جوانی یک فرصت طلایی، برای تغییر در جهت بهبود وضعیت تغذیه و سلامت فرد است، بنابراین انتخاب غذای مناسب برای تأمین سلامت مطلوب جوانان بویژه سلامت دختران جوان که مادران آینده این مرز و بومند بسیار مهم است. (۴).

الگوی مصرف غذایی دانشجویان، به علت تمایل آنان برای حذف وعده های اصلی غذایی، پیروی از رژیم های غذایی کم کالری و عدم مصرف انواع بخصوصی از غذاهایی با ارزش بالا، دستخوش تغییراتی عمده می گردد که وضعیت تغذیه آنان

رفتارهای بهداشتی جوانان بر سلامت آنان و بدنبال آن بر سلامت و توسعه جامعه موثر است. رژیم غذایی و فعالیت فیزیکی مناسب، از جمله مهمترین رفتارهای بهداشتی پیشگیرانه جوانان می باشد (۱). از آنجاییکه زندگی دوران دانشجویی یک دوره بحرانی در تغییر رفتار غذایی انسان است (۲)، سلامت مواد غذایی و ترویج مواد غذایی سالم در دانشگاهها، از اهداف مهم در ارتقاء تغذیه دانشجویان می باشد (۳). الگوی غذایی نادرست در سالهای جوانی یکی از عوامل زمینه ساز برای شروع

در این روش گذشته نگر، از دانشجو خواسته شد تا میزان مصرف مواد غذایی مختلف را در واحد زمان (ماه) روی فهرستی از مواد غذایی مشخص کند. از این طریق می توان اطلاعات کیفی در مورد مصرف اقلام غذایی را به دست آورد که می تواند برآوردی از مصرف معمول فرد باشد. لذا دانشجویانی که دارای، به دلایل مختلف و یا غیر از دانشکده پیراپزشکی بوده اند، از مطالعه حذف شدند و تنها دانشجویانی وارد مطالعه شدند که رژیم غذایی معمول داشته و در دانشکده پیراپزشکی بابل مشغول به تحصیل بوده و تمایل به همکاری داشته اند.

یافته‌ها

در این مطالعه، ۳۲۲ دانشجویی در حال تحصیل با میانگین سنی $20/91 \pm 1/61$ شرکت داشته اند که $318(67/8\%)$ درصد نفر از آنها دختر و $104(32/2\%)$ نفر پسر بودند. همچنین $49/2\%$ از آنان در خوابگاه و $50/8\%$ از آنان در خارج از خوابگاه ساکن بودند.

با توجه به جدول ۱، بیشترین و کمترین بسامد مصرف غذایی در ماه، بترتیب در گروه میوه جات و تنقلات بود.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار بسامد مصرف انواع گروه‌های غذایی در ماه

گروه‌های غذایی	انحراف معیار \pm میانگین
گوشت و فرآورده های آن	$50/16 \pm 9/3$
غذاهای آماده	$6/2 \pm 5/7$
شیر و فرآورده ها	$70/2 \pm 27/7$
نان و فرآورده ها	$127/1 \pm 28/7$
میوه و سبزیجات	$147/48 \pm 8/3$
روغن‌ها و چربیها	$52/17 \pm 8$
آجیل و دانه ها	$147/13 \pm 9$
قندها و شیرینی جات	$68/9 \pm 41$
نوشیدنی ها	$66/9 \pm 45$
تنقلات	$7 \pm 6/2$

در مقایسه مصرف مواد غذایی در بین دو جنس، میانگین بسامد مصرف گوشت و فرآورده ها و غذاهای آماده در پسران بطور معنی داری از دختران بیشتر بوده است ($p \leq 0.05$) (جدول ۲).

همچنین میانگین بسامد مصرف غذاهای آماده بطور معنی داری در ساکنین خوابگاه بیش از غیر خوابگاهی ها و مصرف میوه و سبزیجات در غیر خوابگاهیها بیشتر از خوابگاهی ها بوده است (جدول ۳).

را تحت تاثیر قرار می دهد. همچنین تغییر در شیوه زندگی آنان مانند افراط در نوشیدن چای و قهوه برای بیدار ماندن شبانه جهت مطالعه، استفاده از غذاهای خوابگاهی و یا وعده های غذایی فوری و تجاری بدلیل کمبود وقت، افراط در خوردن غذاهای پرچرب و پرسدیم در غذاخوری دانشگاهها و مهمانی های دانشجویی، می تواند منجر به شیوع چاقی در آنان گردد. از عوامل مهم و موثر دیگر در این تغییر الگوی مصرف، جنس، وزن بدن، طول دوران دانشجویی و الگوهای تغذیه‌ای شکل گرفته قبل از ورود به دانشگاه، می باشند (۵).

مطالعات انجام شده در این زمینه، بر روی عادات غذایی دختران جوان اصفهانی، نشان داد که ۵۰ درصد افراد از غذاهای آماده، ۴۴/۵ درصد از جوانان از غذاهای چرب، ۵۴/۵ درصد از روغن مایع و ۳۶/۴ درصد روغن مخصوص سرخ کردنی استفاده می کردند. بنابراین استفاده از غذاهای چرب و مصرف غذاهای آماده، از عادات غذایی نادرست در دختران جوان بوده است (۶). مطالعه دیگری که بر روی عادات غذایی جوانان شهرستان ارومیه انجام شد، نشان داد که ۱۹ درصد از جوانان، سبزی و ۳۲/۶ درصد شیر مصرف نمی کردند و ۶۳/۳ درصد عادت به نوشیدن نوشابه های گاز دار داشتند (۱، ۴).

مطالعه دیگری در رابطه با آگاهی، باور و رفتار مصرف مواد غذایی در بین دانشجویان یک دانشگاه نظامی نشان داد که مداخله آموزشی بر تصحیح الگوی غذایی، با در نظر گرفتن عوامل محیطی، ضروری است (۷).

در مطالعه پورااعتدال و همکاران مشاهده شد که الگوی مصرف غذایی جوانان بعد از ورود به دانشگاه تمایل به تغییر به سمت غذاهای آماده داشته و مصرف غذاهای سالم کاهش می یابد و الگوی مصرف غذایی جوانان، با تمایل به افزایش مصرف تنقلات بی ارزش و کاهش در استفاده از غذاهای سالم می باشد (۸). در مطالعه pp و همکارانش در شهر Szezein، بر روی عادات غذایی دانشجویان، مشاهده گردید که مصرف گوشت و مرغ و شیرینی توسط اکثریت آنان کاهش یافته است (۹).

از دیر باز جامعه سالم و نسل جوان دو حلقه ناگسستگی از یک پیوند پایدار بوده اند. با توجه به مطالب فوق، انتخاب الگوی مصرف غذایی درست در دوران دانشجویی که با تغییر در سبک زندگی و پویایی فرد همراه است، تاثیر بسزایی در شکوفایی استعدادها و نهمته جوانان داشته و می تواند نوید آینده ای روشن برای جامعه باشد. لذا این تحقیق با هدف بررسی بسامد مصرف غذایی دانشجویان ساکن در خوابگاه و غیر خوابگاه انجام شد، تا بتواند راهگشای مسئولین این دانشگاه در جهت تصحیح الگوی مصرف غذایی دانشجویان باشد.

مواد و روش‌ها

این مطالعه (توصیفی - تحلیلی) بر روی ۳۲۲ دانشجوی شاغل به تحصیل از سال ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۱ در دانشکده پیراپزشکی بابل انجام شد. دانشجویان بصورت تصادفی از بین ۷۰۰ نفر انتخاب و توضیحات لازم در خصوص بررسی مورد نظر به آنها داده شد و با کسب رضایت از آنان پرسشنامه مربوط به اطلاعات فردی (شامل سن، جنس و محل زندگی) و بسامد خوراک (تکرر مصرف) تکمیل گردید.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار بسامد مصرف انواع گروههای غذایی بر اساس جنس

P.V	میانگین بر اساس جنس		گروههای غذایی
	پسر انحراف معیار \pm میانگین	دختر انحراف معیار \pm میانگین	
۰/۰۰۲	۵۴/۱۵ \pm ۳/۲	۴۸/۳۱۶ \pm ۵	گوشت و فرآورده های آن
۰/۰۰۱	۷/۷ \pm ۷/۳	۵/۴ \pm ۵/۷	غذا های آماده
۰/۶۶	۷۱/۲۶ \pm ۲/۹	۶۹/۲۸ \pm ۷	شیر و فرآورده ها
۰/۷۴	۱۲۶/۳۰ \pm ۳/۴	۱۲۷/۲۸ \pm ۵	نان و فرآورده ها
۰/۰۸	۴۵ \pm ۱۴۱/۵	۱۵۰/۴۹ \pm ۹/۳	میوه و سبزیجات
۰/۶۵	۵۲/۱۵ \pm ۲/۱	۵۳/۱۷ \pm ۱/۸	روغنها و چربیها
۰/۸۹	۱۴/۱۴ \pm ۵/۸	۱۴/۱۳ \pm ۸/۵	آجیل و دانه ها
۰/۱۸	۶۴/۳۵ \pm ۵/۳	۷۰/۴۳ \pm ۷/۳	قندها و شیرینی جات
۰/۳۵	۷۰/۴۵ \pm ۴/۵	۶۵/۴۴ \pm ۴/۸	نوشیدنی ها
۰/۹۰	۶/۶ \pm ۱/۷	۷ \pm ۶/۴	تنقلات

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار بسامد مصرف انواع گروههای غذایی بر اساس محل زندگی

P.V	میانگین بر اساس سکونت		گروههای غذایی
	غیر خوابگاه انحراف معیار \pm میانگین	خوابگاه انحراف معیار \pm میانگین	
۰/۶۴	۱۵ \pm ۵۰/۳	۴۷/۱۸ \pm ۶/۱	گوشت و فرآورده های آن
۰/۰۰۲	۲/۲ \pm ۶/۵	۷/۵ \pm ۸/۶	غذا های آماده
۰/۲۴	۷۶/۲۳ \pm ۱	۶۷/۲۹ \pm ۱/۶	شیر و فرآورده ها
۰/۶۱	۱۲۳/۲۲ \pm ۹/۱	۱۲۷/۲۶ \pm ۵/۹	نان و فرآورده ها
۰/۰۳	۱۶۶/۴۹ \pm ۸/۲	۱۲۹/۴۰ \pm ۶/۳	میوه و سبزیجات
۰/۳۴	۲۶ \pm ۴۹/۳	۵۴/۱۶ \pm ۱/۶	روغنها و چربیها
۰/۲۴	۱۸/۱۵ \pm ۵/۸	۱۲/۱۲ \pm ۴/۴	آجیل و دانه ها
۰/۱۶	۵۹/۳۱ \pm ۴/۲	۷۴/۴۰ \pm ۱/۷	قندها و شیرینی جات
۰/۲۴	۵۵/۳۵ \pm ۷/۸	۶۹/۳۸ \pm ۶/۹	نوشیدنی ها
۰/۱۳	۳/۱ \pm ۴/۲	۶/۷ \pm ۸/۸	تنقلات

بحث و نتیجه گیری

مطالعه مرتبط باشد.

در مطالعه حاضر میانگین مصرف گوشت و فرآورده های گوشتی دو بار در روز بوده است. در مطالعه امینی، ۱۰/۶ درصد از نوجوانان، در طول هفته، از گوشت و فرآورده های گوشتی استفاده نکرده بودند و ۴۶/۳ درصد آنها در این مدت بین ۱-۳ بار در هفته و ۱۲/۳ درصد از آنها روزانه از فرآورده های گوشتی استفاده کرده بودند (۵). در مطالعه کلیشادی بر روی کودکان و نوجوانان نیز میانگین مصرف گوشت یک بار در روز بوده است (۱۰). این تفاوت می تواند به بالاتر بودن سطح آگاهی دانشجویان در مورد مصرف مواد غذایی مختلف در مقایسه با دانش آموزان و یا برنامه غذایی سلف سرویس دانشگاه مربوط باشد.

از یافته های دیگر این تحقیق، وجود تفاوتی معنی دار بین مصرف میوه و سبزیجات و محل سکونت افراد مورد مطالعه (غیر خوابگاهی بیشتر از خوابگاهی، $P=0/03$)، همچنین مصرف غذاهای آماده با محل سکونت دانشجویان (خوابگاهی بیش از غیر خوابگاهی، $P=0/002$) بود، که بیان کننده تاثیر محل سکونت بر تعیین عادات غذایی آنان است. در مطالعه امینی مصرف میوه در دانش آموزان ساکن شهر به طور معنی داری بیش از دانش آموزان روستایی بود (۵). جانسون و همکاران طی تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که شهرنشینی یکی از عوامل تاثیرگذار در میزان کیفیت مواد غذایی است (۱۸). در مطالعه پوراعتدال نیز تمایل به تغییر به سمت غذاهای آماده و کاهش در مصرف غذاهای سالم پس از ورود به دانشگاه ذکر گردیده است (۸). دلوریان زاده و همکاران نیز با مطالعه ای تحت عنوان ارزیابی وضعیت تغذیه و عوامل مرتبط با آن در بین دانشجویان شاهرود، نشان دادند که این گروه از نظر کمی و کیفی، نسبت به استاندارد، دارای کمبود بودند و در واقع دانشجویان تحت تاثیر گرسنگی پنهان ناشی از کمبود ریز مغذیها بودند (۱۹).

بطور کلی نتایج این مطالعه، حاکی از وجود اختلافاتی در زمینه انتخاب نوع مواد غذایی مصرفی بین دانشجویان در دو محل سکونت متفاوت است. از مهمترین دلایل این اختلافات را می توان سهولت دسترسی به دریافت غذاهای مناسبتر توسط دانشجویان ساکن در خانواده نسبت به دانشجویان خوابگاهی دانست که دور از خانواده بوده و دقت کافی در تهیه مواد غذایی مناسب ندارند. همچنین استرسهای ناشی از تلاش برای زندگی مستقل نیز می تواند اثر سوء در جذب مواد مغذی داشته باشد. لذا پیشنهاد می شود، ضمن دادن آگاهیهای لازم از طریق رسانه های عمومی، آموزشهای همگانی به ویژه در مدارس، برای اصلاح عاداتهای غذایی هماهنگ با توصیه های هرم راهنمای غذایی، داده شود (۵).

تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل از طرح تحقیقاتی خانم هایده علا الدوله ای و همکاران می باشد که با شماره ۸۹۳۰۲۱۰ در دانشگاه علوم پزشکی بابل تصویب گردیده است. بدین وسیله از همکاران حوزه معاونت تحقیقات و فن آوری این دانشگاه و همچنین خانم ها دکتر ثریا خفیری و دکتر شیما سام که ما را در این راه یاری نموده اند، سپاسگزاری می نمایم.

مطالعه حاضر نشان داد که بسامد مصرف میوه و سبزیجات با تکرار ۴/۹ بار در روز، بالاترین مصرف غذایی در این دانشجویان بوده و پس از آن گروه نان و فرآوردهها به مقدار ۴/۲ بار در روز مصرف می شوند.

در مطالعه امینی و همکاران در زنجان ۸/۷ درصد از افراد مورد مطالعه، در روز، حداقل ۳ بار و یا ۸۳ درصد از این افراد میوه جات و ۹۳/۲ درصد از آنان سبزیجات مصرف می کردند (۵). در مطالعه کلیشادی و همکاران، میانگین دفعات مصرف میوه و سبزی به ترتیب ۱/۲ و ۱/۱ بار در روز در کودکان و نوجوانان بوده است (۱۰). مطالعه عابدی و همکاران بر روی دانشجویان دختر مازندران نشان داد که مصرف نان و برنج در بین گروههای غذایی بیشتر از گروههای دیگر بوده است، که مشابه مطالعه حاضر است (۱۱).

در بررسی که توسط باشور در سال ۲۰۰۴ بر روی نوجوانان سوریه ای انجام شد نشان داد که مصرف میوه جات در ۴۲ درصد از نوجوانان سوریه ای، یکبار در هفته بوده و فقط ۲/۵ درصد از آنان بیش از ۳ بار در روز از میوه استفاده می کردند (۱۲). ارن اوغلو در سال ۲۰۰۶ نشان داد که ۶۸/۲ درصد از نوجوانان ترکیه ای حداقل یکبار در روز میوه مصرف می کنند (۱۳). اما در مطالعه انجام شده در Bodajoz بر روی دختران و پسران دبیرستانی، مصرف دریافت سبزیجات و میوه جات و گروه نان و فرآورده ها کمتر از حد مقادیر توصیه شده، و دریافت برنج، چربی و پاستا در حد کافی بوده است (۱۴). علت تفاوت این مطالعات با تحقیق حاضر را می توان به تفاوت در افراد مورد مطالعه، متفاوت بودن عادات غذایی در مناطق مختلف جغرافیایی و زمان نمونه گیری از دانشجویان که در این مطالعه در نیمسال اول تحصیلی یعنی مقارن با فراوانی مرکبات بوده است، نسبت داد.

میانگین بسامد مصرف غذاهای آماده، تنقلات و آجیل و دانه ها در مطالعه حاضر، کمتر از گروههای غذایی دیگر بود و مصرف غذاهای آماده در پسران بطور معنی داری بیشتر از دختران بوده است. در مطالعه انجام شده در دانشگاه تهران توسط بختیاری و همکاران بر روی دانشجویان بومی، مصرف غذاهای آماده در پسران دو برابر دختران بوده است (۱۵). همچنین پورعبداللهی طی مطالعه خود نشان داد که پس از ورود به دانشگاه، مصرف میوه، سبزی، لبنیات، آجیل و مغزها در پسران نسبت به دختران کاهش بیشتری داشته است، همچنین غذاهای کنسروی در پسران بطور معنی داری بیش از دختران بوده است (۱۶). از مهمترین دلایل پایین بودن مصرف گروههای غذایی فوق می تواند گرانتر بودن آنها برای دانشجویان نسبت به غذاهای دیگر باشد.

در مطالعه حاضر میانگین بسامد مصرف گوشت و فرآوردهها و غذاهای آماده در پسران دانشجو بطور معنی داری بیش از دختران می باشد. این تفاوت می تواند بدلیل علاقه بیشتر پسران به مصرف غذاهای گوشتی جهت عضله سازی باشد. همچنین عدم تمایل اکثریت پسران به آشپزی، منجر به گرایش آنان به مصرف غذاهای آماده، بیش از دختران، گشته است. اما در مطالعه Gazibara و همکاران در بلغراد، بین مصرف گوشت، میوه و سبزی در دختران و پسران اختلاف معنی داری دیده نشد (۱۷) که می تواند به تفاوت در عادات غذایی در بین دو جامعه مورد

References

1. Haghighi Moghadam y, Feizi A, Khalilzadeh H. Survey on physical activity and dietary habits of adolescence in high school students. *journal of urmia nursing and midwifery faculty*. 2012;10(1):11-20.
2. Deliens T, Clarys P, De Bourdeaudhuij I, Deforche B. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC public health*. 2014;14(1):53.
3. Pelletier JE, Laska MN. Campus Food and Beverage Purchases Are Associated With Indicators of Diet Quality in College Students Living Off Campus. *American Journal of Health Promotion*. 2013;28(2):80-7.
4. Talaei A, Faraji F, Mohajerani H, Saiedifar A. Nutritional status of female students in Azad university. *Journal of Urmia Nursing And Midwifery Faculty*. 2007;5.۴۶-۵۷:(۱)
5. Amini K, Mojtahedi S, Mousaiefard M. Consumption of fruits, vegetables, dairy products and meat among high school students in Zanjan Province, Iran. *Journal of School of Public Health and Institute of Public Health Research*. 2009;7(2):25-39.
6. Borzouei A, Azadbakht L. Describing the dietary habits of Isfahan young girls: assessing the status of tea consumption, processed foods, fats and cooking methods. *HEALTH SYSTEM RESEARCH*. 2010;6(2):157-64.
7. Dini H, Tavakoli H, Rahmati najarkolaei F, Dabagh moghadam A, A K. Knowledge, Beliefs and Behavior of Food Consumption among Students of Military University: The Application of Health Belief Model (HBM). *Journal of Military Medicine*. 2012;14(3):206-13.
8. Pouretedal Z, Salek zamani S, Vahid KN, Ebrahimi mamaghani M. The change in food consumption pattern of male and female students of Tabriz university of medical sciences, after entering university. *medical journal of tabriz university of medical sciences*. 2008;30(1):37-42.
9. Przybulewska K, Janda K. Questionnaire studies on the vital situation and nutritional habits of students]. *Roczniki Państwowego Zakładu Higieny*. 2004;55(4):347.
10. Kelishadi R, Ardalan G, Gheiratmand R, Sheikholeslam R, Majdzadeh S, Delavari A, et al. Do the dietary habits of our community warrant health of children and adolescents now and in future? CASPIAN Study. *Iranian journal of pediatrics*. 2005;15(2):97-109.
11. Abedi G, Mohamadpour A, Rostami F, Ahmadinia F, Rajabi M. Study of Consumption Pattern of Food and Obesity of Female Students of Mazandaran University of Medical Sciences. *journal of mazandaran university of medical sciences*. 2010;20(80):77-80.
12. Bashour H. Survey of dietary habits of in-school adolescents in Damascus, Syrian Arab Republic. *East Mediterr Health J*. 2004;10(6):853-62.
13. Erenoglu N, Ayranci U, Son O. Eating habits reported by secondary school students in a city of west Turkey. *Eating behaviors*. 2006;7(4):348-54.
14. Córdoba Caro LG, Luengo Pérez LM, García Preciado V. Dietary intake of secondary education students in Badajoz. *Endocrinología y Nutrición (English Edition)*. 2012;59(7):407-15.
15. Bakhtiyari M, Ehrampoush E, Enayati N, Rastmanesh R, Delpisheh A, Zayeri F, et al. Correlation between fast food consumption and levels of anxiety in students of medical science universities in Tehran. *the quarterly journal of fundamentals of mental health*. 2011;13(3):212-21.
16. Pour-Abdolahi P, Hakeshzadeh F. Consumption Frequency of Milk and its Products among Female Students of Tabriz University of Medical Sciences. *Journal of Research in Health Sciences*. 2011;2(1):23-7.
17. Gazibara T, Tepavcevic DBK, Popovic A, Pekmezovic T. Eating Habits and Body-weights of Students of the University of Belgrade, Serbia: A Cross-sectional Study. *Journal of health, population, and nutrition*. 2013;31(3):330.
18. Johnson RK, Johnson DG, Wang MQ, Smiciklas-Wright H, Guthrie HA. Characterizing nutrient intakes of adolescents by sociodemographic factors. *Journal of Adolescent Health*. 1994;15(2):149-54.
19. Delvarianzadeh M, Saadat S, Ebrahimi MH. Assessment of Nutritional Status and Its Related Factors among Iranian University Students: Across-sectional study. *Iranian Journal Of Health Sciences*. 2016;4(4):56-68.

Food consumption frequency in Paramedical students of Babol University of Medical Sciences living in dormitories and other places

Parvin Sajadi Kaboudi (PhD)^{1*}, Farahnaz Sedighian (MSc)², Haydeh Alaoddolehei (MSc)²,
Khadijeh Begum Rekab pour (MSc)², Ahmad Alaoddolehei (MSc)³

Received: 21 Feb 2017

Revised: 18 Mar 2017

Accepted: 20 Mar 2017

Abstract

Background and Objective: The nutritional behavior of students influences on their health and social development. Proper diet and physical activity are their most important protective health behavior. Since, college life years are critical period on the eating behavior changes, therefore, we studied on the frequency of food consumption in paramedical students.

Method: This cross-sectional study was performed on 322 paramedical students of Babol University of Medical Sciences from October 2011 to February 2012. They filled a personal data questionnaire (age, gender, place of living, etc) and food consumption frequency. Data were analyzed by SPSS 18.

Findings: From 322 students, 218 (67.8 %) and 104 (32.2 %) were females and males, respectively. The highest and lowest frequency of food consumption in a month belonged to fruit and nuts groups, respectively. The mean frequency of processed food consumption was significantly higher in dormitory students than non-dormitories ($P=0.002$). Also, fruits and vegetables were consumed by students living in non-dormitories more than those in dormitories ($P=0.03$).

Conclusion: With regard to the results, proper food consumption in non-dormitories is higher than the dormitories. Therefore, public education, particularly education in schools is suggested to improve food consumption patterns.

1. Social Determinants of Health Research Center, Health Research Institute, Babol University of Medical Sciences, Babol, I.R.Iran

2. Department of Laboratory Sciences, Faculty of Paramedical Sciences, Babol University of Medical Sciences, Babol, I.R. Iran

3. Masters of Science in Physiotherapy, Babol, Mehr Physiotherapy

* **Corresponding Author:** Parvin Sajadi Kaboudi

Address: Social Determinants of Health Research Center, Health Research Institute, Babol University of Medical Sciences, Babol, I.R.Iran

Tel: +98 9111148704

Email: psajadi@yahoo.com

Keywords: Student, Dormitory, Nutrition, Food consumption frequency, Vegetables

Please cite this article as: Sajadi Kaboudi P, Sedighian F, Alaoddolehei H, Rekab pour K, Alaoddolehei A. Food consumption frequency in Paramedical students of Babol University of Medical Sciences living in dormitories and other places. NHJ. 2017; 2(2):53-8.