مقایسه کیفیت زندگی و شاخص توده بدن زنان سالمند فعال و غیر فعال

**چکیده**

هدف: هدف از این پژوهش، مقایسه کیفیت زندگی (سلامت جسمانی، سلامت روانشناختی, روابط اجتماعی و سلامت محیط زندگی) و شاخص توده بدن زنان سالمند فعال و غیرفعال بود.

روش: 140 زن سالمند داوطلب به دو گروه فعال (70 نفر) و غیرفعال (70 نفر) تقسیم شدند. کیفیت زندگی از طریق پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت و شاخص توده بدن از طریق محاسبه (وزن بر حسب کیلوگرم) تقسیم بر (قد بر حسب متر به توان 2) به دست آمد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از روش آماری یومان ویتنی و تی مستقل انجام شد. سطح معنی داری آزمون 05/0 p< در نظر گرفته شد.

نتایج: نتایج تحقیق نشان داد که تفاوت آماری معنی داری بین مقادیر سلامت جسمانی (001/0= p)، سلامت روانشناختی (001/0= p)، روابط اجتماعی (001/0= p)، سلامت محیط زندگی (001/0= p)، کیفیت زندگی (001/0= p) و شاخص توده بدنی (031/0= p) بین دو گروه وجود داشت.

بحث: با توجه به نتایج تحقیق چنین نتیجه گیری می شود که فعالیت بدنی می تواند باعث بهبود کیفیت زندگی و شاخص توده بدنی در سالمندان شده بنابراین برای بهبود کیفیت زندگی و شاخص توده بدن در زنان سالمند، شرکت در فعالیت های بدنی توصیه می شود.

**کلمات کلیدی**: کیفیت زندگی، شاخص توده بدن، سالمندان فعال، سالمندان غیرفعال.

**References**

1. [Khezry A](https://journals.ut.ac.ir/?_action=article&au=157273&_au=Abdalrahman++Khezry) , [Arab Ameri](https://journals.ut.ac.ir/?_action=article&au=188167&_au=Elahe++Arab+Ameri) e , [Hammayattalab](https://journals.ut.ac.ir/?_action=article&au=301276&_au=Rasoul++Hammayattalab) r. 2014. he Effect of Body Mass Index on Reaction Time and Response Time of the Active and Inactive Eldery, [2014;6( 1](https://journals.ut.ac.ir/issue_6810_6811_Volume+6%2C+Issue+1%2C+Spring+2014%2C+Page+1-139.html)), 1-21.
2. Geli EA, Leal-Blanquet J, Guirro P, Hinarejos P, Pelfort X, Puig-Verdié L.. Comparison of Quality of Life Between Elderly Patients Undergoing TKA, Orthopedics. 2013, 36: 415-419.
3. Kanehisa H, Fukunaga T.. Association Between Body Mass Index and Muscularity in Healthy Older Japanese Women and Men. Journal of Physiological Anthropology, 2013, 32:1-4.

کدام روش زیر را برای ارائه مقاله خود ترجیح می دهید:

سخنرانی پوستر