

התנהגות בריאותית למניעת סוכרת סוג 2 בקרב מבוגרים יוצאי אתיופיה בישראל



דליה ביטאולין שרמן MA, שירי שנאן-אלטמן PhD

תוצאות

ביצוע פעילות גופנית

לא נמצאו הבדלים מובהקים בין יוצאי אתיופיה לילידי הארץ בביצוע פעילות גופנית. עם זאת, שיעור המדווחים על השתתפות בסוג פעילות גופנית "חוג/חדר כושר" היה גבוה יותר בקרב ילידי הארץ. מצב משפחתי רווק, רגישות נתפסת לסוכרת סוג 2, תפיסת מצב בריאות טובה, עמדות חיוביות, נורמות חברתיות חיוביות וכוונה גבוהה לבצע פעילות גופנית ניבאו ביצוע פעילות גופנית בפועל. 47.2% שונות מוסברת

צריכת תזונה בריאה

בקרב יוצאי אתיופיה, אחוז המדווחים על תזונה לא בריאה היה גבוה יותר בהשוואה לילידי הארץ. מצב משפחתי נשוי, השכלה גבוהה, רגישות נתפסת לסוכרת סוג 2, שליטה נתפסת וכוונה גבוהה לצרוך תזונה בריאה נמצאו מנבאים מובהקים לצריכת תזונה בריאה. 42.7% שונות מוסברת

רקע

יוצאי אתיופיה בישראל נמצאים בסיכון מוגבר לסוכרת סוג 2. אחת הדרכים המרכזיות למניעת סוכרת סוג 2 הינה התנהגות בריאותית הכוללת פעילות גופנית סדירה וצריכת תזונה בריאה. למרות חשיבות התנהגות בריאותית, נושא זה כמעט ולא נחקר בקרב אוכלוסיית יוצאי אתיופיה. מטרת המחקר, לבחון התנהגות בריאותית (ביצוע פעילות גופנית וצריכת תזונה בריאה) ואת הגורמים הקשורים לביצוע בקרב יוצאי אתיופיה, בהשוואה לילידי הארץ, על בסיס מודל ההתנהגות המתוכננת.

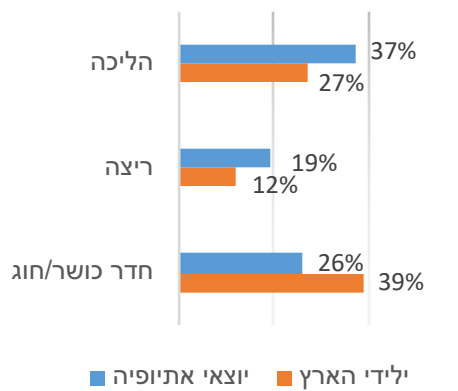
שיטה

מחקר חתך אשר כלל 207 משתתפים בני 30 ומעלה, אשר אינם חולים בסוכרת מסוג 2, 110 יוצאי אתיופיה ו-97 ילידי הארץ, אשר נדגמו במדגם נוחות וענו על שאלון למילוי עצמי.

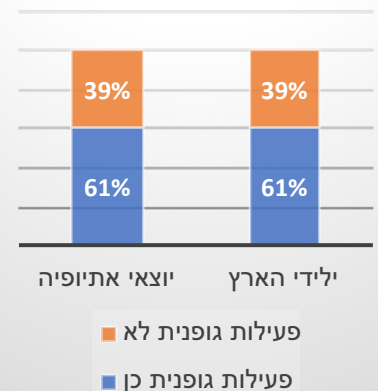
צריכת תזונה בריאה



סוגי פעילות גופנית



פעילות גופנית



שליטה נתפסת כוונה

רגישות נתפסת לסוכרת סוג 2

נשוי/אה השכלה גבוהה

צריכת תזונה בריאה

42.7% שונות מוסברת

עמדות נורמות סובייקטיביות כוונה

רגישות נתפסת לסוכרת סוג 2 תפיסת מצב בריאות

רווק/ה

ביצוע פעילות גופנית

47.2% שונות מוסברת

דין

הממצאים מלמדים כי יוצאי אתיופיה אינם מקדמים דיו את מצבם הבריאותי, על אף היותם בסיכון לחלות בסוכרת סוג 2. התנהלות זו מאפיינת אוכלוסיות מהגרים לארצות מערב, אשר עם השנים מאמצים את דפוסי ההתנהגות הבריאותית של האוכלוסייה המקומית ובכך מאבדים את היתרון הבריאותי עמו הגיעו מארץ המוצא.