



دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

کاربرگ ترجمان دانش طرح‌های پژوهشی

شماره:
تاریخ:
پوست:

عنوان طرح پژوهشی	طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه ارتقاء سالمندی فعال: مطالعه ترکیبی
کد طرح	۳۴۰۰۳۵۴
نام و نام خانوادگی مجری طرح	دکتر مریم اقبالی - دکتر زیبا فرج زادگان
نام و نام خانوادگی همکاران طرح	شهلا ایوبی ماهانی (دانشجو) - دکتر ماهرخ کشوری
دانشکده/مرکز تحقیقاتی	دانشکده پرستاری و مامایی اصفهان

۱. مخاطبان طرح پژوهشی (لطفاً ضمن انتخاب افراد یا گروه‌هایی که بتوانند به طور مستقیم از نتایج طرح استفاده نمایند، به هر کدام از آنها وزن ۱ تا ۵ بدهید)

- ① **گیرندگان خدمات سلامت** (مردم، بیماران، رسانه‌ها)
- ② **ارائه‌کنندگان خدمات سلامت** (پزشکان، داروسازان، پرستاران، ماماها و ...)
- ③ **مدیران و سیاست‌گزاران نظام سلامت** (مدیران بیمارستان، دانشگاه، سازمان غذا و دارو، معاونت بهداشتی و ...)
- ④ **سایر مخاطبین** (مثلاً سازمان‌های مردم‌نهاد، خیرین، بهزیستی، آموزش و پرورش، مدیران خارج از نظام سلامت)

۲. آیا این خبر می‌تواند از نظر اجتماعی، سیاسی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته‌باشد؟

بله خیر نمی‌دانم

۳. استخراج و نگارش پیام پژوهشی

الف. عنوان پیام یا خبر (حداکثر ۱۵ کلمه)

استفاده از برنامه ارتقاء سالمندی فعال، منجر به بهبود سالمندی فعال می‌شود.

ب. مقدمه و اهمیت موضوع (حداکثر ۴۰ کلمه)

یکی از راهکارهایی که در اکثر کشورهای دنیا برای پدیده سالمندی و کاهش اثرات نامطلوب تغییرات جمعیتی در نظر می‌گیرند، بستر سازی برای سالمندی فعال است. مطالعه با هدف "طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه ارتقاء سالمندی فعال" انجام گرفت.

شماره:

تاریخ:

پوست:

ج. یافته‌ها و پیام‌های اصلی پژوهش را به بدون استفاده از واژگان تخصصی و به زبان ساده بنویسید:

توجه: طرح ممکن است یک یا بیش از یک پیام داشته باشد. مسؤولیت صحت پیام‌ها بر عهده مجری طرح می‌باشد.

پیام شماره ۱: (حداکثر ۵۰ کلمه)

نیازها، موانع و تسهیل کننده‌های سالمندی فعال از مطالعه کیفی و همچنین برنامه‌های مربوطه از مرور متون استخراج شدند. تدوین برنامه ارتقا سالمندی فعال با در نظر گرفتن سه گروه هدف و رویکرد برنامه ریزی مبتنی بر سالمند، در سه بخش مقدمه، کلیات و محتوای برنامه با ۹۴/۶ درصد توافق به تایید متخصصان رسید.

پیام شماره ۲: (حداکثر ۵۰ کلمه)

با اثربخشی مثبت اجرای بخشی از برنامه، می‌توان ادعا کرد که اینگونه برنامه‌ها، مداخلات کم‌هزینه، آسان، کاربردی و مؤثری جهت بهبود فعالیت فیزیکی می‌باشند و می‌توانند تأثیرات مثبتی بر سالمندی فعال داشته باشند که نیازمند برنامه‌ریزی، حمایت و سرمایه‌گذاری در سطوح ملی و منطقه‌ای به منظور تسهیل سالمندی فعال در میان سالمندان است.

پیشنهاد برای کاربرد نتایج (حداکثر ۴۰ کلمه)

با توجه به شناسایی موارد مورد نیاز در برنامه‌ریزی و تدوین برنامه ارتقاء سالمندی فعال، این برنامه می‌تواند به عنوان الگویی در ارتقاء سالمندی فعال مورد استفاده سیستم بهداشتی و درمانی قرار گیرد.

کدامیک از روش‌های انتقال پیام را پیشنهاد می‌کنید؟ (می‌توانید بیش از یک مورد را انتخاب کنید)

- تشکیل جلسه با گروه مخاطب، ذی‌نفعان و استفاده‌کنندگان بالقوه برای معرفی نتایج پژوهش
- انتشار مقاله در مجلات علمی - پژوهشی داخلی
- انتشار مقاله در مجلات علمی - پژوهشی خارجی
- انتشار نتایج پژوهش در روزنامه‌ها و مجلات کثیرالانتشار
- انتشار نتایج در خبرنامه‌ها و بولتن‌های درون‌سازمانی
- ارائه در کنفرانس‌ها و سمینارهای داخلی
- ارائه در کنفرانس‌ها و سمینارهای خارجی
- ارائه یافته‌های پژوهش به خبرنگاران و شرکت در مصاحبه‌ها
- ارسال خلاصه یا گزارش کامل برای گروه‌های هدف
- قرار دادن خلاصه یا گزارش کامل طرح بر روی وبسایت برای دسترسی استفاده‌کنندگان بالقوه
- تهیه راهنما، بروشور، کتابچه، و غیره به زبان ساده و متناسب با مخاطبین
- انجام اقدامات لازم برای تجاری‌سازی نتایج پژوهش (ثبت اختراع، عقد قرارداد با صنعت و غیره)
- سایر موارد (لطفاً نام ببرید)

۴. چکیده طرح تحقیقاتی:

مقدمه: سالمندی و افزایش آن در سال های اخیر، به یک پدیده جهانی تبدیل و منجر به ایجاد بسیاری از چالش های فردی و جمعی شده است. یکی از راهکارهایی که در اکثر کشورهای دنیا برای این چالش و کاهش اثرات نامطلوب تغییرات جمعیتی در نظر می گیرند، بستر سازی برای سالمندی فعال است. کشورها با توجه به ابعاد اقتصادی و اجتماعی مرتبط با پدیده سالمندی، برنامه ریزی هایی با هدف حفظ استقلال سالمندان پایه ریزی کرده اند و به تهیه برنامه های مدون برای سالمندی فعال پرداخته اند. در ارتباط با خدمات ارائه شده به سالمندان در ایران، برنامه ریزی های فعلی، نیازهای سالمندان را پوشش نمی دهد و زندگی غیرفعال گریبان گیر سالمندان کنونی ایران می باشد. بنابراین برنامه ریزی و زمینه سازی جهت فراهم کردن بسترهای سالمندی سالم و فعال یک اولویت اجتناب ناپذیر در کشور است. از این رو مطالعه حاضر با هدف "طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه ارتقاء سالمندی فعال" انجام گرفت.

مواد و روش ها: برای انجام پژوهش حاضر، یک مطالعه ترکیبی انجام گرفت. طراحی برنامه بر مبنای شش گام برنامه ریزی تالوت و وریندر بود. گام اول، تحلیل نیازها بود. بدین منظور نیازها، موانع و تسهیل کننده های سالمندی فعال طی یک مطالعه کیفی و برنامه های سالمندی فعال از مرور متون شناسایی شدند. در گام دوم و سوم برنامه ریزی، جهت اولویت بندی نیازهای سالمندی فعال و راهکارهای مربوط به آنها، از دو راند دلفی استفاده شد و طراحی اولیه برنامه انجام گرفت. سپس این برنامه، جهت اجماع در نسخه نهایی و همچنین انتخاب بخشی از آن جهت اجرا، وارد پانل متخصصین شد و به تصویب رسید. در گام های چهارم، پنجم و ششم برنامه ریزی، مطالعه کمی با هدف تعیین تاثیر اجرای قسمتی از برنامه ارتقای سالمندی فعال بر فعالیت فیزیکی و فعال بودن سالمندان ۶۵-۶۰ ساله شهر اصفهان در سال ۱۴۰۱ انجام گرفت و سطح فعالیت فیزیکی و سالمندی فعال قبل، بلافاصله و یک ماه بعد از اتمام مداخله سنجیده شد. این مطالعه از نوع نیمه تجربی تک گروهی، بر روی ۷۰ نفر از سالمندان انجام گرفت. مقایسه میانگین نمره فعالیت فیزیکی و سالمندی فعال در این سه زمان، با استفاده از روش آنالیز واریانس با تکرار مشاهدات و آزمون های تعقیبی انجام گرفت.

یافته ها: در گام اول، نتایج حاصل از مطالعه کیفی، نیازهای سالمندی فعال را در سه طبقه نیازهای جامع فردی، نیازهای آموزشی و اطلاع رسانی و نیازهای مدیریتی، موانع سالمندی فعال در چهار طبقه فردی، خانوادگی، ساختاری در جامعه و سیستم بهداشتی و همچنین تسهیل کننده های سالمندی فعال را در چهار طبقه ظرفیت وجودی سالمند، ظرفیت خانواده، جامعه و سیستم بهداشتی نشان داد. در گام دوم و سوم، نیازهای دارای اولویت شامل نیازهای آموزشی خودمراقبتی و خودکارآمدی، نیازهای فیزیولوژیکی و نیازهای روانی-عاطفی در سالمند، آماده سازی خانواده برای حمایت از سالمند و صلاحیت های محوری در ارائه دهندگان خدمات سلامت از راند اول دلفی و راهکارهای دارای اولویت مربوط به این نیازها، از راند دوم، شناسایی شدند. نسخه نهایی برنامه در پانل

شماره:

تاریخ:

پیوست:

متخصصین با ۹۴/۶٪ توافق، به تایید رسید و بخشی از برنامه که مربوط به فعالیت فیزیکی بود، برای اجرا انتخاب گردید. تحلیل داده های مطالعه مداخله ای نشان داد که میانگین نمره کل فعالیت فیزیکی و سالمندی فعال در سالمندان بین سه زمان اختلاف معنادار داشت ($P < 0/001$) به طوری که این میانگین ها قبل از مداخله به طور معناداری کمتر از دو زمان بلافاصله و یک ماه بعد از اتمام مداخله ($P < 0/001$) و بلافاصله بعد از اتمام مداخله به طور معناداری بیشتر از یک ماه بعد از اتمام مداخله بود ($P < 0/001$).

نتیجه گیری: با توجه به شناسایی موارد مورد نیاز در برنامه ریزی و تدوین برنامه ارتقاء سالمندی فعال، این برنامه می تواند به عنوان الگویی در ارتقاء سالمندی فعال مورد استفاده سیستم بهداشتی و درمانی قرار گیرد. همچنین با اثربخشی مثبت اجرای بخشی از برنامه، می توان ادعا کرد که اینگونه برنامه ها، مداخلات کم هزینه، آسان، کاربردی و مؤثری جهت بهبود فعالیت فیزیکی می باشند و می توانند تأثیرات مثبتی بر سالمندی فعال داشته باشند که نیازمند برنامه ریزی، حمایت و سرمایه گذاری در سطوح ملی و منطقه ای به منظور تسهیل سالمندی فعال در میان سالمندان است.

کلید واژه ها: سالمندی فعال، برنامه ریزی، سالمندان، فعالیت فیزیکی، مطالعه ترکیبی

۵. عنوان (ها) و آدرس اینترنتی مقاله (های) مستخرج از طرح:

الف. مقاله فارسی:

عنوان: عوامل بازدارنده و تسهیل کننده سالمندی فعال: یک مطالعه کیفی

<https://salmandj.uswr.ac.ir/>

ب. عنوان مقاله انگلیسی:

Title: Active aging needs from the perspectives of older adults and geriatric experts: a qualitative study

<https://www.frontiersin.org/journals/public-health>

Title: Essential factors and key features in designing active aging programs and their outcomes: A narrative review study

<https://www.jehp.net/>

۶. تصاویر حاصل از نتایج انجام طرح تحقیقاتی (Max):

امضاء مجری طرح پژوهشی

(۲۰۰ Kb | JPG,PNG,GIF)

