



## **ثبات در الگوهای رفتاری سلامت در میانسالی: یک مطالعه پیگیری**

**ناهید جراحی\* - مسئول بخش داخلی بیمارستان (Jarrahi.Nahid@gmail.com)**

**مقدمه و هدف:** این مطالعه زیرگروههایی از بزرگسالان با الگوهای رفتاری خاص در مورد سلامت، پایداری آنها در طول ۵ سال و نقش ویژگی‌های اجتماعی-جمعیتی و شخصیتی در آنها را در ایران بررسی کرد

### **روش‌ها**

داده‌های مربوط به سیگار کشیدن، مصرف الکل و فعالیت بدنی در سنین ۴۲، ۵۰ و ۶۱ در مطالعه طولی شخصیت و توسعه اجتماعی یوآسکیلا (n=205-302) جمع‌آوری شد. از تجزیه و تحلیل‌های کلاس پنهان، انتقال پنهان و رگرسیون لجستیک استفاده شد

نتایج: چهار کلاس مشابه از رفتارهای بهداشتی در هر سن شناسایی شد. کلاسی به نام مصرف کم الکل - (AC) فعالیت بدنی بالا (PA) شامل افرادی با کمترین میزان مصرف الکل و بالاترین میزان فعالیت بدنی و کلاسی به نام AC بالا - فعالیت بدنی پایین (PA) برعکس بود. کلاس‌های بین این دو حد افراطی مصرف الکل و سطح فعالیت بدنی، افراد غیرسیگاری با کمترین نسبت سیگاری‌ها و افراد سیگاری برعکس بودند. اگرچه انتقال‌ها ظاهر شدند، عضویت در کلاس‌ها نسبتاً پایدار بود. زنانی که متأهل، دارای مدرک تحصیلی، دارای وضعیت شغلی بالاتر و دارای ویژگی‌های شخصیتی خاص در سن ۴۲ سالگی بودند، در مقایسه با زنانی که عضویت ثابتی در AC بالا PA - پایین داشتند، احتمال بیشتری داشت که به طور مداوم به طبقات سالم‌تر تعلق داشته باشند.

**نتیجه‌گیری:** رفتارهای بهداشتی به صورت الگو وجود دارند، در طول بزرگسالی نسبتاً پایدار هستند و با ویژگی‌های اجتماعی-جمعیتی و شخصیتی مرتبط هستند.

**کلمات کلیدی:** ثبات، الگوی رفتاری، میانسالی