

## تأثیر مداخلات تغذیه‌ای و فعالیت فیزیکی بر کاهش وزن و تناسب اندام

### سردبیر محترم

مقاله منتشر شده در شماره ۱۵ (بهمن و اسفند) سال ۱۳۹۰ نشریه بهبود تحت عنوان "تأثیر مداخلات تغذیه‌ای و فعالیت فیزیکی بر کاهش وزن و تناسب اندام" را با اشتیاق مطالعه نمودم. ضمن تشکر از نویسندگان محترم مقاله به دلیل نگارش این مقاله ارزشمند، در رابطه با این مطالعه مواردی به نظر می‌رسد که لازم است به رؤیت خوانندگان نشریه برسد:

۱- لزوم انجام مطالعه به روشنی بیان نشده است. نویسندگان مقاله، هدف از انجام این تحقیق را بررسی "میزان تأثیر رژیم درمانی و فعالیت بدنی در کاهش وزن افراد مراجعه‌کننده به کلینیک رژیم‌درمانی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه" ذکر می‌کنند (۱). اما نه در مقدمه و نه در قسمت بحث مقاله، تفاوت‌های مطالعه حاضر با مطالعات پیشین بیان نشده است. اصولاً، مشخص نیست که با توجه به مطالعات بی‌شماری که در سطح جهان بر روی این موضوع انجام گرفته (و به تعدادی از آنها در منابع مقاله اشاره شده است) و اکثر آنها تأثیر رژیم‌های درمانی و برنامه‌های فعالیت بدنی و ورزش را در کاهش وزن نشان داده‌اند، انجام یک مطالعه مشابه چه توجیهی می‌تواند داشته باشد. نویسندگان در این رابطه مثلاً می‌توانستند به روش متفاوت و یا انجام مطالعه بر جامعه‌ای متفاوت (مردم کرمانشاه) اشاره کنند ولی در این صورت بایستی شواهدی ارائه می‌دادند که نشان دهد مردم این منطقه نسبت به سایر نقاط دنیا ممکن است به برنامه‌های مداخلات تغذیه‌ای و فعالیت فیزیکی، پاسخ‌های متفاوتی بدهند (مثلاً به دلیل شرایط خاص اقلیمی یا فرهنگی - اجتماعی این منطقه).

۲- نویسندگان روش مطالعه را کارآزمایی بالینی ذکر کرده‌اند. در طراحی یک کارآزمایی بالینی واقعی باید حداقل یک گروه کنترل (و در بعضی مطالعات بیش از یک گروه) در نظر گرفت، که در این مطالعه می‌توانست گروهی باشد که هیچ مداخله‌ای دریافت نمی‌کنند و یا مداخله متفاوتی دریافت می‌کنند. در رابطه با اهمیت و لزوم داشتن گروه کنترل در یک کارآزمایی بالینی، خوانندگان به منابع مربوطه ارجاع داده می‌شوند (۲). البته، در بعضی شرایط انجام یک مطالعه به سبک تحقیق حاضر، قابل انجام است که در آن صورت نام یک تحقیق نیمه‌تجربی (quasi-experimental) را به خود خواهد گرفت و محدودیت‌های خاص خود را خواهد داشت. در هر صورت محققین باید توجیهات کافی برای در نظر نگرفتن گروه کنترل در مطالعه داشته باشند، مثلاً به دلیل محدودیت‌های اخلاقی، گاهی نمی‌توان بیماران را از انجام درمان محروم کرد. به هر جهت، نویسندگان در این مطالعه توجیه کافی برای نداشتن گروه کنترل ارائه نداده‌اند.

۳- در ارائه نتایج مطالعه، تنها در مورد دو متغیر وزن و BMI، کل گروه علاوه بر مردان و زنان بررسی شده اما در مورد سایر متغیرها چنین کاری انجام نگرفته که دلیل آن مشخص نیست. در هر صورت، هدف اصلی مطالعه بررسی متغیرها در کل گروه بوده است و بررسی مردان و زنان به عنوان یک هدف فرعی در نظر گرفته می‌شود.

۴- نویسندگان توضیح نداده‌اند که به چه دلیل از روش repeated measure برای بررسی متغیرهای وزن و BMI استفاده کرده‌اند ولی برای سایر متغیرها روش متفاوتی به کار برده‌اند. البته در روش کار توضیح داده‌اند که وزن و BMI، هر ماهه اندازه‌گیری می‌شد ولی سایر متغیرها در اولین مراجعه افراد به کلینیک رژیم‌درمانی اندازه‌گیری شدند. در مورد اندازه‌گیری سایر متغیرها در آخرین مراجعه در بخش روش کار توضیحی داده نشده است و خواننده به فراست این موضوع را در می‌یابد. به هر شکل، در رابطه با این تفاوت در بررسی متغیرهای مطالعه توضیحی ارائه نشده است.

«دریافت: ۱۳۹۱/۴/۱۴ پذیرش: ۱۳۹۱/۹/۱۴»

علی قنبری<sup>۱\*</sup>

۱. گروه فیزیوتراپی، دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز

\*عهده‌دار مکاتبات: شیراز، بلوار شهید چمران، خیابان ابیوردی ۱، دانشکده علوم توانبخشی، تلفن ۰۷۱۱-۶۲۷۱۵۵۱

Email: ghanbary@sums.ac.ir

## References

1. Pasdar P, Moridi S, Najafi F, Niazi P, Heidary M. [The effect of nutritional intervention and physical activities on weight reduction (Persian)]. Journal of Kermanshah University of Medical Sciences. 2012;15(6):427-34.
2. Machin D, Fayers PM. Randomized clinical trials: design, practice and reporting: Wiley. 2010.