



Die assosiasie tussen liggaamsmassa-indeks en gemoedstoestand

Authors:

J.E. Harvey¹
E.O. Govender¹
P. Du Toit¹
R. Grant²

Affiliations:

¹Department of Physiology,
University of Pretoria,
South Africa

²Department of Sports
Medicine, University of
Pretoria, South Africa

Correspondence to:

J.E. Harvey

Email:

jaquelineharvey@gmail.com

Postal address:

PO Box 2034, Pretoria 0001,
South Africa

How to cite this abstract:

Harvey, J.E., Govender, E.O., Du Toit, P. & Grant, R., 2013, 'Die assosiasie tussen liggaamsmassa-indeks en gemoedstoestand', *Suid-Afrikaanse Tydskrif vir Natuurwetenskap en Tegnologie* 32(1), Art. #797, 1 page. <http://dx.doi.org/10.4102/satnt.v32i1.797>

Note:

This paper was initially delivered at the Annual Congress of the Biological Sciences Division of the South African Academy for Science and Art, ARC-Plant Protection Research Institute, Roodeplaat, Pretoria, South Africa on 01 October 2010.

Copyright:

© 2013. The Authors.
Licensee: AOSIS
OpenJournals. This work is licensed under the Creative Commons Attribution License.

Read online:



Scan this QR code with your smart phone or mobile device to read online.

The association between body mass index and mood state. The weight of an individual appears to have an influence on mood state. Therefore, the purpose of this study was to evaluate this potential relationship. It was found that body mass index (BMI) does not have an association with the emotions of this sample ($N = 206$).

Inleiding

Dit is bekend dat beide oorgewig en ondergewig individue 'n verhoogde risiko vir depressie toon. Hierdie studie ondersoek die verhouding tussen liggaamsmassa-indeks (LMI) en emosies. As die twee faktore en die verband tussen hulle verstaan word, kan dit lei tot 'n beter begrip in die behandeling van die twee versteurings.

Materiaal en metodes

Data ('n steekproef) van 206 vrywilligers (almal rekrute) uit 'n opleidingseenheid vir die Gewapende Magte is versamel deur die volgende metode te gebruik: die gewig en lengte van die deelnemers is geneem en die LMI is bereken ($LMI = kg/m^2$). Die 'Profile of Mood State Questionnaire' (POMS) is gebruik om die bui van die deelnemers te bepaal. Die emosies wat spesifiek geïdentifiseer is, is spanning-angs, kragaktiwiteit, verwarring-verwildering, moegheid-traagheid, depressie-verslaenheid, en woede-vyandigheid. Hierdie subskale is ook gebruik om die tellings te bereken vir die totale-humeur-ondergang (TMD). Korrelasies tussen die gemoed en LMI is ook ondersoek. 'n Vergelyking tussen die LMI en humeur van mans en is ook onderneem met behulp van t-toetse (onafhanklike steekproewe). Alle inligting is ontleed met behulp van SPSS 17.0™ sagteware.

Resultate

Die gemiddelde ouderdom van die steekproef was 20.39 jaar met 'n SD = 1.225 en die gemiddelde LMI is 'n gesonde 22.959 kg/m^2 SD = 3.156. Met 'n vergelyking tussen die mans en vrouens, is daar slegs 'n beduidende verskil met betrekking tot die LMI ($p < 0.05$) waar die vroue-LMI aansienlik hoër is as dié van mans. Die korrelasies tussen LMI en die verskeie POMS -subskale is swak of matig ($r < 0.08$). Die enigste sterk korrelasies wat gevind is, is tussen TMD en spanning-angs ($r = 0.835$), moegheid-traagheid ($r = 0.822$) en depressie-verslaenheid ($r = 0.875$) subskale.

Bepreking

Die behoud van 'n optimale LMI is nie net belangrik vir fisiese gesondheid nie, maar ook vir die geestelike welsyn van 'n persoon: in hoë-spanning omgewings, soos 'n opvoedkundige fasiliteit vir gewapende dienste studente, is dit noodsaaklik vir prestasie en gesondheid, dat lede beide fisies en sielkundig geskik is vir die veeleisende beroep. Die resultate van hierdie studie weerspreek die literatuur. Vorige studies dui aan dat LMI verband hou met negatiewe emosies. Een verklaring vir hierdie resultate is dat die steekproef bestaan het uit meestal gesonde studente en dat beide die LMI en POMS-tellings geen betenissvolle versteurings aangedui het nie. Toekomstige studies moet deelnemers met hoë LMI-metings ($> 25 kg/m^2$), asook meer negatiewe emosionele profiele insluit. 'n Ander interessante bevinding is dat die mans se LMI laer was as dié van vrouens. Dit was 'n onverwagse bevinding, aangesien mans fisiologiese verskille het wat sal lei tot 'n hoër LMI. 'n Beperking tot die studie was dat die POMS nie elke dag op presies dieselfde tyd gemeet is nie en dat daar dalk tyds-effekte kon plaasgevind het. Verder kon die deelnemers ook hul gevoelens verdoesel en die vroeë oneerlik beantwoord het. In toekomstige studies sal stappe geneem moet word om te verseker dat die tydsberekening van die POMS-toetsing konstant is. Dit moet ook verder beklemtoon word dat niemand gepenaliseer sal word oor antwoorde wat gegee is nie. 'n Interessante, toekomstige uitbreiding van hierdie studie mag 'n ondersoek wees na die korrelasies tussen LMI en emosie wanneer die vrouens van 'n gelyke of laer LMI as die mans is.