

عنوان مقاله:

بررسی رابطه بین اضطراب کرونا ویروس و رفتار تغذیه ای در زنان سالمند ورزش یوگا

محل انتشار:

فصلنامه تحقیقات در علوم ورزشی و گیاهان دارویی، دوره 2، شماره 6 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 0

نویسنده:

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: شیوع بیماری کرونا ویروس (کووید ۱۹) در سال ۲۰۱۹ به عنوان یک همه گیری جهانی موجب اختلال در روند طبیعی زندگی بشری گردید و اختلالات جسمی و روانی و مرگ و میر فراوانی را به دنبال داشت. اگرچه نقش رژیم غذایی مناسب و فعالیت بدنی منظم در بهبود بسیاری از بیماری ها گزارش شده است. با این حال نقش این دو مداخله در پیشگیری از اضطراب ناشی از ویروس کرونا هنوز شناخته نشده است. از این رو مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه بین اضطراب کرونا ویروس و رفتار تغذیه ای در زنان سالمند ورزش یوگا انجام شد. مواد و روش ها: در این مطالعه علی مقایسه ای و پس رویدادی ۱۲۰ زن سالمند ورزش یوگا به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند و پس از تشریح مزایای تحقیق، پرسشنامه های اضطراب کرونا ویروس و رفتار تغذیه ای در بین آزمودنی ها توزیع و پس از تکمیل گردآوری شد. جهت تجزیه و تحلیل استنباطی یافته ها از ضریب همبستگی اسپیرمن در نرم افزار SPSS/۱۶ و سطح معناداری $P \leq 0.05$ استفاده شد. یافته ها: رابطه معنی داری بین رفتار تغذیه ای و علائم روانی اضطراب کرونا ویروس وجود ندارد ($P=0.94/0$). با این وجود رابطه معنی دار منفی بین رفتار تغذیه ای و علائم جسمانی اضطراب کرونا ویروس وجود دارد ($P=0.1/0$) بدین معنی که با افزایش رفتار تغذیه ای میزان علائم جسمانی اضطراب کرونا ویروس کاهش می یابد. بحث و نتیجه گیری: به نظر می رسد تغذیه مناسب موجب کاهش اضطراب جسمی ناشی از همه گیری بیماری کووید-۱۹ می گردد؛ با این حال تحقیقات بیشتری در ارتباط با ابعاد روانشناختی، فرهنگی و اقتصادی جوامع درگیر نیاز است.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1514141>

