

## عنوان مقاله:

بررسی تعاملی سبک زندگی و گرایش جوانان به مصرف دخانیات

## محل انتشار:

هشتمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

علیرضا خادمی - استادیار فیزیولوژی ورزشی - قلب و عروق و تنفس، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، جهرم، فارس، جمهوری اسلامی ایران

محمد شرف - دانشجوی مقطع کارشناسی علوم ورزشی، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، جهرم، فارس، جمهوری اسلامی ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه: بدون تردید مصرف روز افزون مواد مخدر و دخانیات یکی از بزرگترین مشکلات سلامت و تندرستی و یک معضل بزرگ اجتماعی محسوب می گردد. اعتیاد و مصرف دخانیات، یکی از عوامل مهم بیماری زا و خطر زای قلبی- عروقی و تنفسی است که این بیماری علت بیش از یک سوم مرگ و میر های جهان است. روش: در این تحقیق تحلیلی استنتاجی، ما با در نظر گرفتن گزارشات، مطالعات، مقالات و یافته های موجود در زمینه تاثیر تعاملی سبک زندگی و مصرف مواد دخانی و خصوصا سیگار، به بیان علل و عوامل گرایش به سمت دخانیات، تاثیرات آن بر سلامت و تندرستی و بیان راهکار از طریق ورزش و اوقات فراغت می پردازیم. یافته ها: بر اساس گزارشات منتشر شده از تحقیقات، پژوهش ها و گزارشات نهایی مراکز و موسسات بهداشتی، درمانی و آموزشی میانگین شروع مصرف دخانیات  $20/6 \pm 6/8$  سال است. بیش از 65 درصد جوانان که در آنها دانشجویان سهم عمده ای داشتند، به سبک زندگی فعال کاملا بی توجه و کم توجه بودند. در بیش از 40 درصد موارد، اولین پیشنهاد کننده مصرف سیگار، گروه همسالان غیر فعال بودند. این مورد در خوابگاه های دانشجویی به وضوح خود را نشان می دهد. نیمی از جوانان بیان کردند که قبل از اعتیاد به مخدر، سیگار مصرف می کردند نتیجه گیری: بی توجهی به سبک زندگی، عدم وجود برنامه منظم ورزشی و اوقات فراغت سالم، معاشرت با گروه همسالان غیر فعال، عدم وجود ارتباطات اجتماعی مناسب و بی توجهی به ورزش به عنوان عاملی جهت اجتماعی شدن، می تواند در گرایش جوانان به مصرف دخانیات نقش موثری داشته باشد.

## کلمات کلیدی:

سبک زندگی، سلامتی، ورزش، اوقات فراغت، دخانیات

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1649526>

