

عنوان مقاله:

بررسی اثرات سفر فعال بر سلامت و کیفیت زندگی

محل انتشار:

نهمین کنفرانس ملی فناوری های نوین در مهندسی عمران، معماری و شهر سازی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسنده:

زهرا طارمی نژاد شیرازی - ۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت شهری، موسسه آموزش عالی آپادانا، شهرداری شیراز، ایران

خلاصه مقاله:

تمایل روزافزون مردم به سفر با وسایل نقلیه موتوری به میزان قابل توجهی به آلودگی هوا و مشکلات ترافیکی کمک می کند. به نظر می رسد سفر فعال، یعنی پیاده روی و دوچرخه سواری، راه حلی عملی برای وضعیت کنونی تحرک شهری باشد. هدف این مقاله بررسی اثرات سفر فعال بر سلامت و کیفیت زندگی و تعیین عوامل موثر بر رفتار سفر است. یک مرور ادبیات ساختاری انجام شد که ارتباط قوی پیاده روی/دوچرخه سواری را با مهار بیماری های غیرواگیر و تقویت رفاه و اعتماد به نفس نشان داد. علاوه بر این، یک نظرسنجی پرسشنامه ای در یونان انجام شد که به نگرش و ادراک ۵۰۷ نفر نسبت به سفر فعال، سلامت و کیفیت زندگی پرداخت. نتایج نشان داد که شرکت کنندگان نگرش مثبت تری نسبت به پیاده روی نسبت به دوچرخه سواری دارند، در حالی که ویژگی هایی مانند سن، جنسیت، شاخص توده بدنی، شرایط جسمی و سلامتی تعیین کننده رفت و آمد فعال و در نتیجه رضایت از زندگی است.

کلمات کلیدی:

کلمات کلیدی: پایداری پیاده روی؛ دوچرخه سواری؛ فعالیت بدنی؛ تندرستی؛ رفتار سفر.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1940292>

