

البحث الخامس

مستويات النشاط البدني بين سكان محافظة الفيوم (مصر): مسح مجتمعي

مقدمة:

يعد عدم النشاط البدني أحد أهم مشكلات الصحة العامة في القرن الحادي والعشرين. انها تلعب دور فعال في الوقاية من كل من الأمراض غير المعدية والموت المبكر. مجتمع قائم

اهداف البحث:

تم إجراء مسح مجتمعي لتقييم مستوى النشاط البدني بين أفراد الأسرة وللتعرف على العوامل الديموغرافية المرتبطة بعدم النشاط البدني

منهجية البحث:

تم إجراء المسح المجتمعي علي عينة من 5000 أسرة مختارة باستخدام عينة عشوائية متعددة الطبقات العنقودية. وتم استخدام استبيان معتمد من منظمة الصحة العالمية (استبيان النشاط البدني العالمي (GPAQ) في جمع البيانات المطلوبة.

النتائج:

تبين من الدراسة ان حوالي 25.2٪ من مجتمع الدراسة يمارس نشاطاً بدنياً أقل من المستوى الموصى به من قبل منظمة الصحة العالمية للفئات العمرية المختلفة. ان كلا من الإناث (31.3 ٪) ، والمراهق (42.6 ٪) ، وكبار السن (57.1 ٪) ، وربات البيوت (38.8 ٪) ، و محدودي الدخل (32.5 ٪) هم الاقل ممارسة الرياضة والنشاط البدني.

التوصيات:

خلصت الدراسة إلى أن ممارسة النشاط البدني بمجتمع الفيوم أقل من المستوى الموصى به من قبل منظمة الصحة العالمية خاصة بين الإناث والمراهقين ، كبار السن وسكان الأسر ذات الدخل المنخفض. ينبغي التوصية بمزيد من الدراسات.

كلمات البحث :

الخمول البدني ، النشاط الترفيهي ، استبيان النشاط البدني العالمي