

بررسی نقش برنامه ریزان شهری در سلامت افراد و افزایش فعالیت بدنی

زهراکعبی زاده^{1*}، آرمین ریاحی سامانی²

۱- کارشناسی اتاق عمل دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، zahrakabizadeh@yahoo.com

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد برنامه ریزی شهری ، دانشگاه دانش پژوهان پیشرو اصفهان Armin_riahi91@yahoo.com

چکیده

امروزه با گسترش شهرها و افزایش استفاده از وسایل حمل و نقل موتوری تحرک و فعالیت های فیزیکی و بدنی در افراد جامعه با کاهش شدیدی رو به رو شده است. فعالیت های فیزیکی و بدنی می تواند کیفیت زندگی افراد جامعه را تحت تاثیر قرار دهد و سبب افزایش کیفیت زندگی افراد شود. همچنین عدم فعالیت های بدنی می تواند سبب بروز بیماری ها و مشکلات عدیده ایی از جمله چاقی، دیابت، پرفشاری خون، بیماری های قلب و عروق ، سرطان و سکتة مغزی در افراد شود. هدف از این مقاله بررسی نقش برنامه ریزان شهری در افزایش فعالیت های بدنی و ارتقا سطح سلامت افراد جامعه می باشد. در این مقاله با استفاده از روش کتابخانه ای به بررسی گسترده ابعاد موضوع پرداخته شده است و در پایان به ارائه راهکار و پیشنهاد هایی برای افزایش فعالیت های فیزیکی و بدنی در بین افراد جامعه پرداخته شده است.

واژه های کلیدی: برنامه ریزی شهری، فعالیت بدنی، سلامت عمومی، بهداشت محیط