



افزایش زندگی ساکن با افزایش سن در کودکان

طبق مطالعات انجام شده در دانشگاه نیوکاسل، کودکان 9 تا 12 سال حتی اگر فعال باشند به زندگی ساکن گرایش دارند.

طبق مطالعات انجام شده در دانشگاه نیوکاسل، کودکان 9 تا 12 سال حتی اگر فعال باشند به زندگی ساکن گرایش دارند. به گزارش ایسنا به نقل از سایت MNT، بررسی‌ها بر روی 500 کودک 9 ساله و کودکان سه سال بعد نشان داده است که آنها در سن 12 سالگی بیشتر به زندگی ساکن رو می‌آورند و حتی با وجود ورزش و انجام فعالیت باز هم گرایش به زندگی ساکن دارند. دختران بیشتر از پسران به زندگی ساکن گرایش دارند. مدیر این تحقیقات می‌گوید: تحقیقات زیادی بر روی فعالیت فیزیکی تمرکز داشته‌اند، اما درباره زندگی ساکن کمتر بررسی‌های انجام شده است. بررسی‌ها نشان داده است که کودکان با افزایش سن به زندگی ساکن گرایش پیدا می‌کنند و در فصول سرد این اتفاق بیشتر می‌افتد. بهتر است که کودکان تشویق شوند که بیشتر بایستند و راه بروند. نتایج این تحقیقات در مجله پزشکی جلوگیری کننده منتشر شده است.