

## مقاله اصلی

# نقش سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران مرد

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۲۰ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۱۸

### خلاصه

**مقدمه:** تحقیقات در ارتباط با سلامت و مدیریت بدن و همراستا با ظهور عصر جدید و جامعه مصرفی، نما و صورت ظاهری بدن برای افراد جامعه اهمیت بسیار زیادی یافته است؛ در این راستا هدف از این تحقیق بررسی نقش سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران مرد زیبایی اندام می باشد.

**روش کار:** در این پژوهش به منظور تعیین حجم نمونه از فرمول کوکران ۳۸۱ نفر نمونه بصورت نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای برای جامعه نامحدود استفاده شده است. از آزمون آماری t مستقل و یومن ویتنی برای تجزیه و تحلیل داده ها و نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ در سطح ۰/۰۵ استفاده شده است.

**نتایج:** نتایج تحقیق نشان می دهد که بین سلامت عمومی مدیریت بدن ورزشکاران ارتباط معنی داری وجود دارد ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه گیری:** به نظر می رسد سلامت عمومی نقش مهمی در مولفه های مدیریت بدن دارد. در این راستا پیشنهاد می گردد جهت بالا بردن اعتبار بیرونی تحقیق، مطالعات بیشتری صورت گیرد.

**کلمات کلیدی:** سلامت عمومی، مدیریت بدن، ورزشکاران

مجتبی جعفری<sup>۱</sup>

علی روشنائی<sup>۲\*</sup>

محمد حسین اسدی<sup>۳</sup>

امید علی احمدی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری، گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان،

دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران

<sup>۲</sup> گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی،

آشتیان، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۳</sup> گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی،

آشتیان، ایران

<sup>۴</sup> گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی،

آشتیان، ایران

Email: a.roshanaei@yahoo.com



## مقدمه

در طول یک دهه گذشته یا بیشتر، مطالعات فرهنگی و اجتماعی شاهد علاقه رو به رشد به بدن انسان، سلامت و مدیریت زندگی فراتر از مرزهای سازمانی بوده است (۱). مدیریت بدن به معنای دستکاری در صورت ظاهری بدن است. با ظهور عصر جدید و جامعه مصرفی، نما و صورت ظاهری بدن برای افراد جامعه اهمیت بسیار زیادی یافته است (۲). رژیم‌های ویژه بدنسازی و توجه به آراستگی و نظافت جسم در دوره اخیر تجدد، بدن را در برابر گرایش‌های بازتابی مداوم به‌ویژه در شرایطی که کثرت انتخاب وجود داشته باشد، تأثیرپذیر کرده است. هم برنامه‌ریزی و تنظیم زندگی و هم پدید آمدن گزینه‌هایی برای انتخاب شیوه زندگی با رژیم‌های غذایی در هم آمیخته‌اند (۳).

دیدگاه‌های جامعه‌شناختی درباره بدن نشان می‌دهند بدن به‌طور همزمان به دو بعد فیزیکی و فرهنگی اشاره دارد. براساس این دیدگاه ما می‌توانیم ببینیم که فرایندهای آموزشی در ورزش و تربیت بدنی در شکل‌گیری ساختار اجتماعی بدن اهمیت ویژه ای دارند. ورزش نمونه‌ای خوب از ساختار اجتماعی بدن است که به‌طور آشکاری با تسلط بر مهارت‌های فیزیکی به افراد اجازه می‌دهد رفتار خود را اصلاح کنند (۴). حفظ کنترل بر بدن برای بازنمایی خویشتن در جریان زندگی روزمره امری حیاتی است. اصلاح، تنظیم و کنترل بدن در دنیای جدید به افراد به‌ویژه جوانان از طریق فرایند جامعه‌پذیری آموزش داده می‌شود. افراد در تعاملات اجتماعی خود همواره در تلاش هستند اعضای بدن خود را کنترل کرده و صرفاً آن بخشی را در سپهر اجتماعی نشان دهند که مورد پذیرش دیگران است. هدف از مکانیزم موجود در مدیریت بدن کسب منزلت و پایگاه اجتماعی است. افراد سعی دارند با انتخاب کالاهای مصرفی و نوع پوشش و سلیقه غذایی و آرایش و مد، خود را از دیگران متمایز کنند تا هر چه بیشتر به آن طبقه ای نزدیک شوند که دارای منزلت بیشتری است. باورهای عقل سلیم معتقدند مشارکت ورزشی تأثیرات پیش‌بینی‌پذیر بر جامعه دارد. از مهم‌ترین منافع ورزش عبارت‌اند از: سلامت عمومی با فعالیت بدنی، تقویت سرمایه انسانی به لطف توسعه

شناخت ورزش، انگیزش‌ها، مهارت‌ها و آمادگی برای فعالیت‌های شخصی، شهروندی فعال، انسجام و شمولیت اجتماعی. به‌طور خلاصه به نظر می‌رسد ورزش برای ارتقای هر دو بعد فردی و اجتماعی مفید است؛ البته این ایده‌ای مدرن است. ورزش در جوامع باستان و قرون وسطی برای لذت‌بردن به کار نمی‌رفت؛ بلکه به‌منزله فعالیت زمان فراغت و نماد روحيات جنگ طلبانه در زمان صلح به حساب می‌آمد و همچنین ورزش از طریق مقابله با مسائل اجتماعی، ایجاد انسجام اجتماعی و ساخت سرمایه اجتماعی به توسعه جوامع محروم کمک می‌کند (۵).

جنسیت به‌منزله یکی از حوزه‌های مطالعاتی جامعه‌شناسی ورزش اهمیت ویژه‌ای دارد. دو مساله مهم در این حوزه وجود دارد که عبارت‌اند از؛ ایجاد فرصت‌های برابر برای مشارکت دو جنس در فعالیت‌های ورزشی که به بررسی الگوهای مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی و عوامل تأثیرگذار بر نابرابری مشارکت جنسی در فعالیت‌های ورزشی نیازمند است و دیگری مشکلات ساختاری و ایدئولوژیکی مربوط به دو جنس (۶، ۷).

سلامتی از عوامل و شرایط اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و حتی سیاسی جامعه ریشه می‌گیرد و بازتابی از شرایط افراد جامعه است. در جهان امروز با توجه به پیشرفت‌های تکنولوژیکی و تأثیر مستقیم آن بر کیفیت زندگی انسان، مسئله سلامت در تمامی ابعاد آن شامل سلامت جسمی، روانی، معنوی و اجتماعی و عوامل تأثیرگذار بر آن اهمیت ویژه‌ای یافته است، به‌گونه‌ای که هدف مشترک توسعه یک جامعه در تمامی سطوح محلی، ملی و بین‌المللی، بهبود کیفیت زندگی و از جمله سلامتی انسان است. سلامت جسمی به معنای توانمند بودن بدن برای فعالیت روزانه و حفظ انرژی برای موارد اضطراری و دوری از بیماری‌ها و تناسب کلی جسمی است. سلامتی جسمی شامل همه قابلیت‌های جسمی بدن است. به فرد یا پدیده‌ای که دارای تندرستی باشد، تندرست یا سالم گفته می‌شود (۸).

پژوهشی داخلی رستگار خالد و باقریان در پژوهشی به بررسی "بدن و ارزش‌ها؛ اهمیت باریک اندامی در میان زنان و دختران و

$Z =$  مقدار متغیر نرمال متناظر با سطح اطمینان مورد نظر برای فاصله اطمینان ۹۵٪ که برابر با ۱/۹۶ می باشد.

$\sigma =$  انحراف معیار که برابر با (۰/۵) می باشد.

$E =$  مقدار دقت در اندازه گیری که برابر با (۰/۰۵) می باشد.

$$92/381 = \frac{65348 \times 1/96^2 \cdot 0/5^2 / 2 \times 0/5^2}{(65348-1)0/05^2 + 1/96^2 \cdot 0/5^2 / 2 \times 0/5^2}$$

یکی از راه های استفاده تعداد نمونه استفاده از فرمول کوکران است. که تعداد نفر به عنوان نمونه این پژوهش معین گردید. تعداد ۳۸۱ نفر نمونه بصورت نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شد. در این تحقیق بر اساس نمونه گیری خوشه ای استفاده می شود. بدین صورت که ابتدا شهر تهران به ۳۸۱ نفر تقسیم شده است و از بین موارد موجود، نمونه گیری صورت خواهد پذیرفت و پرسشنامه ها بین آنها تقسیم می شوند. که بصورت نمونه گیری خوشه ای با توجه به فرمول فوق ۳۸۱ نفر نمونه برای این پژوهش معین گردید.

در این پژوهش فضای تحقیق شامل محله زعفرانیه و شهر ری تهران می باشد که با استفاده از نمونه گیری خوشه ای انتخاب شد. و در میان ورزشکاران ارائه و پرسشنامه تکمیل می گردد.

پس از گردآوری داده ها با استفاده از پرسشنامه علاوه بر توصیف جامعه، بر اساس مدل پژوهش و فرضیه های مربوطه آزمون های آماری مناسب انتخاب و انجام می گردد و یافته ها در قالب جداولی تهیه و تدوین گردیده است. در این راستا از نرم افزار SPSS استفاده می شود. همچنین برای تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده ها از آماره های توصیفی (میان، میانگین و مد) و استنباطی (آنوا، رگرسیون و ...) استفاده می شود.

### نتایج

همانطور که در جدول توزیع فراوانی مشاهده می شود از مجموع ۳۸۱ نفر پاسخ دهنده، دامنه سنی ۱۵-۲۵ سال، ۹۵ نفر، ۲۵-۳۵ سال، ۹۵ نفر، ۳۵-۴۵ سال، ۱۲۴ نفر و بی پاسخ ۶۷ نفر بوده است. در واقع می توان گفت بیشتر پاسخگویان در دامنه سنی ۱۵-۲۵ سال بوده اند.

رابطه ی آن با جهت گیری ارزشی ها" پرداختند. نتایج به دست آمده نشان داد که بین اهمیت باریک اندامی با جهت گیری ارزشی افراد در دو بعد مادی و فرامادی رابطه وجود داشته و از بین ابعاد مذکور، بعد فرامادی عامل قوی تری نسبت به بعد مادی است. همچنین در بین ابعاد مادی، پذیرش اجتماعی و در بین ابعاد فرامادی، عزت نفس، در مقایسه با سایر مؤلفه ها، با اهمیت باریک اندامی رابطه قوی تری دارند (۹).

پژوهش داخلی دیگری، رستمی و راد در تحت عنوان تبیین جامعه شناختی مدیریت بدن در بین بانوان ورزشکار پرداختند. براساس نتایج بدست آمده، میانگین مدیریت بدن در افراد مورد مطالعه، ۸۹ (حداقل نمره ۴۶ و حداکثر نمره ۱۳۴) برآورد شده است (۱۰). بنابراین پژوهشگر درصدد است که به بررسی نقش سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران مرد زیبایی اندام بپردازد.

### روش کار

روش تحقیق توصیفی پیمایشی می باشد. در این تحقیق جامعه آماری عبارت است از مردان ۱۵ تا ۵۰ ساله ورزشکار در محله های زعفرانیه و شهر ری ساکن شهر تهران می باشد. که شامل ۸۶ باشگاه بدنسازی زعفرانیه منطقه یک تهران و ۴۸ باشگاه بدنسازی منطقه ری می باشد و براساس سرشماری تعداد آن ۳۷۶۹۸ نفر می باشد. در طرح ریزی بررسی نمونه ای، اخذ تصمیم درباره حجم نمونه از نظر تأمین دقت نتایج نمونه گیری و صرفه جویی در میزان وقت و هزینه آن، از اهمیت خاصی برخوردار است. بدیهی است بزرگ بودن حجم نمونه موجب صرف هزینه و وقت زیاد و کوچک بودن آن موجب عدم دقت کافی برآورد گرهاست.

در این پژوهش به منظور تعیین حجم نمونه از فرمول کوکران برای جامعه نامحدود استفاده شده است:

$$n = \frac{N \times z^2 \cdot \alpha/2 \times \delta^2}{(N-1) \epsilon^2 + z^2 \cdot \alpha/2 \times \delta^2}$$

$n =$  حجم نمونه آماری

$N =$  حجم جامعه آماری

جدول شماره ۱. سلامت عمومی

تفسیر	ST EROOR	DF	SIG	T.TEST	N	سلامت عمومی
معنادار	۰/۰۵	۳۸۰	۰/۰۰	۴۰/۸۲	۳۸۱	۱ احساس خوب بودن و سلامتی
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۴۲/۷۴	۳۸۱	۲ احساس نیاز به داروهای تقویتی
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۴۴/۵۸	۳۸۱	۳ احساس سردی یا گرمی در بدن
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۵۲/۲۳	۳۸۱	۴ دلشوره، ترس یا وحشت زدگی
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۴۸/۷۶	۳۸۱	۵ بی خوابی یا بدخوابی
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۴۸/۹۴	۳۸۱	۶ عصبانیت و بدخلقی
معنادار	۰/۰۵	۳۸۰	۰/۰۰	۵۸/۱۲	۳۸۱	۷ احساس ناتوانی در انجام امور
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۶۱/۷۶	۳۸۱	۸ سرگرمی به اندازه کافی و مناسب
معنادار	۰/۰۵	۳۸۰	۰/۰۰	۸۴/۱۸	۳۸۱	۹ برقراری ارتباط مناسب با اطرافیان
معنادار	۰/۰۶	۳۸۰	۰/۰۰	۴۹/۴۱	۳۸۱	۱۰ احساس پوچی و بیهودگی
معنادار	۰/۰۵	۳۸۰	۰/۰۰	۴۹/۳۱	۳۸۱	۱۱ آرزوی مرگ و نیستی
معنادار	۱/۰۳	۳۸۰	۰/۰۰	۶۱/۳۶	۳۸۱	سلامت عمومی

خطای کمتر از ۰/۰۵) فرض  $H_1$  تحقیق پذیرش و فرض  $H_0$  مورد رد قرار می گیرد. بنابراین سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست بر اساس مقادیر بدست آمده در محاسبات جدول ۱ چون مقدار سطح معنی داری بدست آمده ۰/۰۰ از ۰/۰۵ کوچکتر می باشد بنابراین مصرف رسانه در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست.

بر اساس اطلاعات جدول ۱ رابطه "سلامت عمومی" بین ورزشکاران زیبایی اندام " معادل T.TEST برابر (۳۱/۳۶٪)، ST EROOR برابر با (۱/۰۳٪) تبیین می شود. برای آزمون این فرض از تست t دو نمونه مستقل (آزمون t با دو نمونه مستقل، میانگین دو گروه از پاسخگویان را با یکدیگر مقایسه می کند) استفاده گردیده است بر این اساس باید فرض زیر را آزمون کنیم: نتایج آزمون t مستقل نشان می دهد میزان t مستقل سلامت عمومی ۶۱/۳۶ که با سطح معنی داری که ۰/۰۰ می باشد (در سطح

جدول شماره ۲. جدول آنالیز متغیر سلامت عمومی در بین ورزشکاران زیبایی اندام در دو منطقه ری - زعفرانیه

تفسیر	سطح معناداری	N	اسمیرنوف
غیرمعنادار	۰/۰۷	۳۸۱	۱/۲۹۲

در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر دارد، این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست  
بر اساس مقادیر بدست آمده در محاسبات جدول ۲ چون مقدار سطح معنی داری بدست آمده ۰/۰۷ از ۰/۰۵ بزرگتر می باشد بنابراین سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر ندارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار نیست ولی توزیع نرمالی است.

برای آزمون این فرض از آزمون اسمیرنوف ( دو گروه از پاسخگویان را با یکدیگر مقایسه می کند ) استفاده گردیده است بر این اساس باید فرض زیر را آزمون کنیم:  
نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف نشان می دهد فرضیه اصلی سلامت عمومی با سطح معناداری ۰/۰۷ در میان فرضیات در سطح معناداری یعنی  $0/05 > (sig)$  معنادار نیست ولی دیگر فرضیات در سطح معناداری  $0/05 < (sig)$  معنادار است. پس می توان اظهار نظر داشت، بنابراین پس نتیجه می گیریم سلامت عمومی

جدول شماره ۳. جدول آنالیز متغیر سلامت عمومی در بین ورزشکاران زیبایی اندام در دو منطقه ری - زعفرانیه

ری - زعفرانیه					
یو من ویتنی	ویلکاکسون	Z	سطح معناداری (نامتقارن)	سطح معناداری	تفسیر
۱۶۲۷۳/۰۰۰	۳۷۱۸۳/۰۰۰	۱/۵۷۸	۰/۰۰	۰/۱۱	غیر معنادار

فرضیه، رابطه بین قدرت، دانش و نظم بدنی را نشان می دهد. وی تأکید می کند که پزشکی جدید چگونه با شکستن و خرد کردن بدن به جزئیات و قسمت های متفاوت امکان تسلط و به کارگیری تمام قسمت های بدن را ارائه می دهد. مردمان امروزی طولانی تر از مردمان قبلی عمر می کنند ولی نسبت به ایشان که عمر کوتاه تر داشتند، از سلامتی عمومی پایین تری برخوردارند. به نظر می رسد که ایشان فقط مقاومت شان در برابر بیماری ها افزایش یافته است.

نتایج آزمون  $t$  مستقل نشان می دهد میزان  $t$  مستقل سلامت عمومی ۶۱/۳۶ که با سطح معنی داری که ۰/۰۰ می باشد (در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵) فرض  $H_1$  تحقیق پذیرش و فرض  $H_0$  مورد رد قرار می گیرد. بنابراین سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست. (۰/۰۵).

نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف نشان می دهد فرضیه اصلی سلامت عمومی با سطح معناداری ۰/۰۷ در میان فرضیات در سطح معناداری یعنی  $0/05 > (sig)$  معنادار نیست ولی دیگر فرضیات

برای آزمون این فرض از آزمون یو من ویتنی (دو گروه از پاسخگویان را با یکدیگر مقایسه می کند) استفاده گردیده است بر این اساس باید فرض زیر را آزمون کنیم:  
نتایج آزمون و یومن ویتنی نشان می دهد میزان ضریب همبستگی سلامت عمومی با سطح معنی داری ۰/۱۱ و سطح معناداری نامتقارن ۰/۰۰ می باشد (در سطح خطای بیشتر از ۰/۰۵) فرض تحقیق  $H_0$  رد و فرض  $H_1$  مورد پذیرش قرار می گیرد.

بر اساس مقادیر بدست آمده در محاسبات جدول (۴-۴۹) چون مقدار سطح معنی داری بدست آمده ۰/۱۱ از ۰/۰۵ بزرگتر می باشد بنابراین سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر ندارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار نیست ولی توزیع نرمالی است.

### بحث و نتیجه گیری

هدف از این تحقیق بررسی نقش سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران مرد زیبایی اندام می باشد. طبق نظریه فوکو در این

شد و رابطه عواملی سرمایه اجتماعی، سبک زندگی، نظارت از بدن، ورزش و بدنسازی، رضایت از بدن بر میزان مدیریت بدن افراد ساکن در محله زعفرانیه مورد تأیید قرار گرفت. همچنین بین محل سکونت زعفرانیه - ری و مدیریت بدن رابطه وجود دارد. و با توجه به نتایج میانگین ها، افراد محله زعفرانیه بیشتر از افراد محله ری به مدیریت بدن خود می پردازند. رابطه ورزش و بدنسازی در مدیریت بدن بر این اساس، هر چقدر احساس فشار هنجاری افزایش یابد، احتمال بیشتری دارد ورزشکاران که آنها به سوی انجام اعمال جراحی زیبایی، رژیم های لاغری، بدنسازی و غیره گرایش یابند. این نتیجه تأییدی بر نظریه فوکو و برخی از فمینیست ها در خصوص فشار اجتماعی و هنجاری است. فوکو معتقد است، ساختارهای موجود در جامعه ممکن است بر فرد فشار وارد نموده و عاملیت انسانی را مجبور به انجام رفتار و فعالیتی کند، که با استانداردهای خاص زیبایی در جامعه منطبق باشد. از طرفی، مسائلی از قبیل گرینش سخت گیرانه مردان برای استخدام و فعالیت در محیط های کار برحسب ویژگی های ظاهری و فیزیکی، سبب می شود کسانی که فاقد این نوع مختصات صوری و جسمانی هستند، دچار خود کم بینی و ضعف اعتماد به نفس شوند و برای کسب این ویژگی ها به مدیریت بدن گرایش یابند. ورزش بدنسازی، جراحی های پلاستیک و رژیم های لاغری در پرتو انتخاب های فردی افراد صورت می گیرد و مقاومت آنان را در برابر نظام فرهنگی پدرسالاری نشان می دهد. ذکر یک نکته اساسی درباره مدیریت بدن و ابعاد آن براساس دیدگاه های نظری، جوانان در نتیجه احساس شرمندگی ناشی از تطابق نداشتن با استانداردهای فرهنگی بدن، برای جبران و تعدیل این احساس، یکی از راه کارهای موجود شامل گرایش به تناسب اندام، جراحی های زیبایی را انتخاب می کنند. نگرانی و برداشت نادرست از تصویر بدنی به همراه نگرش های ناکارآمد در ارتباط فعالیت های ورزشی با افزایش مدیریت بدن همراه است و توجه به این متغیرهای روانشناختی و هدف قرار دادن آن ها در برنامه های مداخلاتی و

در سطح معناداری  $0/05 < (sig)$  معنادار است. پس می توان اظهار نظر داشت، بنابراین پس نتیجه می گیریم سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر دارد، این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست ( $0/05$ ). نتایج آزمون و یومن ویتنی نشان می دهد میزان ضریب همبستگی سلامت عمومی با سطح معنی داری  $0/11$  و سطح معناداری نامتقارن  $0/00$  می باشد (در سطح خطای بیشتر از  $0/05$ ) فرض تحقیق  $H_0$  رد و فرض  $H_1$  مورد پذیرش قرار می گیرد. بنابراین سلامت عمومی در مدیریت بدن ورزشکاران تاثیر ندارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار نیست ولی توزیع نرمالی است. نتایج پیشین با این نتایج همخوانی دارد. مهنوش ستوده نیا در سال ۱۳۸۶ پژوهشی تحت عنوان بررسی علل گرایش زنان شهر تهران به جراحی زیبایی است. نتایج در این پژوهش مشخص گردید که طبقات متوسط مایل تر به جراحی زیبایی هستند نسبت به طبقات بالا و طبقات پایین و اغلب جراحی ها در میان زنان بوده است که به عمل جراحی زیبایی بینی اقدام کرده اند. پژوهش حاضر به مطالعه بررسی مطالعه سازوکارهای اجتماعی گرایش جوانان به مدیریت بدن در بین ورزشکاران زیبایی اندام (مطالعه موردی: باشگاه های شهر تهران در سال ۱۳۹۹) است. در این پژوهش از روش پیمایشی استفاده شده است روش جمع-آوری اطلاعات پرسشنامه و تعداد حجم نمونه ۳۸۱ نفر می باشد و از آنجایی که به مقایسه دو محله ری و زعفرانیه می پردازد. تعداد ۱۹۰ نفر از محله زعفرانیه و ۱۹۰ نفر از محله ری به شیوه نمونه-گیری تصادفی ساده انتخاب شده است. نتایج نشان می دهد عواملی چون مدیریت بدن، سرمایه اجتماعی، سبک زندگی، نظارت بدن، رضایت بدن، ورزش و بدنسازی با میزان مدیریت بدن رابطه مثبت و معنی داری دارند و بر آن تأثیر می گذارند. به گونه ای که با بالا رفتن هر یک از این عوامل، میزان مدیریت بدن نیز در بین ورزشکاران افزایش می یابد. البته درجه و میزان ارتباط این عوامل در هر یک از مناطق زعفرانیه و ری متفاوت است. رابطه عواملی چون میزان استفاده از مصرف رسانه ای، سلامت عمومی بر میزان مدیریت بدن افراد ساکن در محله زعفرانیه رد

برخوردارند مدیریت بدن علاوه بر تأثیر بر سلامتی بر فرهنگ جامعه نیز تأثیر می‌گذارد. همچنین لازم است دست اندرکاران امور اجرایی، قضایی، انتظامی و امنیتی، در راستای کاهش و یا تعدیل فشارهای هنجاری و اجتماعی بر جوانان اقدامات مؤثری به عمل آورند.

مدیریت بدن از نظر پوشش و ظاهری به نوعی با فرهنگ جامعه در ارتباط است سازمان تبلیغات اسلامی و سازمان صدا و سیما می‌توانند با استفاده از نتایج این تحقیق اقدامات و برنامه‌ریزی‌هایی در جهت سازمان‌دهی این امر انجام دهند و باید اقداماتی در جهت افزایش و جهت‌دهی به فرهنگ کتابخوانی و سایر مصارف فرهنگی مردم انجام شود و سازمان شهرداری‌ها و کانون‌های فرهنگی و ... می‌توانند با اقدامات و برنامه‌ریزی‌هایی میزان مشارکت اجتماعی شهروندان را افزایش دهند.

با توجه به نتایج به دست آمده سرمایه اجتماعی و تحصیلات بر مدیریت بدن تأثیر می‌گذارند. سازمان آموزش و پرورش و دانشگاه‌ها باید با اقداماتی زمینه ادامه تحصیل و افزایش تحصیلات افراد را فراهم کنند. نتایج نشان داد مدیریت بدن در بین زنان بیشتر از مردان است از آنجایی که مدیریت بدن از جنبه سلامتی بر مردان نیز باید مورد توجه قرار گیرد سازمان بهداشت باید اقداماتی در جهت افزایش مدیریت بدن در مردان انجام دهد.

### تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری دانشگاه آزاد اسلامی واحد آشتیان می‌باشد. نویسنده از اساتید راهنما و مشاور و تمامی کسانی که در این راستا با محقق همکاری نمودند کمال تشکر را دارد.

### تعارض منافع

این مطالعه فاقد تضاد منافع می‌باشد.

آموزشی می‌تواند به منظور پیشگیری از ناسالم بودن در ورزشکاران پرورش اندام مفید باشد.

بین سبک زندگی و مدیریت بدن رابطه وجود دارد. سبک زندگی سلامت محور به عنوان یک پدیده چند علتی، چند بعدی به الگوهای جمعی رفتار که می‌توانند برای جلوگیری از مشکلات مربوط به سلامت و تضمین‌کننده سلامت برای فرد باشد و از ابعاد متنوعی چون ورزش، تغذیه مناسب و نامناسب، خودکنترلی، رفتارهای پیشگیرانه و ... تشکیل شده است. در جهت غنی‌سازی به عنوان عامل موثر بر سبک زندگی با گنجاندن آموزش مهارت-های فرهنگی در زمینه‌های مختلف سلامت خصوصاً در رابطه با نتایج پژوهش در مورد سلامت جسمانی و سلامت محیطی در بین ورزشکاران است. پیشنهاد می‌شود تحقیقی با عنوان تحلیل جامعه شناختی مقایسه مدیریت بدن در بین زنان و مردان ورزشکار در سطح شهر تهران انجام شود.

با توجه به نتایج به دست آمده پژوهش حاضر به مطالعه بررسی مطالعه سازوکارهای اجتماعی گرایش جوانان به مدیریت بدن در بین ورزشکاران زیبایی اندام (مطالعه موردی: باشگاه‌های شهر تهران در سال ۱۳۹۹) برای بهبود وضعیت مدیریت بدن در مجموعه‌های ورزشی و تناسب اندام باید بسترهای مناسبی را در برنامه‌های مدون شده به اجرا درآورد که در فرضیات (اصلی)، اول، دوم، سوم، چهارم، پنجم، ششم، هفتم، برای اجرای عملکردی موفق موارد زیر پیشنهاد می‌گردد: گرایش جوانان به مدیریت بدن ورزشکاران زیبایی اندام، این فرصت را به سازمان‌های زیربسط، جامعه پزشکی، بدنسازی و تناسب اندام کلینیک‌های جراحی و زیبایی، سازمان‌های دولتی و علمی اعم از امور استانداری تهران، کلیه دانشگاه‌ها، مراکز مطالعاتی و تحقیقاتی، معاونت فرهنگی شهرداری تهران، سازمانی ملی ورزش و جوانان و .... است.

نتایج به دست آمده نشان می‌دهد مدیریت بدن در جامعه موضوع مهمی است و افراد جامعه به میزان متوسطی از مدیریت بدن



## Original Article

# The role of public health in the management of the body of male athletes

Received: 11/12/2021 - Accepted: 07/02/2022

Mojtaba Jafari<sup>1</sup>  
Ali Roshanayi<sup>2\*</sup>  
Mohammad Hossein Asadi  
Davoodabadi<sup>3</sup>  
Omid Aliahmadi<sup>4</sup>

<sup>1</sup> PhD Student, Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran.

<sup>2</sup> Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran. (Corresponding Author)

<sup>3</sup> Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran.

<sup>4</sup> Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran

Email: a.roshanaei@yahoo.com

## Abstract

**Introduction:** Research on health and body management and with the advent of the new age and consumer society, the appearance of the body has become very important for people in society; In this regard, the purpose of this study is to investigate the role of general health in the management of male body athletes.

**Methods:** In this study, in order to determine the sample size, the Cochran's formula of 381 samples was used as a multi-stage cluster sampling for an unlimited community. Independent t-test and Human Whitney were used for data analysis and SPSS software version 25 at the level of 0.05.

**Results:** The results show that there is a significant relationship between general health of athletes's body management ( $P < 0.05$ ).

**Conclusion:** General health seems to play an important role in body management components. In this regard, it is suggested that more studies be done to increase the external credibility of the research.

**Keywords:** General Health, Body Management, Athletes

## References

1. Thanem T. 'There's no limit to how much you can consume': the New Public Health and the struggle to manage healthy bodies. *Culture and organization*. 2009;15(1):59-74.
2. Ip K, Jarry JL. Investment in body image for self-definition results in greater vulnerability to the thin media than does investment in appearance management. *Body Image*. 2008;5(1):59-69.
3. Te Morenga L, Mann J. The role of high-protein diets in body weight management and health. *British Journal of Nutrition*. 2012;108(S2):S130-S8.
4. Bendelow GA, Williams SJ. *The lived body: Sociological themes, embodied issues*: Routledge; 2002.
5. Skinner J, Zakus DH, Cowell J. Development through sport: Building social capital in disadvantaged communities. *Sport management review*. 2008;11(3):253-75.
6. Cole CL. Body studies in the sociology of sport: A review of the field. *Handbook of sports studies*. 2000:439-60.
7. Rulofs B. Assessing the sociology of sport: On gender-based violence and child maltreatment in sport. *International Review for the Sociology of Sport*. 2015;50(4-5):580-4.
8. Szreter S, Woolcock M. Health by association? Social capital, social theory, and the political economy of public health. *International journal of epidemiology*. 2004;33(4):650-67.
9. Rastegar Khaled A, Bagherian M. The Body and the values: The Importance of Slimness among Women and its Relationship with Value Orientation A Case Study of Damghan City. *Women's Studies Sociological and Psychological*. 2013;11(1):7-54.
10. ROSTAMI N, rad f. Sociological Explanation of Body Management among Female Athletes. *Women's Studies Sociological and Psychological*. 2019;17(1):63-94.