

## بررسی ادراک فعالیت بدنی از دیدگاه فرهنگی-زمینه‌ای با الهام از مدل طلوع آفتاب لنینگر

پروین احمدی<sup>۱</sup>

۱- کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران

فعالیت بدنی parvinahmadi@gmail.com

### خلاصه

بدون شک ورزش و تربیت بدنی در جوامع امروزی دارای کارکردهای اجتماعی و فرهنگی فراوانی است و باید در حوزه پژوهش‌های اجتماعی و فرهنگی توجه ویژه‌ای به آن مبذول شود. هدف این مقاله تأکید بر لزوم اذعان به معانی فرهنگی و زمینه‌ای منحصر به فرد فعالیت بدنی برای بهبود پیامدهای سلامت در جوامع مختلف است. از مدل طلوع آفتاب لنینگر به عنوان مبنای نظری برای درک عوامل پیچیده فرهنگی و زمینه‌ای مؤثر بر فعالیت بدنی استفاده شد. باورها و شیوه‌های پیرامون فعالیت بدنی تحت تأثیر عوامل فرهنگی و زمینه‌ای متنوعی قرار دارند. فراهم کردن زمینه‌های مرتبط با فرهنگ برای معنای فعالیت بدنی، فرصت‌هایی را برای بهبود سیاست‌ها یا برنامه‌هایی فراهم می‌کند که افراد و جوامع را به شیوه‌های معنادار فرهنگی در فعالیت بدنی درگیر می‌کنند. گنجاندن عوامل فرهنگی و زمینه‌ای برای ترویج فعالیت بدنی، به ویژه در جوامع اقلیت و آسیب‌پذیر، بسیار مهم است.

**کلمات کلیدی:** فعالیت بدنی، دیدگاه فرهنگی-زمینه‌ای و مدل طلوع آفتاب لنینگر.

## ۱. مقدمه

بدون شک ورزش و تربیت بدنی در جوامع امروزی دارای کارکردهای اجتماعی و فرهنگی فراوانی است و باید در حوزه پژوهش های اجتماعی و فرهنگی توجه ویژه ای به آن مبذول شود. ورزش و تربیت بدنی پس از پیشرفت سریع در دهه های اخیر به جایگاهی رفیع و جهانی دست یافت. ورزش عبارت است از فعالیتی نهادینه که مستلزم کاربرد نیروی جسمانی شدید با استفاده از مهارت های جسمانی پیچیده بوسیله شرکت کنندگانی که توسط عوامل درونی و بیرونی تحریک می شوند. این تعریف با فعالیت های ورزشی سازمان یافته ارتباط پیدا می کند. از نظر سازمان بهداشت جهانی؛ تندرستی صرفاً نداشتن بیماری و ضعف نیست، بلکه منظور از آن سلامتی کامل جسمی، ذهنی، اجتماعی و روحی است. در حقیقت دو هدف عمده تندرستی، به تأخیر انداختن مرگ و بیماری است. ورزش بر قوای جسمی و قوای روانی اثر گذار است. فرهنگ را می توان به عنوان مجموع ویژگی های رفتاری و عقیدتی اکتسابی اعضای یک جامعه خاص تعریف کرد، واژه تعیین کننده در این تعریف همان واژه اکتسابی است. ورزش بخش مهمی از فرهنگ ملل در جهان معاصر است. بحث های محافل گوناگون، سرفصل روزنامه ها، برنامه های رادیویی و تلویزیونی جایگاه آن را روشن ساخته است. اعلام موفقیت در مسابقات ملی و بین المللی میلیون ها نفر را شاد و شکست در برنامه ها مردم را غمگین و خشمگین می سازد. ورزش، تمرین تفکر واقع گرایانه و پرهیز از تفکر ذهن گرایانه است ابعاد غیر مادی فرهنگ نظیر اعتقادات، آداب و رسوم و ارزش و نیز ابعاد مادی فرهنگ نظیر معماری و تکنولوژی، تحت تأثیر ورزش وارد سیر تکاملی می شوند. یکی از جلوه های غیر مادی فرهنگ، جایگاه زن در جامعه است. در جهان ورزش تجلی آزادی زن از قیومیت مرد مشاهده می شود. پس از تربیت ورزشی زن به عنوان یک انسان شجاع و سرسخت به جامعه باز می گردد [۱]. ورزش به عنوان یک فعالیت بدنی که به سازندگی قوای جسمانی و تقویت روح و روان می انجامد از لحاظ روانشناسی نیز باعث تقویت اعتماد به نفس و ایجاد انگیزه بهتر و سلامت روح و روان و ایجاد نشاط می گردد که این عامل بر فرهنگ جامعه تأثیر بسزایی دارد که جامعه ای که از لحاظ فرهنگی سالم باشد. نقش مهمی در سازندگی و پیشرفت آن جامعه خواهد داشت مشخص شده است که فعالیت بدنی در پیشگیری از بیماری های مزمن، از جمله بیماری های قلبی عروقی، تنفسی، عصبی، متابولیک، روانی و اسکلتی عضلانی و انواع خاصی از سرطان مؤثر است [۲]. فعالیت بدنی توصیه شده هفتگی برای بزرگسالان ۱۵۰ دقیقه فعالیت با شدت متوسط یا ۷۵ دقیقه فعالیت با شدت زیاد است [۳]. توصیه های فعلی در مورد انواع خاصی از فعالیت ها که در سایت های عمومی مانند جایزه سبک زندگی فعال ریاست جمهوری [۴] راهنمای فعالیت بدنی برای آمریکایی ها ویرایش دوم (۴) و مطالب آموزشی سلامت فعالیت بدنی از وبسایت موسسه ملی پیری [۵]. تبلیغ می شوند، شامل مفاهیم منحصر به فرد فرهنگی پذیرفته شده از فعالیت بدنی نیستند و همچنین شامل زمینه های اجتماعی برای ترویج فعالیت بدنی، مانند وجود عوامل اجتماعی و محیطی ساخته شده در جوامع آسیب پذیر، نمی شوند.

این مقاله با توصیف نمونه‌هایی از عوامل فرهنگی و زمینه‌ای منحصر به فرد مؤثر بر فعالیت‌های بدنی، به فقدان دستورالعمل‌های فعالیت بدنی متناسب با فرهنگ می‌پردازد. برای تقویت بحث بر اساس یک مبنای مبتنی بر نظریه، این مثال‌ها بر اساس ساختارهای اجتماعی و عوامل فرهنگی شناسایی شده توسط مدل طلوع آفتاب لنینگر<sup>۱</sup> [۶] ارائه شده‌اند. تا آنجا که ما می‌دانیم، از این مدل برای مطالعه فعالیت بدنی در یک جمعیت خاص استفاده نشده است. هدف این مقاله تأکید بر لزوم اذعان به معانی فرهنگی و زمینه‌ای منحصر به فرد رفتارهای بهداشتی، مانند فعالیت بدنی، برای بهبود پیامدهای سلامت در جوامع مختلف است. مدل طلوع لنینگر، مبنایی نظری برای بررسی جامع ساختارهای اجتماعی و عوامل فرهنگی فراهم کرد که درک کامل‌تری از تعریف فعالیت بدنی را در محیط‌های مختلف ایجاد می‌کند. مدل طلوع لنینگر فرض می‌کند که هفت عامل مانند (۱) فناوری (۲)، دین و فلسفه (۳)، خویشاوندی و ساختارهای اجتماعی (۴)، باورها و شیوه‌های فرهنگی (۵)، سیاست (۶)، اقتصاد و (۷) آموزش وجود دارد که بر معانی مراقبتی، شیوه‌های بهداشتی و الگوهای افراد تأثیر می‌گذارند.

## ۲. مروری بر پیشینه‌های پژوهش

### ۱- عوامل تکنولوژیکی

شواهد محکمی وجود دارد که از مزایای فناوری در ارتقای فعالیت بدنی حمایت می‌کند. فناوری‌های پوشیدنی ارزیابی عینی و دقیقی از فعالیت‌های بدنی ارائه می‌دهند و به افراد اجازه می‌دهند فعالیت‌های بدنی خود را رصد کنند و حتی از نظر اجتماعی با جوامع خود تعامل داشته باشند. پیشرفت‌های اخیر در این فناوری‌ها موانع رایج شناسایی شده برای فعالیت بدنی از جمله فقدان انگیزه، دانش و حمایت اجتماعی را برطرف می‌کند [۷]. به عنوان مثال، ویژگی‌های تقویت مثبت، انگیزه افراد را برای انجام فعالیت‌های بدنی افزایش می‌دهد. مشخص شد که یک مداخله سلامت الکترونیکی مبتنی بر ابر، فعالیت‌های پیاده‌روی را از نظر تعداد گام‌های روزانه در بین زنان آفریقایی-آمریکایی ۳۹ درصد افزایش می‌دهد [۸]. با این حال، مطالعاتی نیز وجود دارد که گزارش می‌دهند پیشرفت فناوری، شکاف‌های موجود در نابرابری‌های بهداشتی را که گروه‌های نژادی، قومی و/یا اقتصادی محروم تجربه می‌کنند، بیشتر می‌کند [۹]. اگر به عوامل تعیین‌کننده اجتماعی پرداخته نشود، تداوم شکاف دیجیتال همچنان مانع از آن می‌شود که جمعیت‌های محروم از مزایای فناوری بهره‌مند شوند. متأسفانه، حتی در کشورهایی که فناوری‌هایی مانند دستگاه‌های پوشیدنی به راحتی در دسترس هستند، پذیرش و استفاده صحیح از دستگاه‌های پوشیدنی همچنان یک چالش است [۱۰] نیاز به ایجاد فناوری‌هایی وجود دارد که استفاده از آنها آسان باشد تا برخی از محدودیت‌های ناشی از پیری فعال مانند کاهش عملکردهای بینایی یا شنوایی را برطرف کند [۱۱].

### ۲- عوامل مذهبی و فلسفی

<sup>1</sup> The Leininger's Sunrise Model

یافته‌های متناقضی در مورد نقش یا تأثیر دین در فعالیت بدنی وجود دارد. برخی مطالعات نشان داده‌اند که دین یا فعالیت‌های مذهبی بر فعالیت بدنی تأثیر می‌گذارند. به عنوان مثال، مطالعه‌ای که یک برنامه رقص را در بین سامورایی‌ها ارزیابی کرد، نشان داد که گنجاندن نماز بر تعهد شرکت‌کنندگان به برنامه رقص تأثیر گذاشته است [۱۲]. در مطالعه‌ای که شامل دانشجویان مسلمان دانشگاه بود، چندین شرکت‌کننده آموزه‌های پیامبر اسلام را به عنوان عامل مهمی که آنها را به انجام فعالیت‌های بدنی تشویق می‌کرد، ذکر کردند. این فعالیت‌ها اغلب به عنوان دستور پیامبر اسلام ذکر می‌شوند که شامل تیراندازی با کمان، شنا و اسبسواری می‌شود [۱۳]. یک همکاری در سطح ایالتی با جوامع مذهبی در کارولینای شمالی، ایالات متحده، از جوامع مذهبی به عنوان فضاهای امنی استفاده کرد که افراد می‌توانند در آنها به فعالیت‌های بدنی بپردازند و فضاهای جامعه مذهبی را برای فعالیت‌های بدنی قابل دسترس کردند [۱۴]. برای تشویق فعالیت بدنی، جوامع مذهبی عمداً بین جلسات استراحت‌هایی را در نظر گرفته‌اند تا اعضا بتوانند از نظر جسمی فعال باشند و پارکینگ‌ها را بازسازی کرده‌اند تا برای پیاده‌روی مناسب‌تر شوند. این همکاری بین ایالت کارولینای شمالی و جوامع مذهبی درون ایالت منجر به بهبود فعالیت بدنی در ۴۹٪ از اعضای جوامع مذهبی شرکت‌کننده شد [۱۴]. با این حال، مطالعاتی نیز وجود دارد که هیچ ارتباطی بین دین و فعالیت بدنی پیدا نکرده است. مطالعه‌ای که دینداری و فعالیت بدنی را در بین آمریکایی‌های آفریقایی تبار و زنان اسپانیایی تبار با استفاده از مداخله ۶ ماهه سلامت قدرت است (HIP) بررسی کرد، خاطرنشان کرد که دینداری پیش‌بینی‌کننده معناداری برای تغییر فعالیت بدنی نیست [۱۵]. مطالعه دیگری که شامل بزرگسالانی از ادیان مختلف (اسلام، مسیحیت، بودیسم و هندوئیسم) بود، نتیجه گرفت که دین تأثیر واسطه‌ای بر انگیزه و مشارکت واقعی در فعالیت‌های بدنی ندارد [۱۶].

### ۳- خانواده و خویشاوندی

فعالیت بدنی تحت تأثیر روابط بین فردی در سطوح مختلف - خانواده، سازمان و جامعه - قرار دارد [۱۷]. هنجارهای اجتماعی در مورد پذیرش فعالیت‌های بدنی خاص، نگرش‌ها و رفتار افراد را شکل می‌دهند. کنترل اجتماعی و حمایت اجتماعی به عنوان عواملی شناسایی شدند که بر انتخاب‌های شخصی مرتبط با فعالیت بدنی تأثیر می‌گذارند [۱۸-۱۹]. در مطالعه‌ای که بر روی جمعیتی از چین انجام شد، مشخص شد که والدین، به ویژه پدران، محرک‌های اصلی فعالیت‌های بدنی در کودکان هستند [۲۰]. با این حال، خانواده‌ها بر اهمیت فعالیت‌های تحصیلی نسبت به ورزش یا سایر اشکال فعالیت بدنی تأکید داشتند [۲۱]. انتظار غالب در مورد نقش زنان در خانواده، مانند ایفای نقش‌های فعال‌تر در مراقبت از کودک، احساس زنان را در مورد داشتن حق انتخاب برای کنترل و تنظیم فعالیت‌های بدنی خود کاهش می‌دهد [۲۲]. گذشته از خانواده، جامعه فرهنگی گسترده‌تر نیز بر مشارکت افراد در فعالیت‌های بدنی تأثیر می‌گذارد. فرصت ایجاد شبکه با افرادی با پیشینه فرهنگی مشابه نیز به عنوان دلیلی برای شرکت افراد در فعالیت‌های بدنی شناسایی شد [۲۳]. مطالعه‌ای که بر روی مهاجران و پناهندگان در مینه‌سوتا، ایالات متحده آمریکا انجام شد، نشان داد که افراد وقتی کسی را در جامعه خود می‌شناختند که در مدیریت تعهدات شخصی خود در حین فعال ماندن از نظر جسمی موفق بوده است، انگیزه بیشتری برای فعالیت بدنی داشتند [۲۴]. در مقابل، فعالیت‌های بدنی انفرادی به عنوان فرصتی برای فاصله گرفتن از مسائل اجتماعی تلقی می‌شد [۱۷]. فعالیت بدنی، چه با دیگران انجام شود و چه در تنهایی، تحت تأثیر نحوه ارتباط افراد با دیگران قرار می‌گیرد.

## ۴- ارزش‌های فرهنگی و سبک زندگی

مفاهیم فرهنگی ساخته شده در مورد تناسب جنسیتی، بیشترین چالش فرهنگی پیرامون فعالیت بدنی است [۲۵]. در مطالعه‌ای که سطح عدم فعالیت بدنی را در کشورهای عربی مقایسه کرد، مشخص شد که زنان به طور کلی کمتر از مردان در فعالیت‌های بدنی شرکت می‌کنند [۲۶]. در جوامع مسلمان، زنان اغلب مجاز به ورزش در اماکن عمومی مانند باشگاه یا پارک نیستند، جایی که تفکیک جنسیتی وجود ندارد. در برخی موارد، زنان هنگام ورزش در اماکن عمومی باید همراهی شوند [۱۳-۲۶]. نقش‌های جنسیتی و انتظارات جنسیتی جنبه‌های مهمی از ارزش‌ها و باورهای فرهنگی هستند که مشارکت افراد در فعالیت بدنی را شکل می‌دهند. برای مثال، دانشجویان دختر اسپانیایی تبار اشاره کردند که هنجارهای فرهنگی در مورد فعالیت‌های مناسب برای زنان، عواملی هستند که هنگام انجام فعالیت‌های بدنی در نظر می‌گیرند. فعالیت‌های شدید عموماً غیرزنانه تلقی می‌شدند [۲۷]. والدین همچنین وقتی فرزندان دخترشان در خارج از خانه به فعالیت‌های بدنی می‌پرداختند، در مقایسه با فرزندان پسر، بیشتر نگران مسائل ایمنی بودند [۲۸]. جنبه‌های دیگر هنجارهای جنسیتی، مانند قوانین پوشش برای زنان که توسط برخی فرهنگ‌ها رعایت می‌شود، ممکن است برای برخی از فعالیت‌های بدنی مناسب نباشد [۲۶].

## ۵- عوامل سیاسی و قانونی

مطالعات محدودی در مورد نقش سیاست و عوامل قانونی بر فعالیت بدنی وجود دارد. نقش سیاست‌ها و قوانین در جنبه‌های مختلف ارتقای سلامت مانند تنظیم مصرف دخانیات و مصرف الکل به خوبی اثبات شده است [۲۹-۳۰] سازمان بهداشت جهانی اذعان می‌کند که در طراحی سیاست‌هایی برای بهبود فعالیت بدنی، هیچ قانون "یکسان برای همه" وجود ندارد. چالش این است که چگونه می‌توان عوامل به هم پیوسته را برای اطمینان از پیشرفت در دستور کار فعال کردن جمعیت از نظر بدنی همسو کرد [۱]. علیرغم ادبیات محدود در مورد نقش مستقیم سیاست و قانون در مشارکت جمعیت در فعالیت‌های بدنی، تعداد فزاینده‌ای از مطالعات وجود دارد که بر نقش محیط ساخته شده در ارتقای فعالیت بدنی تأکید دارند [۱۳-۳۱-۳۲] شایان ذکر است که جنبه‌های مهم طراحی محیط‌های ساخته شده مانند برنامه‌ریزی فضای سبز شهری، کاربری زمین، اتصال و کنترل آلودگی نیازمند اقدامات قانونی و ایجاد سیاست‌های عمومی است [۳۱].

## ۶- عوامل اقتصادی

مطالعه‌ای که شامل ۲۲ کشور در آفریقا، که اکثر آنها به عنوان کشورهای کم‌درآمد طبقه‌بندی می‌شوند، نشان داد که ۷۹٪ از جمعیت، توصیه‌های فعالیت بدنی سازمان بهداشت جهانی (WHO) را رعایت می‌کنند [۳۳]. خاطرنشان شد که اگرچه فعالیت بدنی در اوقات فراغت حداقل بود (۵.۳٪)، فعالیت بدنی مرتبط با شغل تقریباً نیمی (۴۸.۶٪) از کل فعالیت بدنی جمعیت مورد مطالعه را تشکیل می‌داد [۳۳].

تمرکز بر فعالیت بدنی در اوقات فراغت هنگام بررسی رابطه بین فعالیت بدنی و شرایط اقتصادی ممکن است منجر به نتیجه‌گیری‌های مبهمی شود، زیرا سایر حوزه‌های فعالیت بدنی در نظر گرفته نمی‌شوند [۳۴]. همچنین، درک نقش اقتصاد در فعالیت بدنی باید نه تنها از نظر ثروت، بلکه از نظر شکاف‌های ثروت نیز در نظر گرفته شود. مطالعات نشان می‌دهد که نابرابری درآمدی پیش‌بینی‌کننده مهم‌تری برای مشارکت در فعالیت بدنی است. درصد بالاتری از افراد غیرفعال از نظر جسمی در کشورهایی با نابرابری درآمدی بالا، صرف نظر از ثروت کشور، مشاهده شد [۳۵].

## ۷- عوامل آموزشی

آموزش یک عامل تعیین‌کننده اجتماعی مهم در بسیاری از جنبه‌های سلامت از جمله امید به زندگی و رفتارهای بهداشتی است [۳۶، ۳۷]. یک مطالعه روی بزرگسالان فنلاندی نشان داد که فعالیت بدنی بالاتر گزارش‌شده توسط خود افراد و اندازه‌گیری‌شده توسط دستگاه با سطح تحصیلات بالاتر مرتبط است [۳۸]. به طور مشابه، مطالعه‌ای که فعالیت بدنی گزارش‌شده توسط خود افراد را در بین کره‌ای‌ها بررسی کرد، مشاهده کرد که تحصیلات عالی با فعالیت بدنی کافی مرتبط است. میانگین بالای تعداد روزهایی که افراد در فعالیت‌های بدنی خاص از جمله پیاده‌روی، تمرینات انعطاف‌پذیری و فعالیت‌های بدنی با شدت زیاد شرکت می‌کردند، در افرادی که حداقل سطح تحصیلات فوق لیسانس داشتند، مشاهده شد. افرادی که تحصیلات راهنمایی داشتند، بیشتر در فعالیت‌های بدنی با شدت متوسط مشغول بودند [۳۹]. مطالعات قبلی به این نتیجه رسیدند که افراد با تحصیلات بالا تمایل بیشتری به آگاهی بیشتر در مورد سلامت دارند و احتمال بیشتری دارد که رفتارهای ارتقا دهنده سلامت را انجام دهند [۴۰، ۴۱]. با این حال، در ایالات متحده، یک مطالعه گزارش داد که تنها ۲۲٪ از شرکت‌کنندگان از جمعیت عمومی از وجود دستورالعمل‌های فعالیت بدنی برای آمریکایی‌ها آگاه بودند. هنگامی که بر اساس سطح تحصیلات تقسیم شدند، تنها ۲۸٪ از شرکت‌کنندگان با حداقل ۴ سال تحصیلات دانشگاهی گزارش دادند که از دستورالعمل‌های فعالیت بدنی اطلاع دارند [۴۲]. در مطالعه دیگری که شامل بزرگسالان استرالیایی بود، تقریباً همه شرکت‌کنندگان (۹۹.۶٪) اذعان داشتند که فعالیت بدنی برای حفظ سلامت ضروری است، اما اکثر آنها قادر به تشخیص میزان توصیه‌شده فعالیت بدنی نبودند [۴۳]. مطالعه‌ای بر روی زنانی که در جوامع روستایی مینه‌سوتا، ایالات متحده آمریکا زندگی می‌کنند نیز نشان داد که علیرغم سطح بالای دانش آنها در مورد فعالیت بدنی، میزان مشارکت آنها همچنان پایین است [۴۴]. بنابراین، بررسی نه تنها دانش افراد در مورد فعالیت بدنی، بلکه میزان مشارکت واقعی آنها در فعالیت بدنی نیز مهم است.

## ۸- زمینه محیطی

در دسترس بودن فضاهای عمومی برای ورزش، مانند پیاده‌روها و پارک‌ها، مردم را به فعالیت بیشتر تشویق می‌کند [۱۳]. علاوه بر این، مردم برای دسترسی به مناطقی که می‌توانند در فعالیت‌های بدنی تفریحی شرکت کنند نیز ارزش قائل هستند [۱۸]. ویژگی‌های محله از جمله وجود پارک‌ها و خیابان‌هایی که مناطق مسکونی را به مغازه‌ها متصل می‌کنند، فعالیت‌های بدنی، به ویژه پیاده‌روی را نیز تسهیل می‌کنند [۱۳].

علاوه بر زیرساخت‌های فیزیکی، دیدگاه مردم نسبت به محیط، مانند زیبایی‌شناسی و ایمنی، از دیگر جنبه‌های مهم قابل بررسی هستند. به عنوان مثال، یک بررسی سیستماتیک نشان داد که زنان آمریکایی آفریقایی تبار ممکن است علیرغم وجود فضاهای عمومی به دلیل ترس از خشونت، جرم، مواد مخدر یا سگ‌های رها شده در محله، همچنان از نظر جسمی غیرفعال باشند [۴۵]. وجود جرم یا ترس از جرم در محله ممکن است بر احتمال مشارکت افراد در فعالیت‌های بدنی تأثیر بگذارد [۱۹]. برخی از دلایل مربوط به محیط که مردم را از انجام فعالیت‌های بدنی باز می‌دارد، شامل فعالیت‌های مربوط به مواد مخدر در پارک‌ها و حیات وحش در مسیرهای پیاده‌روی است [۱۸]. همچنین مشخص شد که بهبود خدمات عمومی مانند حمل و نقل با فعالیت بدنی مرتبط است. یک مطالعه نشان داد که شهرهایی با حمل و نقل عمومی خوب و تعداد بیشتری ایستگاه حمل و نقل، تمایل به بهبود فعالیت بدنی در بین ساکنان خود دارند [۳۲].

## ۹- زبان

شواهد مربوط به نقش زبان در فعالیت بدنی همچنان کمیاب است. با این حال، برخی از منابع موجود نشان می‌دهند که مانع زبانی احتمالاً تأثیر منفی بر فعالیت بدنی افراد دارد. مطالعه‌ای بر روی پناهندگان در دانمارک، زبان را به عنوان یکی از خواسته‌های خارجی که به عنوان مانعی برای فعالیت بدنی شناخته می‌شود، ذکر کرد [۴۶]. مطالعاتی که گروه‌ها را از نظر زبان گفتاری مقایسه کردند، از این فرضیه حمایت می‌کنند که مهارت زبانی یا مانع زبانی، عاملی مؤثر بر فعالیت بدنی است. به عنوان مثال، مطالعه‌ای بر روی آمریکایی‌های آسیایی تبار نشان داد که زبانی که در خانه صحبت می‌شود با فعالیت بدنی مرتبط است. شیوع بیشتر آمریکایی‌های آسیایی تبار که دستورالعمل‌های فعالیت بدنی سازمان بهداشت جهانی را رعایت می‌کردند، حداقل مقداری انگلیسی در خانه صحبت می‌کردند [۴۷]. در مطالعه دیگری که اسپانیایی زبان‌های اسپانیایی زبان و انگلیسی زبان را مقایسه کرد، نویسندگان دریافتند که میزان فعالیت بدنی ناکافی در بین اسپانیایی زبان بیشتر است [۴۸]. مانع زبانی به عدم فعالیت بدنی در جمعیت‌های مهاجر و اقلیت‌ها کمک می‌کند. با این حال، این عامل باید از نظر ارتباط بین مانع زبانی و شرایط اجتماعی-اقتصادی درک شود [۴۶، ۴۸]. در مطالعه‌ای که اسپانیایی تبارهای اسپانیایی زبان و انگلیسی زبان را مقایسه کرد، اکثر اسپانیایی تبارهای اسپانیایی زبان تحصیلاتی کمتر از دبیرستان داشتند و به طور کلی درآمد کل خانوار آنها کمتر از همتایان اسپانیایی زبان انگلیسی‌زبان‌شان بود [۴۰، ۴۱]. بنابراین، ممکن است ایجاد رابطه مستقیم بین زبان و فعالیت بدنی چالش برانگیز باشد.

## ۱۰- تاریخ قومی

اطلاعات بسیار کمی در مورد چگونگی تأثیر تاریخ قومی بر فعالیت بدنی وجود دارد. ادبیاتی که در مورد تاریخ قومی در رابطه با فعالیت بدنی بحث می‌کند، کمیاب است و بیشتر مطالعات در این زمینه، فعالیت بدنی را از دیدگاه‌های انسان‌شناسی و باستان‌شناسی بررسی کرده‌اند. با این حال، تقریباً تمام ادبیات تاریخ قومی، همانطور که در بخش‌های قبلی مورد بحث قرار گرفت، ارتباط متقابل عوامل اجتماعی-اقتصادی مؤثر بر فعالیت بدنی را ارائه می‌دهد. به عنوان مثال، یک مطالعه نشان داد که مردم بومی منطقه لامبایک در شمال پرو در دوران استعمار به فعالیت‌های بدنی شدیدی مشغول بوده‌اند که منجر به شیوع بالای بیماری‌های دژنراتیو مفصلی شده است [۴۹]. تجزیه و تحلیل باستان‌شناسی نشان داد که خم شدن مکرر مفاصل و استفاده از بالاتنه حرکات رایج بوده‌اند. این نوع حرکات را می‌توان با کشت پنبه که بر اقتصاد استعماری آن دوران تسلط داشت، مرتبط دانست [۴۹].

از این مثال، می‌توان دریافت که شرایط سیاسی و اقتصادی و همچنین ساختارهای اجتماعی (به عنوان مثال، نقش استعمارگران و افراد تحت استعمار) بر فعالیت بدنی تأثیر می‌گذارند. به طور خلاصه، فراهم کردن زمینه‌های فرهنگی مرتبط با معنای فعالیت بدنی، فرصت‌هایی را برای بهبود سیاست‌ها یا برنامه‌هایی فراهم می‌کند که افراد و جوامع را به شیوه‌های معنادار فرهنگی در فعالیت بدنی درگیر می‌کنند. این موضوع نه تنها در مورد مدت زمان یا شدت فعالیت بدنی است، بلکه در مورد اینکه فعالیت بدنی چه احساسی در افراد ایجاد می‌کند و چگونه زمینه بزرگتر بر سلامت کلی آنها تأثیر می‌گذارد نیز می‌باشد. این امر به ویژه برای جمعیت‌هایی که نیاز به مداخلات فعالیت بدنی خاص فرهنگی و زمینه‌ای دارند، مانند اقلیت‌های مذهبی، افراد با جنسیت‌های مختلف و همچنین جوامع با نژاد، قومیت و زبان‌های مختلف، مفید است. [۵۰]. نتایج تحقیق صادقی و همکاران (۱۴۰۲) نشان داد که بین عوامل فرهنگی و میزان فعالیت‌های جسمانی رابطه مستقیم و معنی داری وجود دارد و عوامل فرهنگی توانایی پیش‌بینی فعالیت جسمانی در برنامه‌های اوقات فراغت خانواده‌های ایرانی را دارد بر اساس نتایج تحقیق می‌توان بیان کرد که نحوه پرداختن و میزان استفاده از فعالیت‌های جسمانی در برنامه‌های اوقات فراغت خانواده‌های ایرانی به طور مستقیم با فرهنگ خانواده‌ها در ارتباط است [۵۱]. صادقی‌پور و همکاران (۱۳۹۹) نشان دادند در بررسی عوامل اجتماعی مرتبط با فعالیت بدنی، ۳ مقوله اصلی نقش خانواده و دوستان، با زیر مقوله‌های (همراهی، الگو بودن، تسهیل گر بودن، حمایت ابزاری و مستقیم)، حمایت مربیان و کارشناسان ورزشی (حمایت ارتباطی، حمایت از شایستگی و استقلال، تقویت جو اخلاق اجتماعی) و موانع هنجاری و فرهنگی (قوانین جنسیتی فرهنگی و کلیشه‌ها و تفاوت‌های جنسیتی) استخراج گردید. نتیجه‌گیری: متغیرهای شناسایی شده پژوهش در تحقق رفتار فعالیت بدنی دانشجویان اهمیت داشته و به سازمان‌های مرتبط از جمله وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دانشگاه‌ها و دیگر حوزه‌های مرتبط جهت برنامه‌ریزی ارتقاء سلامت و ایجاد سبک زندگی سالم برای دانشجویان کمک می‌نماید. [۵۲]. نتایج پژوهش ارغوان و همکاران (۱۴۰۱) نشان داد در بخش کیفی از طریق کدگذاری باز، محوری و گزینشی تحلیل شد و مفهومی مشخص و بر اساس آن پرسشنامه‌ی پژوهشگر ساخته تدوین گردید و نتایج حاصل از آن توسط آزمون کیزر - میر - اوکلین و آزمون فریدمن تجزیه و تحلیل شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که انگیزه ورزش کردن در سه شاخص سلامت جسم و روح، کیفیت زندگی و فراغت و لذت، صنعت دانش در سه شاخص آموزش و پرورش، معرفی و شناساندن ورزش و مطالب علمی ورزشی و صنعت فرهنگ در پنج شاخص برنامه‌های ورزشی رادیو، صفحات مجازی ورزشی، مطبوعات ورزشی، مستندات و مصاحبه‌های ورزشکاران در تلویزیون و برنامه‌ها و مسابقات ورزشی تلویزیون دسته‌بندی شدند. [۵۳].

### ۳. روش پژوهش

این پژوهش به روش کتابخانه‌ای بود. در روش کتابخانه‌ای، منابع اطلاعاتی از مجموعه کتب، مقالات، گزارش‌ها، پایان‌نامه‌ها و سایر موارد در دسترس کتابخانه جمع‌آوری می‌شوند. این منابع معمولاً توسط کتابداران یا کارشناسان اطلاعاتی جستجو و انتخاب می‌شوند و سپس در کتابخانه به منظور استفاده عموم قرار می‌گیرند. کلیه منابع در دسترس با استفاده از کلمات کلیدی مناسب در این مقاله توصیفی آورده شده است.

## ۵- نتیجه گیری ها و پیشنهادها

فرهنگ پذیری و عمومیت بخشیدن به ورزش در هر جامعه ای در گرو تعمیم و ترویج عوامل موثر در این امر می باشد . وضعیت اقتصادی افراد، اهمیت الویت به ورزش، نگرش مسئولین، نقش رسانه بخصوص سیمای جمهوری اسلامی ایران و شیوه فرهنگ پذیری و توسعه فرهنگ از جمله عواملی هستند که در تثبیت جایگاه ورزش در فرهنگ اجتماعی نقش بسزایی دارند و همه این عوامل بر یکدیگر اثر می گذارند . ورزش پدیده ای فرهنگی، تربیتی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی می باشد که پیوندی محکم با مجموعه نهادها و سازمان ها و همچنین ساختارهای اجتماعی دارد، به این معنا که دستاوردهای ورزش و فعالیت های مربوط به آن بطور کلی یک شاخص فرهنگی در زمینه های مختلف محسوب می شود . مدل طلوع آفتاب لاینیگر ابزاری مفید برای ارتقای درک جامع تر از فعالیت بدنی است که شامل عوامل فرهنگی و زمینه ای است که باورها و رفتار افراد را نسبت به مشارکت در فعالیت بدنی شکل می دهد نیاز به بررسی مجدد و احتمالاً اصلاح شاخص های موفقیت مورد استفاده برای سنجش اثربخشی مداخلات فعالیت بدنی وجود دارد. تا به امروز، اکثر مطالعات مربوط به فعالیت بدنی، داده های خود را بر اساس پارامترهای فیزیولوژیکی جمع آوری شده با استفاده از دستگاه های پوشیدنی (مانند Fitbits)، شتاب سنج ها و سایر دستگاه های مشابه بنا کرده اند. همچنین، ابزارهای بسیار محدودی وجود دارند که داده ها را در مورد محرک های زمینه ای و اجتماعی فعالیت بدنی ثبت و پردازش می کنند. اجماع در اصطلاحات و تعاریف مورد استفاده در تحقیقات، سیاست ها و دستورالعمل های عملی مربوط به فعالیت بدنی نیز مهم است. این مقاله بر اساس یک بررسی روایی هدفمند است که برای ارائه مروری بر ادبیات موجود در مورد فعالیت بدنی که به هر یک از عوامل مدل طلوع آفتاب لاینیگر مرتبط است، انجام شده است. بررسی های بیشتر با استفاده از روش های جامع تر و قوی تر، مانند یک بررسی سیستماتیک، اکیداً توصیه می شود. مطالعاتی که کاربرد این مدل را در درک فعالیت بدنی در جمعیت های خاص بررسی می کنند، سهم قابل توجهی در توسعه مدل های مراقبتی دارند که مداخلات فعالیت بدنی متناسب با فرهنگ را که برای برآوردن نیازهای جمعیت های آسیب پذیر طراحی شده اند، در بر می گیرند.

## ۱۲. مراجع

- 1) Abedini, S. and Talebi, S. (2017). The Socio-economical Factors Related to the Degree of Tendency of Citizens toward Public Sports in Khalkal. *Journal of Applied Sociology*, 28(1), 131-144. doi: 10.22108/jas.2017.21255
- 2) World Health Organization (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128> [Accessed April 12, 2023]. [Google Scholar](#)
- 3) Bull, FC, al-Ansari, SS, Biddle, S, Borodulin, K, Buman, MP, Cardon, G, et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *Br J Sports Med*. (2020) 54:1451–62. doi: 10.1136/bjsports-2020-102955 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 4) US Department of Human Health Services (n.d.). Presidential Active Lifestyle Award. Available at: <https://www.hhs.gov/sites/default/files/pala-plus.pdf> [Accessed April 12, 2023]. [Google Scholar](#)
- 5) US Department of Human Health Services (2018). Physical Activity Guideline for Americans 2nd edition. Available at: [https://health.gov/sites/default/files/201909/Physical\\_Activity\\_Guidelines\\_2nd\\_edition.pdf](https://health.gov/sites/default/files/201909/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf) [Accessed April 12, 2023]. [Google Scholar](#)
- 6) National Institute of Aging (n.d.). Exercise and Physical Activity. Available at: <https://www.nia.nih.gov/health/exercise-physical-activity> [Accessed April 12, 2023]. [Google Scholar](#)
- 7) Leininger, MM, and McFarland, MR. *Culture Care Diversity & Universality: A worldwide nursing theory*. 2nd ed, Burlington, MA: Jones and Barlett Publishers (2006). [Google Scholar](#)
- 8) Linke, SE, Larsen, BA, Marquez, B, Mendoza-Vasconez, A, and Marcus, BH. Adapting technological interventions to meet the needs of priority populations. *Prog Cardiovasc Dis*. (2016) 58:630–8. doi: 10.1016/j.pcad.2016.03.001 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 9) Staffileno, BA, Tangney, CC, and Fogg, L. Favorable outcomes using an eHealth approach to promote physical activity and nutrition among Young African American women. *J Cardiovasc Nurs*. (2018) 33:62–71. doi: 10.1097/JCN.0000000000000409 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 10) Saeed, SA, and Masters, RM. Disparities in health care and the digital divide. *Curr Psychiat Rep*. (2021) 23:61. doi: 10.1007/s11920-021-01274-4 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 11) Teixeira, E, Fonseca, H, Diniz-Sousa, F, Veras, L, Boppre, G, Oliveira, J, et al. Wearable devices for physical activity and healthcare monitoring in elderly people: a critical review. *Geriatrics (Basel)*. (2021) 6. doi: 10.3390/geriatrics6020038 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 12) Sun, XR, Yan, WX, Zhou, H, Wang, ZQ, Zhang, XY, Huang, S, et al. Internet use and need for digital health technology among the elderly: a cross-sectional survey in China. *BMC Public Health*. (2020) 20:1386. doi: 10.1186/s12889-020-09448-0 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)

- 13) Heard, EM, Auvaia, L, and Conway, BA. Culture X: addressing barriers to physical activity in Samoa. *Health Promot Int.* (2017) 32:734–42. doi: 10.1093/heapro/dav119 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 14) Aljayyousi, GF, Abu Munshar, M, Al-Salim, F, and Osman, E. Addressing context to understand physical activity among Muslim university students: the role of gender, family, and culture. *BMC Public Health.* (2019) 19:1452. doi: 10.1186/s12889-019-7670-8 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 15) Hardison-Moody, A, and Yao, J. Faithful families, thriving communities: bridging faith and health through a state-level partnership. *Am J Public Health.* (2019) 109:363–8. doi: 10.2105/AJPH.2018.304869 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 16) Ansari, S, Soltero, EG, Lorenzo, E, and Lee, RE. The impact of religiosity on dietary habits and physical activity in minority women participating in the health is power (HIP) study. *Prev Med Rep.* (2017) 5:210–3. doi: 10.1016/j.pmedr.2016.12.012 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 17) Young-Eun, N, Lim, BH, and Danaee, M. Motives for physical activity participation: does religious faith play a mediating role? *Int J Sport Exerc Psychol.* (2022):1–20. doi: 10.1080/1612197X.2022.2090986 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 18) Nelson, A, Abbott, R, and Macdonald, D. Indigenous Australians and physical activity: using a social-ecological model to review the literature. *Health Educ Res.* (2010) 25:498–509. doi: 10.1093/her/cyq025 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 19) Jones, N, Dlugonski, D, Gillespie, R, DeWitt, E, Lianekhammy, J, Slone, S, et al. Physical activity barriers and assets in rural Appalachian Kentucky: a mixed-methods study. *Int J Environ Res Public Health.* (2021) 18. doi: 10.3390/ijerph18147646 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 20) Panter, J, Guell, C, Prins, R, and Ogilvie, D. Physical activity and the environment: conceptual review and framework for intervention research. *Int J Behav Nutr Phys Act.* (2017) 14:156. doi: 10.1186/s12966-017-0610-z [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 21) Wang, HQ, Swain, S, Luo, JH, Blake, H, and Chattopadhyay, K. Barriers and facilitators to physical activity among ethnic Chinese children: a qualitative systematic review. *JBISIRIR-D-19-00154* [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 22) Ma, WF, Huang, XY, Chang, HJ, Yen, WJ, and Lee, S. Impact of Taiwanese culture on beliefs about expressing anxiety and engaging in physical activity: a discursive analysis of the literature. *J Clin Nurs.* (2010) 19:969–77. doi: 10.1111/j.1365-2702.2009.02840.x [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 23) Edwards, ES, and Sackett, SC. Psychosocial variables related to why women are less active than men and related health implications. *Clin Med Insights Womens Health.* (2016) 9s1:CMWH.S34668–56. doi: 10.4137/CMWH.S34668 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 24) Joseph, NM, Padmavathy, R, and Wang, J. Cultural factors associated with physical activity among U.S. adults: an integrative review. *Appl Nurs Res.* (2018) 42:98–110. doi: 10.1016/j.apnr.2018.06.006 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 25) Wieland, ML, Tiedje, K, Meiers, SJ, Mohamed, AA, Formea, CM, Ridgeway, JL, et al. Perspectives on physical activity among immigrants and refugees to a small Urban

- Community in Minnesota. *J Immigr Minor Health*. (2015) 17:263–75. doi: 10.1007/s10903-013-9917-2 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 26) Caperchione, CM, Kolt, GS, and Mummery, WK. Physical activity in culturally and linguistically diverse migrant groups to Western society: a review of barriers, enablers and experiences. *Sports Med*. (2009) 39:167–77. doi: 10.2165/00007256-200939030-00001 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 27) Sharara, E, Akik, C, Ghattas, H, and Obermeyer, CM. Physical inactivity, gender and culture in Arab countries: a systematic assessment of the literature. *BMC Public Health*. (2018) 18:639. doi: 10.1186/s12889-018-5472-z [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 28) D'Alonzo, KT, and Fischetti, N. Cultural beliefs and attitudes of black and Hispanic college-age women toward exercise. *J Transcult Nurs*. (2008) 19:175–83. doi: 10.1177/1043659607313074 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 29) Bhatnagar, P, Foster, C, and Shaw, A. Barriers and facilitators to physical activity in second-generation British Indian women: a qualitative study. *PLoS One*. (2021) 16:e0259248. doi: 10.1371/journal.pone.0259248 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 30) Casswell, S, Morojele, N, Williams, PP, Chaiyasong, S, Gordon, R, Gray-Phillip, G, et al. The alcohol environment protocol: a new tool for alcohol policy. *Drug Alcohol Rev*. (2018) 37:S18–26. doi: 10.1111/dar.12654 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 31) Smith, TT, Nahhas, GJ, Borland, R, Cho, YJ, Chung-Hall, J, Fairman, RT, et al. Which tobacco control policies do smokers support? Findings from the international tobacco control four country smoking and vaping survey. *Prev Med*. (2021) 149:106600. doi: 10.1016/j.ypmed.2021.106600 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 32) Zhong, J, Liu, W, Niu, B, Lin, X, and Deng, Y. Role of built environments on physical activity and health promotion: a review and policy insights. *Front Public Health*. (2022) 10:950348. doi: 10.3389/fpubh.2022.950348 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 33) Sallis, JF, Cerin, E, Conway, TL, Adams, MA, Frank, LD, Pratt, M, et al. Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. *Lancet*. (2016) 387:2207–17. doi: 10.1016/S0140-6736(15)01284-2 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 34) Guthold, R, Louazani, SA, Riley, LM, Cowan, MJ, Bovet, P, Damasceno, A, et al. Physical activity in 22 African countries results from the World Health Organization STEPwise approach to chronic disease risk factor surveillance. *Am J Prev Med*. (2011) 41:52–60. doi: 10.1016/j.amepre.2011.03.008 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 35) Stalsberg, R, and Pedersen, AV. Are differences in physical activity across socioeconomic groups associated with choice of physical activity variables to report? *Int J Environ Res Public Health*. (2018) 15. doi: 10.3390/ijerph15050922 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 36) Chastin, SFM, Van Cauwenberg, J, Maenhout, L, Cardon, G, Lambert, EV, and Van Dyck, D. Inequality in physical activity, global trends by income inequality and gender in adults. *Int J Behav Nutr Phy*. (2020) 17. doi: 10.1186/s12966-020-01039-x [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)

- 37) Kantomaa, MT, Tikanmaki, M, Kankaanpaa, A, Vaarasmaki, M, Sipola-Leppanen, M, Ekelund, U, et al. Accelerometer-measured physical activity and sedentary time differ according to education level in Young adults. *PLoS One*. (2016) 11:e0158902. doi: 10.1371/journal.pone.0158902 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 38) Raghupathi, V, and Raghupathi, W. The influence of education on health: an empirical assessment of OECD countries for the period 1995-2015. *Arch. Public Health*. (2020) 78. doi: 10.1186/s13690-020-00402-5 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 39) Kari, JT, Viinikainen, J, Bockerman, P, Tammelin, TH, Pitkanen, N, Lehtimaki, T, et al. Education leads to a more physically active lifestyle: evidence based on Mendelian randomization. *Scand J Med Sci Sports*. (2020) 30:1194–204. doi: 10.1111/sms.13653 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 40) Chang, BK. Differences in self-rated health and physical activity due to education level among Koreans: understanding implications of physical education. *Iran J Public Health*. (2021) 50:1983–92. doi: 10.18502/ijph.v50i10.7498 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 41) Ball, K, Cleland, VJ, Timperio, AF, Salmon, J, and Crawford, DA. Socioeconomic position and Children's physical activity and sedentary Behaviors: longitudinal findings from the CLAN study. *J Phys Act Health*. (2009) 6:289–98. doi: 10.1123/jpah.6.3.289 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 42) Tur, JA, Serra-Majem, L, Romaguera, D, and Pons, A. Profile of overweight and obese people in a Mediterranean region. *Obes Res*. (2005) 13:527–36. doi: 10.1038/oby.2005.56 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 43) Piercy, KL, Bevington, F, Vaux-Bjerke, A, Hilkfiker, SW, Arayasirikul, S, and Barnett, EY. Understanding Contemplators' knowledge and awareness of the physical activity guidelines. *J Phys Act Health*. (2020) 17:404–11. doi: 10.1123/jpah.2019-0393 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 44) Fredriksson, SV, Alley, SJ, Rebar, AL, Hayman, M, Vandelanotte, C, and Schoeppe, S. How are different levels of knowledge about physical activity associated with physical activity behaviour in Australian adults? *PLoS One*. (2018) 13:e0207003. doi: 10.1371/journal.pone.0207003 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 45) Olsen, JM, Thorson, D, Baisch, MJ, and Monsen, KA. Using Omaha system documentation to understand physical activity among rural women. *Public Health Nurs*. (2017) 34:31–41. doi: 10.1111/phn.12264 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 46) Siddiqi, Z, Tiro, JA, and Shuval, K. Understanding impediments and enablers to physical activity among African American adults: a systematic review of qualitative studies. *Health Educ Res*. (2011) 26:1010–24. doi: 10.1093/her/cyr068 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 47) Ryom, K, Simonsen, CB, Rau, SR, Maindal, HT, and Agergaard, S. Newly arrived refugees' perception of health and physical activity in Denmark. *J Migration Health*. (2022) 6:100111. doi: 10.1016/j.jmh.2022.100111 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)

- 48) Zhu, XX, Liu, JH, Sevoyan, M, and Pate, RR. Acculturation and leisure-time physical activity among Asian American adults in the United States. *Ethn Health*. (2021) 27:1900–14. doi: 10.1080/13557858.2021.1979193 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 49) DuBard, CA, and Gizlice, Z. Language spoken and differences in health status, access to care, and receipt of preventive services among US Hispanics. *Am J Public Health*. (2008) 98:2021–8. doi: 10.2105/AJPH.2007.119008 [PubMed Abstract](#) | [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 50) Klaus, HD, Larsen, CS, and Tam, ME. Economic intensification and degenerative joint disease: life and labor on the Postcontact north coast of Peru. *Am J Phys Anthropol*. (2009) 139:204–21. doi: 10.1002/ajpa.20973 [CrossRef Full Text](#) | [Google Scholar](#)
- 51) Sadeghi, Mohsen and Vajdi, Shahin and Kheradmandian, Hossein and Saleh Farajzadeh, Siamak, 1402, Investigation of the relationship between cultural factors and the amount of physical activities in the leisure time programs of Iranian families, First International Conference on Physical Education, Health and Sports Sciences, Hamadan,
- 52) 52- Arghavan, Mehdi (1401). The role of the culture and knowledge industry on the tendency to exercise. *Sociological Studies*. Article 3, Volume 15, Number 55, Shahrivar 1401, Pages 43-69