

## بررسی مروری ضروریات، پیشایندها و پیامدهای ورزش در دوران کرونا

### سیدپوریا طباطبایی نبوی

کارشناسی ارشد روانشناسی ورزش، دانشگاه تهران، تهران، ایران

---

#### چکیده

انجام هرگونه پژوهش پیرامون کرونا ویروس جدید (SARS- COV-2)، یا نوع جهش یافته آن که با القای طوفان سیتوکاینی (cytokine storm) در افراد منجر به بروز سندروم حاد تنفسی می‌شود و خسارات جانی و اقتصادی زیادی را طی یک سال اخیر به جهان تحمیل کرده است، ضروری است. ورزش به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل در پیشگیری و درمان انواع بیماری‌های عفونی، تنفسی و روانی عنوان شده است و طی سال‌های اخیر تحقیقات متعددی بر این موضوع صحت گذاشته‌اند. در پاندمی کرونا نیز از ورزش به عنوان یک راهکار بازدارنده و درمانی برای مقابله با کرونا یاد شده است. از این رو پژوهش حاضر درد نظر دارد تا با جمع‌آوری تعداد زیادی از پژوهش‌ها در ارتباط با ورزش و کرونا و بیان یافته‌های آن مطالعات به صورت جامع در یک مقاله مروری به یک جمع‌بندی کلی از این موضوع و نتایج برسد.

**واژه‌های کلیدی:** کرونا ویروس، کووید-۱۹، ورزش، درمان، پیشگیری

---

مطالعات تربیت بدنی و علوم ورزشی

دوره ۷، شماره ۱، بهار ۱۴۰۰، صفحات ۱۴۶-۱۳۹