Research Paper
Relationship between physical activity and mood states during general quarantine due to the COVID-19 pandemic among athletes in racket sports

Leila Soltanian¹, Aliraza Aghababa², *Maghsoud Nabilpour³ Yaghoub Mehri Alvar⁴

1. Department of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Razi Kermanshah University, Kermanshah, Iran.
2. Department of Sports Psychology, Institute of Physical Education and Sports Sciences, Tehran, Iran.
3. Department of Sport Physiology, Faculty of Educational Science and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
4. Department of Sports Physiology, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Bu Ali Sina of Hamedan University, Hamedan, Iran.

Citation
Soltanian L, Nabilpour M, Aghababa A, Alvar Y. [Relationship between physical activity and mood states during general quarantine due to the COVID-19 pandemic among athletes in racket sports (Persian)]. Complementary Medicine Journal. 2022; 11(4):384-395. https://doi.org/10.32598/cmja.11.4.1151.1

Objective
The COVID-19 disease and related restrictive measures such as quarantine have affected many aspects in human life, including physical activity and mood. The present study aims to investigate physical activity and mental states of athletes in racket sports during general quarantine due to the COVID-19 pandemic.

Methods
This is a descriptive correlational study. Participants were 196 athletes in racket sports (123 males and 73 females). Their physical activity was measured by Cho's 5-item physical activity questionnaire surveying the type, frequency and intensity of training (from low to very high) before and during the COVID-19 pandemic. To evaluate their mood states, we used the short form of Brunel Mood Scale. Chi-square test and one-way ANOVA were used to analyze data in SPSS v. 22 software.

Results
The number of training sessions per week and the duration of training decreased during quarantine compared to pre-quarantine period in both male and female racket players (P<0.05). This reduction in duration and number of training sessions was negatively and significantly related to mood states (P= 0.001).

Conclusion
Training has a positive effect on the mood states of athletes in racket sports during the COVID-19 pandemic. The intensity of training can affect their mood more than the duration of training, with the increase of training intensity, their negative moods decrease.

Keywords:
Covid-19, Quarantine, Mood, Racket-sports, Psychological Disorders

Extended Abstract

Introduction

The COVID-19 pandemic, quarantine and related restrictions have affected many aspects of life, including physical activity and mood. Therefore, compliance with restrictive rules and measures, such as social distancing, requires the highest level of self-control for people (14). In the meantime, regular exercise and physical activity can have psychological benefits such as recovery from disease, psychological well-being and prevention of depressive symptoms, and be effective in maintaining mental health and help reduce other chronic diseases and physical disabilities during the pandemic.

Since general quarantine was effective in preventing and controlling the COVID-19 and responding appropriately to its effects on mental disorders, its implem
tation for controlling or preventing infectious diseases is important. The question that arises is when, why and under what circumstances the government can fulfill its duty for imposing quarantine measures during the COVID-19 pandemic? In this regard, the present study aims to investigate the relationship between physical activity and mood disorders of athletes in racket sports while are in general quarantine during the COVID-19 pandemic.

**Materials and methods**

This is a descriptive-correlational study with cross-sectional design. The study population consists of all badminton and table tennis players in Iran from April to June 2020. In this regard, 196 athletes (123 males and 73 females) were finally selected using a convenience sampling method and after removing incomplete questionnaires. Physical activity levels were measured by inquiring about the type, frequency and intensity of training (from low to very high) before and during the COVID-19 pandemic, that were extracted from the 5-item physical activity questionnaire developed by Cho and has acceptable reliability and validity. The face validity of its Persian version was confirmed by 10 experts and its reliability was determined through a pilot study on 30 respondents using Cronbach's alpha which was reported 0.89. To evaluate the mood states of participants, we used the short form of Brunel Mood Scale (BRUMS). Although this instrument has 65 items rated on a five-point scale (from 0 = No to 4 = Extremely), we used its 16 items (12 for negative mood and 4 for positive mood). The internal consistency (Cronbach's alpha) of the subscales and overall scale ranges from 0.82 to 0.96. In the present study, Cronbach's alpha for the overall scale was obtained 0.90. Data were analyzed in SPSS v.22 by using descriptive statistics for demographic characteristics (such as age, gender, educational level, etc.) and inferential statistics including Kolmogorov-Smirnov test, chi-square test, ANOVA and Pearson correlation test. The significance level was set at 0.05.

**Results**

Findings showed a negative significant relationship between mood states and changes in the intensity of training caused by the pandemic (Table 1). The intensity of training compared to the duration of training was able to affect the mood states of athletes; as the intensity of training increased, the mood decreased.

**Discussion**

Based on the results of the present study, it can be concluded that physical activity has a positive effect on the mood states of racket players. Physical activity is associated with mental health such as mood, anxiety and depression, self-concept and mental health and the quality of life. The results of the present study indicated that quarantine of athletes in racket sports can have negative effects on their moods. Although this research is theoretically novel, but it had some limitations. Firstly, it was conducted only on table tennis and badminton players; therefore, it is not possible to generalize the results to other athletes. The second limitation was that the results were based on assessing correlations; it is not logical to explain and interpret the results based on cause-and-effect relationships. Therefore, experimental studies in this field are recommended. It seems that, by observing health protocols, moderate-intensity physical activities can have a positive effect on the mood of athletes in

|                          | Frequency of Training | Intensity of Training |
|--------------------------|-----------------------|-----------------------|
| **Positive mood**        | R 0.068               | -0.09*                |
|                          | Sig. 0.372            | 0.254                 |
|                          | N 175                 | 162                   |
| **Negative mood**        | R 0.132               | 0.022*                |
|                          | Sig. 0.081            | 0.780                 |
|                          | N 175                 | 162                   |
| **Total**                | R 0.142               | -0.008*               |
|                          | Sig. 0.061            | 0.921                 |
|                          | N 175                 | 162                   |
racket sports, which can help them comply with quarantine and social distancing measures.

**Ethical Considerations**

**Compliance with ethical guidelines**

This study obtained ethical approval from the Sport Sciences Research Institute of Iran (Code: IR.SSRC.REC.1399.070).

**Funding**

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

**Authors’ contributions**

All authors had contributed equally to preparing this article.

**Conflicts of interest**

The authors declare no conflict of interest

**Acknowledgements**

The authors would like to thank all participants as well as the Sport Sciences Research Institute of Iran for their cooperation and support.
مقاله پژوهشی
ارتباط فعالیت بدنی و اختلالات خلقی در دوران قرنطینه عمومی طی شیوع بیماری کرونا
ورزشکاران راکتی

نیکه سلیمانی ۱، علیرضا آقا بابا ۲، مقصود نبیل پور* ۳

دکتر مقصود نبیل پور
دانشگاه محقق اردبیلی
دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی
گروه فیزیولوژی ورزشی

نشانی:
+۹۸ (۹۱۰) ۴۳۰۸۷۲۰۸
نیکه سلیمانی
nabilpour@yahoo.com

مقدمه
کشف نوع جدیدی از ویروس کرونا در دسامبر سال ۲۰۱۹ در چین انجام شد. طی سه ماه این بیماری به یک بیماری همه‌گیر تبدیل شد. با عبور تعدادی از مرزهای نفر، سازمان بهداشت جهانی بیماری کرونا (COVID-19) را انتخاب کرد. 

۱. Coronavirus disease
۲. World Health Organization (WHO)
۳. COVID-19

۴. Virus
۵. Disease

۶. مراجع

۱. یعقوب مهری الوار، یعقوب مهری الوار، یعقوب مهری الوار
۲. علیرضا آقا بابا، علیرضا آقا بابا
۳. مقصود نبیل پور، مقصود نبیل پور

اطلاعات نداشته‌ایم.
پیشگیری و مدیریت افسردگی در دوران قرنطینه و ایزوله شدن

آقایان و دکترフ. پژوهشکان انجمن تحقیقات در علوم روانی و سلامت

1. مقدمه

2. مطالعات قبلی

3. آزمون‌های تحقیقاتی

4. نتایج

5. بحث

6. نتیجه‌گیری

7. تأثیر مصرف مواد

8. واقعیت‌گرایی و کنترل

9. محدودیت و فشار

10. جمعیت و آمار

11. شاخص‌های مصرف مواد

12. همبستگی

13. سیستم‌های مصرف

14. مشاوره و راهنمایی

15. ارتباطات

16. تحلیل

17. نتیجه‌گیری

18. پیشنهادات

19. منابع

پژوهشکان و نظرسنجی‌های گزارش شده از آزمون‌های تحقیقاتی نشان داده که در دوران قرنطینه و ایزوله شدن افسردگی و اختلالات روانی افزایش یافته است. این تحقیقات نشان‌دهنده که افراد در دوران قرنطینه و ایزوله شدن نسبت به قبل از بیماری همه‌گیر افزایش یافته است. این افزایش ممکن است باعث شده باشد که افراد در دوران قرنطینه و ایزوله شدن به دلیل فشار و استرس و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فشار و فش
بعد از شیوع کرونا تمام فعالیت‌های ورزشی در این کشور و بسیاری از اماکن ورزشی ممنوع شد. این شیوع نه تنها به مهارت و تمرین ورزشکاران در زمینه انیشتومیستیک و ارتباطات رزمی و تکنیکی و تحلیل‌های فیزیکی تبدیل شد. همچنین این شیوع باعث افزایش شدید فاصله‌گذاری اجتماعی در آنها شد. باعث شد که کمک‌های بین‌المللی به این کشور در زمینه پیشگیری و کنترل اپیدمی کرونا انجام شود.

رویه‌های مقایسه‌ی خلاق و فعالیت بدنی در زمان قرنطینه عمومی در زمان شیوع بیماری کرونا در ورزشکاران راکتی است. هدف این مطالعه بررسی ارتباط فعالیت بدنی و اختلالات خلقی در دوران قرنطینه عمومی در زمان شیوع بیماری کرونا در ورزشکاران راکتی است.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر، یک مطالعه مقطعی از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل بازیکنان بدمینتون و تنیس روی میز فدراسیون‌های مربوطه بود. با انتخاب نمونه‌ای از دو ورزشکاران راکتی، که از قربانی‌ها و مبتلا به بیماری کرونا بودند، این مطالعه انجام شد.

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام شد.

یافته‌ها

تعداد کل نمونه‌های پژوهش 196 نفر بود که از آنها 102 نفر در زمینه بدمینتون و 73 نفر در زمینه تنیس روی میز بودند.

در جمله‌ای، این مطالعه نشان داد که ورزشکاران راکتی در زمینه بدمینتون، در طول دوران قرنطینه عمومی، فعالیت بدنی خود را افزایش دادند. همچنین نشان داد که اختلالات خلقی در این دوران به شدت کاهش یافت.

پژوهش‌گران همچنین نشان دادند که ورزشکاران راکتی در زمینه تنیس روی میز، باعث افزایش فعالیت بدنی و کاهش اختلالات خلقی هستند.

9. Cronbach's alpha
10. Brunel Mood Scale (BRUMS)

در نتیجه، این مطالعه نشان داد که ورزشکاران در زمینه بدمینتون، در دوران قرنطینه عمومی، فعالیت بدنی خود را افزایش دادند و اختلالات خلقی در این دوران به شدت کاهش یافت.
هلکه علمی و مطالعاتی از صنعت ورزشکاران، ارتباط فعالیت بدنه و اختلالات خلقی در دوران قرنطینه عمومی در حین فعالیت ورزشی مدیریت ورزشکاران را چگونه می‌نماید؟

جدول ۲. تغییرات در تعداد جلسات تمرینی در ورزشکاران راکتی

| متغیر         | زنان       | مردان       | مجموع       |
|---------------|------------|--------------|--------------|
| تعداد (جلسه)| ۳۶/۷۹۵۸ نفر| ۳۶/۷۹۵۸ نفر| ۳۶/۷۹۵۸ نفر|
| درصد          | ۱۷/۸۳ نفر  | ۱۷/۸۳ نفر    | ۱۷/۸۳ نفر    |
| درصد و مردان | ۱۷/۸۳ نفر  | ۱۷/۸۳ نفر    | ۱۷/۸۳ نفر    |
| درصد و زنان   | ۱۷/۸۳ نفر  | ۱۷/۸۳ نفر    | ۱۷/۸۳ نفر    |

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به وسیله ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد که ارتباطات مثبت تعداد جلسات تمرینی در زنان و مردان افزایش یافته بود و این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود. که به سرعت می‌گردد سه روز در زمان تمرین ذخیره کننده یا انجام شرایط کرونایی نشان داده که از این نظر شرایط محلی وrong نیز کاهش نشان داد. این تغییرات به واسطه ایجاد شرایط کرونایی به وجود آمده بود.
چهلم، تیپ‌های مختلف‌تری از تمرین کننده و منابع ورزشی در طرح تحقیق آمده است.

### جدول 3. تیپ‌های مختلف‌تری از تمرین کننده و منابع ورزشی در طرح تحقیق

| تیپ‌های مختلف‌تری از تمرین کننده | جنسیت | لازم بودن | درصد |
|----------------------------------|-------|-----------|-----|
| شش روز در هفته                 | مرد  | 23/100   | 70 |
| بیشتر از ده دقیقه               | زن   | 24/100   | 75 |
| کمتر از ده دقیقه               | مرد  | 12/100   | 40 |
| هیچ وقت                       | زن   | 25/100   | 85 |

نتایج نشان داده است که افسردگی با کاهش فعالیت بدنی ارتباط دارد. در واقع، تمرینات ورزشی به نسبت حجم مدت فعالیت ورزشی یا شدت آن می‌تواند به دست آورد که نتیجه‌گیری می‌کند که باعث بهبودی احساساتی و بهبود رفتار و رابطه‌های اجتماعی می‌گردد. این کار ثابت کرده است که افزایش حجم وسایل ورزشی می‌تواند به بهبود رفتار و رابطه‌های اجتماعی کمک کند. در واقع، زنان با نتایج آقابابا و همکاران بهبود بیشتری در رفتار و رابطه‌های اجتماعی داشتند. این نتایج در یک تحقیق قبل از آن به همین روش داشتند. بنابراین، این نتایج به نتایج پیشنهادی آقابابا و همکاران مطابقت دارد.
نکته دیگر در این مورد این است که فضای سبک‌ومند و فعالیت‌های فیزیکی می‌تواند به شکل بسیار اثرگذاری روانی و معنی‌داری برای افراد کاهش بیماری‌ها و درمان مشکلات روانی کمک کند. این امر به‌طوری‌که نتایج پژوهش حاضر نشان داد که فعالیت‌های بدنی و ورزشی می‌تواند به کاهش ناراحتی و بیماری‌های روانی کمک کند.

جدول

| پیش‌آزمون | پس‌آزمون | P | P |
|------------|-----------|---|---|
| 0/2068     | 0/2037    | 0/061 | 0/254 |
| 0/132      | 0/081     | 0/022 | 0/780 |
| 0/142      | 0/061     | 0/008 | 0/921 |

تأثیرات اجتماعی و فرهنگی بر روی بافت‌های اجتماعی و فرهنگی مهم‌ترین عواملی هستند که بر روی رفتارهای افراد و جامعه به ویژه در زمان‌های استرس‌زا تأثیر می‌گیرند. به‌طوری‌که به‌طور کلی می‌توان گفت که توجه به این تاثیرات در زمان‌های استرس‌زا اهمیت‌مند است.

به‌طور کلی، تغییرات روانی و اجتماعی به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود، به‌طوری‌که در پی افتراق و ورزش وارد شود.
پیامدهای فشار روانی برندی و فراپاشی (فروروردن و فروپاشی) عبور می‌کند و فردی که قادر به رویارویی با انواع عوامل استرس‌زا نیست تا سرحد آشفتگی و فراپاشی در سلامتی جسمی و روانی ممکن است پیش‌رود.

به طور خلاصه تجربه فشار روانی برندی بر طول است و سیستم ایمنی دینی انسان را پدیدآورنده کرد و فرد را نسبت به بیماری‌ها نیت‌پذیر کرد که از نمونه‌های چندکامد سرماخوردگی 2 نمونه‌های جدیدتر مانند کووید 19 را شامل می‌شود.[19] در واقع، موثریت خلقی ناخوشایند و موجب کلیه سالن‌های کشنده (نقوشی K.N) می‌شود و باعث تغییر در تعداد گلیوله‌های سفید و همچنین سایر آنتی‌بادی‌های خون می‌شود.[27]

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که قرنطینه عمومی ورزشکاران می‌تواند اثرات مخرب بر حالات خلقی ورزشکاران بگذارد. یافته‌های این پژوهش از لحاظ تحقیق نظری در مورد نکات این پژوهش می‌تواند باعث کاهش تعداد گلبولهای سفید و افزایش تعداد آنتی‌بادی‌های خون شود. این یافته‌ها به صورت عالع و معنی‌دار از قبیل تاکیدی نشان داده‌اند که با طراحی مطالعات آزمایشی در این زمینه می‌توان در این محدودیت‌ها از برخی بهره‌برداری کرد.

وهنگام بررسی از اصلاح اختلال پژوهش‌ها، این پژوهش‌ها به صورت پژوهشگاه تربیت بدنی و مدرسی بوده و با کد IR.SSRC.REC.1399.070 علوم ورزشی رصید است.

جامعه مالی

این مطالعه برگرفته از طرح پژوهشی مصوب پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی است.

مشارکت‌لیست‌سازی

تعداد نمونه‌های مورد بررسی، اجرای نگارش همه پژوهش‌ها و پژوهش‌های در حال انجام‌رسانی نیست.
References

[1] Gralinski LE, Menachery VD. Return of the Coronavirus: 2019-nCoV. Viruses. 2020; 12(2):135. [DOI:10.3390/v12020135] [PMID]

[2] Kucharski AJ, Russell TW, Diamond C, Liu Y, Edmunds J, Funk S, et al. Early dynamics of transmission and control of COVID-19: A mathematical modelling study. The Lancet Infectious Diseases. 2020; 20(5):553-8. [DOI:10.1016/S1473-3099(20)30144-4]

[3] Nabilpour M, Sadegi F. Comparison of some anthropometric and physiological indices of professional bodybuilding after recovery of Covid-19 disease and their clinical manifestations during exercise (Persian). Feyz Journal of Kashan University of Medical Sciences. 2021; 25(3):970-7. http://feyz.kумs.ac.ir/article-1-4312-en.html

[4] Nabilpour M, Pourrahim A, Aghababa A, soltanian L. Maintaining the mental well-being of bodybuilders through physical activity within the restrictions of quarantine (Persian). Journal of Preventive Medicine. 2021; 8(2): 37-47. http://jpm.hums.ac.ir/article-1-455-en.html

[5] Rezaei S, Aghababa A, Rohani H, Nabilpour M. Effects of the Novel 2019 coronavirus outbreak (Covid-19) on the level of sports activities and mood of non-professional football players in Iran (Persian). Scientific Journal Of Organizational Behavior Management in Sport Studies. 2021; 7(4):29-42. https://fmsjournals.pnu.ac.ir/article_7592.html?lang=en

[6] Aghababa A, Badicu G, Fatheirezae Z, Rohani H, Nabilpour M, Zamani Sani SH, et al. Different effects of the COVID-19 pandemic on exercise indexes and mood states based on sport type, exercise dependency and individual characteristics. Children. 2021; 8(6):438. [DOI:10.3390/children8060438] [PMID] [PMCID]

[7] Reisi S, Aghababa A, Rahoni H, Nabilpour M. The effect of Covid-19 pandemic social distancing on physical activity and mood state of Isfahan citizens (Persian). Armaghane Danesh. 2021; 25(51):861-80. http://armaghane.yums.ac.ir/article-1-3001-fa.html

[8] Maleki H, Tabatabaei F, Bagherink M, Azizmohamadi S, Laka S, Mohajeri iravani M. Some clinical features and supportive therapies in Covid-19 patients died in Hajir Hospital, Tehran, Iran (Persian). Complementary Medicine Journal. 2021; 11(2):154-65. [DOI:10.32598/cmj.11.2.10492] [PMID]

[9] Park SC, Park VC. Mental health care measures in response to the 2019 novel coronavirus outbreak in Korea. Psychiatry Investigation. 2020; 17(2):85-6. [DOI:10.30773/pi.2020.0058] [PMID] [PMCID]

[10] Aghababa A, Zamani Sani SH, Rohani H, Nabilpour M, Badicu G, Fatheirezae Z, et al. No evidence of systematic change of physical activity patterns before and during the Covid-19 pandemic and related mood states among Iranian adults attending team sports activities. Frontiers in Psychology. 2021; 12:641895 [DOI:10.3389/fpsyg.2021.641895] [PMID] [PMCID]

[11] Barari S, Caria S, Davola A, Falco P, Petzer T, Fiorin S, et al. Evaluating COVID-19 public health messaging in Italy: Self-reported compliance and growing mental health concerns. MedRxiv. 2020; 1-19. [DOI:10.1101/2020.03.27.20042820]

[12] Liu X, Kakade M, Fuller CL, Fan B, Fang Y, Kong J, et al. Depression after exposure to stressful events: Lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. Comprehensive Psychiatry. 2012; 53(1):15-23. [DOI:10.1016/j.comppsych.2011.02.003] [PMID] [PMCID]

[13] Gianino MM, Nurchis MC, Politano G, Rousset S, Damiani G. Evaluation of the strategies to control COVID-19 pandemic in four European countries. Frontiers in Public Health. 2021; 9:700811. [DOI:10.3389/fpubh.2021.700811] [PMID] [PMCID]

[14] Coorey GM, Dwan K, Greig CA, Lawlor DA, Rimer J, Waugh FR, et al. Exercise for depression. The Cochrane Database of Systematic Reviews. 2013; (9):CD004366. [DOI:10.1002/14651858.CD004366.pub6] [PMID]

[15] Yoshikawa E, Nishi D, Matsuoka Y. Association between regular physical exercise and depressive symptoms mediated through social support and resilience in Japanese company workers: A cross-sectional study. BMC Public Health. 2016; 16:553. [DOI:10.1186/s12889-016-3251-2] [PMID] [PMCID]

[16] Long BC, Stavel R. Effects of exercise training on anxiety: A meta-analysis. Journal of Applied Sport Psychology. 1995; 7(2):167-89. [DOI:10.1080/10413209508406963]

[17] de Oliveira Neto L, de Oliveira Tavares VB, Schuch FB, Lima KC. Coronavirus pandemic (SARS-COV-2): Pre-exercise screening questionnaire (PESQ) for telepresential exercise. Frontiers in Public Health. 2020; 8:146. [DOI:10.3389/fpubh.2020.00146] [PMID] [PMCID]

[18] Wolff W, Martarelli CS, Schüler J, Bielek M. High boredom proneness and low trait self-control impair adherence to social distancing guidelines during the COVID-19 pandemic. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020; 17(15):5420. [PMID]

[19] Cho MH. Preliminary reliability of the five item physical activity questionnaire. Journal of Physical Therapy Science. 2016; 28(12):3393-7. [DOI:10.1589/jpts.28.3393] [PMID] [PMCID]

[20] Terry PC, Lane AM, Fogarty GJ. Construct validity of the Profile of Mood States - Adolescents for use with adults. Psychology of Sport and Exercise. 2003; 4(2):125-35. [DOI:10.1016/S1469-0292(01)00035-8]

[21] Bond G, Stanton R, Wintour SA, Rosenbaum S, Rebar AL. Do exercise trials for adults with depression account for comorbid anxiety? A systematic review. Mental Health and Physical Activity. 2020; 18:100320. [DOI:10.1016/j.mhpa.2020.100320]

[22] Balchin R, Linde J, Blackhurst D, Rauch HL, Schönbächler G. Sweating away depression? The impact of intensive exercise on depression. Journal of Affective Disorders. 2016; 200:218-21. [DOI:10.1016/j.jad.2016.04.030] [PMID] [PMCID]

[23] Shigemura J, Ursano RJ, Morganstein KC, Kurosawa M, Benedek DM. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. Psychiatry and Clinical Neurosciences. 2020; 74(4):281-2. [PMCID]

[24] Lachman ME, Agripinioi S. Promoting functional health in midlife and old age: Long-term protective effects of control beliefs, social support, and physical exercise. Plos One. 2010; 5(10):e13297. [DOI:10.1371/journal.pone.0013297] [PMID] [PMCID]

[25] Eyre H, Baune BT. Neuropsychiatric changes in depression: A role for the immune system. Psychoneuroendocrinology. 2012; 37(9):1397-416. [DOI:10.1016/j.psyneuen.2012.03.019] [PMID]

[26] Huang J, Zheng Y, Gao D, Hu M, Yuan T. Effects of exercise on depression, anxiety, cognitive control, craving, physical fitness and quality of life in methamphetamine-dependent patients. Frontiers in Psychiatry. 2020; 10:999. [DOI:10.3389/fpsyt.2020.00999] [PMID] [PMCID]

[27] Yaribeygi H, Panahi Y, Sahraei H, Johnston TR, Saehekar A. The impact of stress on body function: A review. EXCLI Journal. 2017; 16:1057-72. [PMID] [PMCID]
