

Wieś receptą na zdrowe życie?

Autor: Dorota Gonet

Data: 6 sierpnia 2015

Nie da się ukryć, że łatwiej jest o zdrowe życie na wsi, gdzie jest czystsze powietrze, cisza i zdrowsza (bo samodzielnie wyprodukowana) żywność. Jednak czy rolnicy są zdrowsi niż mieszkańcy miast? To już nie jest takie oczywiste...

Wieś to nie tylko odpoczynek

Na wsi żyje się zdrowiej, ale tylko do czterdziestki.

Wieś daje odpoczynek i wytchnienie, a w konsekwencji zdrowe życie, ale prowadzenie i zarządzanie gospodarstwem to ciężka praca od świtu do zmierzchu. Dotyczy to przecież zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Według badań GUS mieszkańcy wsi uskarżają się na zdrowie. Pracujący na roli 2-krotnie częściej niż mieszkańcy miast cierpią **na bóle rąk i nóg** oraz choroby reumatyczne.

Zdrowe życie tylko do...?

Na wsi żyje się zdrowiej, ale tylko do czterdziestki. Pełnia zdrowia niestety nie trwa wiecznie. Dolegliwości zaczynają się najczęściej po przekroczeniu czterdziestego roku życia i związane są z wiekiem oraz charakterem wykonywanej pracy. Oprócz problemów z kręgosłupem, rolnicy coraz częściej **chorują na cukrzycę**. Podlaskie Stowarzyszenie Diabetyków alarmuje, że według statystyk już **20% społeczeństwa jest chore**, a wiele osób o tym nie wie.

Z drugiej strony – życie na wsi **zmniejsza ryzyko depresji, nerwicy i innych zaburzeń psychicznych**. Wieś to bowiem miejsce, gdzie czas biegnie wolniej, jest niższy wskaźnik przestępczości. To z kolei powoduje, że rolnicy mniej zestresowani, czego efektem jest ich zdrowe życie – przynajmniej w aspekcie psychicznym.

Z badań CBOS wynika, że rolnicy są zadowoleni ze swojego życia. Jako główny atut mieszkania na roli wskazywane było **zachowanie dobrego zdrowia i szczęście rodzinne**. Najwyraźniej mieszkańcy wsi, mimo ciężkiej pracy, doceniają ten zdrowy tryb życia.

Czy artykuł był przydatny?

Kliknij na gwiazdkę, by zagłosować



Submit Rating

Ocena / 5. Liczba głosów