

# A koronavírus hatása az emberi szervezetre

Nemek eloszlása: Nők: 77,6% Férfiak: 22,4%

Életkori eloszlás: 18 alattiak: 0,5% 18-30: 6,5% 31-50: 41,1% 51-70: 42,2% 70-100: 9,7%

Megváltoztak a táplálkozási szokásai:  
44,3%

Többet főz az előző évekhez képest:  
46,0%

Kiegyensúlyozottan, egészségesen táplálkozik: 63,3%

Többet nassolt:  
38,9%

Változtak az alkoholfogyasztási szokásai: 16,8%

Több alkoholt fogyaszt a vírus megjelenése óta: 9,8%

Nőtt a testsúlya egy év alatt: 31,0%

Csökken a testsúlya egy év alatt: 15,6%

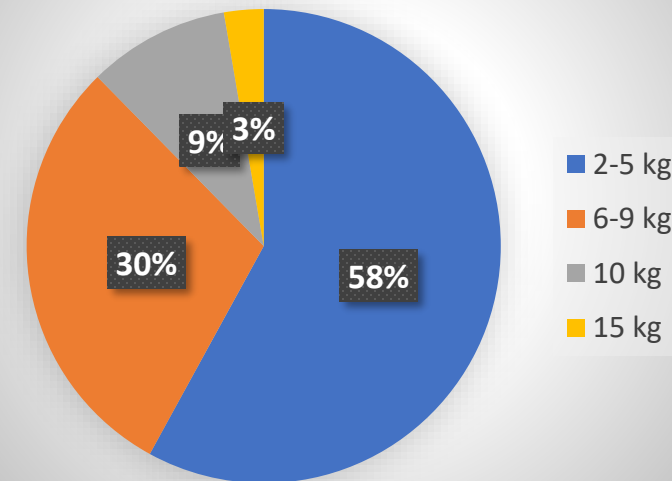
Vírus előtt sportolt rendszeresen: 45,9%

Kevesebbet mozgott: 63,3%

Új mozgásformát kipróbált: 35,9%

Többet töltött semmittevéssel: 43,3%

## Testsúly növekedése



Forrás: A kutatás 2021. március 24-április 5. között, online formában zajlott, 834-en vettek részt benne a Budapesti Mozgásszervi Magánrendelő és a Salgótarjáni Mozgásszervi Magánrendelő szervezésében.

# A koronavírus hatása az emberi szervezetre

Lett új hobbija: 19,9%

Megváltoztak az alvási szokásai: 41,1%

Kevesebbet és rosszabbul alszik: 82,5%

Magányosnak érezte magát az elmúlt egy év alatt: 45,9%

Érzett bizonytalanságot a jövő, vagy az élete kapcsán: 61,9%

Kért segítséget szorongásai miatt: 11,6%

Kialakultak egészségügyi panaszai: 38,8%

Keresett fel orvost a panaszaival: 76,9%

Változtatni szeretne az életén/napi szokásain: 65%

Min változtatna először:

- Mozgás
- Utazás
- Kapcsolattartás családdal, barátokkal
- Táplálkozás
- Orvosi vizsgálatok, műtétek
- Tanulás
- Kulturális programok
- Több home office az üzleti életben



Forrás: A kutatás 2021. március 24-április 5. között, online formában zajlott, 834-en vettek részt benne a Budapesti Mozgásszervi Magánrendelő és a Salgótarjáni Mozgásszervi Magánrendelő szervezésében.