



Sport u doba pandemije

Filip Gospodnetić, Datafit, obrt za računalne i poslovne usluge

4.5.2021.



HRVATSKA ASOCIJACIJA ZA
SPORTSKI MENADŽMENT

Sadržaj

Uvod	1
Sport u proljeće 2020.	2
Pridržavanje epidemioloških mjera	2
Izbjegavanje sportskih objekata	3
Strah od zaraze virusom	4
Sport i nošenje s izolacijom	5
Sport u zimi 2020./2021.	6
Pridržavanje epidemioloških mjera	6
Treniranje u sportskim objektima	7
Čišćenje sportskih objekata	8
Strah od zaraze virusom	9
Pozitivni na COVID-19	10
Mjesto zaraze	11
Osvrt na glavne nalaze	12

Uvod

Pandemija virusa COVID-19 je promijenila svakodnevne navike i način života u vrlo kratko vrijeme, a sportska industrija, pa tako i sportaši diljem svijeta su se morali prilagoditi izvanrednim okolnostima. Otkazivanje natjecanja, ograničavanje treniranja, te zatvaranje sportskih objekata su samo neke promjene kojima se nastojalo suzbiti širenje virusa i očuvati zdravlje sportaša.

Pojava virusa je omogućila da se ispita kako se mijenja bavljenje sportom u situaciji u kojoj se ljudi ne mogu baviti sportom na uobičajeni način. Hrvatska asocijacija za sportski menadžment i Datafit, obrt za računalne i poslovne usluge su proveli dva odvojena istraživanja kojima su htjeli ispitati kako su se ljudi bavili sportom za vrijeme, tijekom i poslije uvođenja niza mjera od strane izvršne vlasti kojima se pokušalo suzbiti širenje virusa.

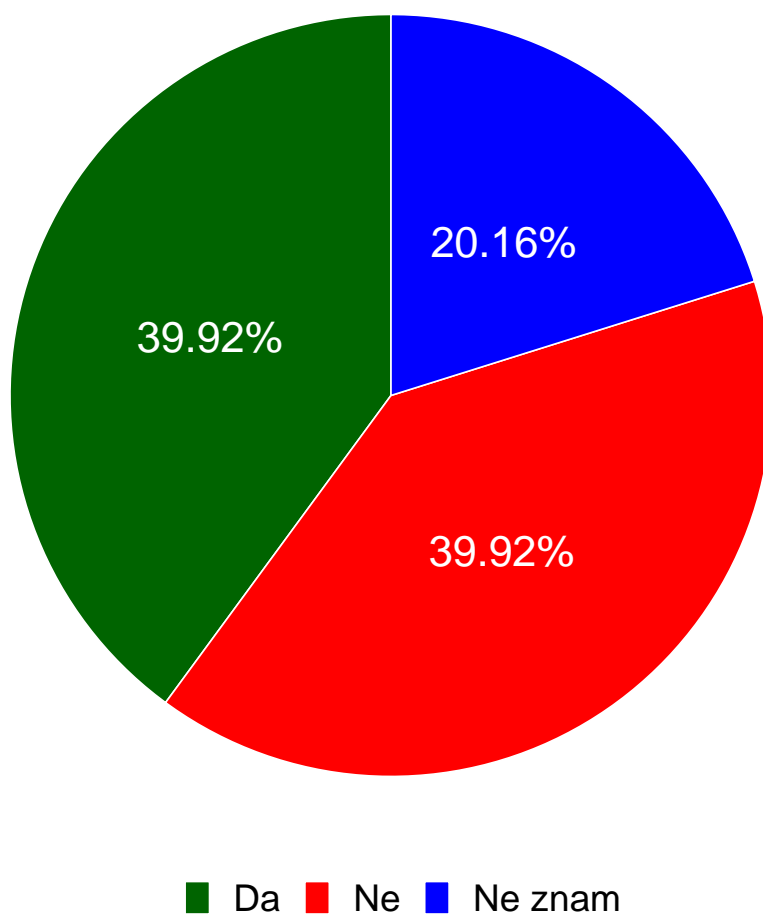
U prvom istraživanju je ispitivano kako su se ljudi bavili sportom prije, tijekom i nakon proljetnog *lockdowna* koji je bio definiran kao period od sredine ožujka 2020. godine, kada su uvedene generalne restrikcije u kretanju i međuljudskim kontaktima do prve polovice svibnja 2020. godine, kada su ta ograničenja ublažena. U drugom istraživanju, naglasak je bio na bavljenju sportom prije uvođenja i tijekom trajanja zabrane rada zatvorenih sportskih objekata koja je uvedena krajem studenog 2020. godine.

Sport u proljeće 2020.

Pridržavanje epidemioloških mjera

Budući da je tijekom proljeća 2020. godine bilo dosta polemike o tome je li moguće pridržavati se epidemioloških mjera, zanimalo nas je što ispitanici misle o pridržavanju epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima.

Podjednak broj ispitanika smatra da je moguće, odnosno nije moguće pridržavanje epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima, dok nešto manji broj ispitanika ne zna je li pridržavanje epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima moguće.



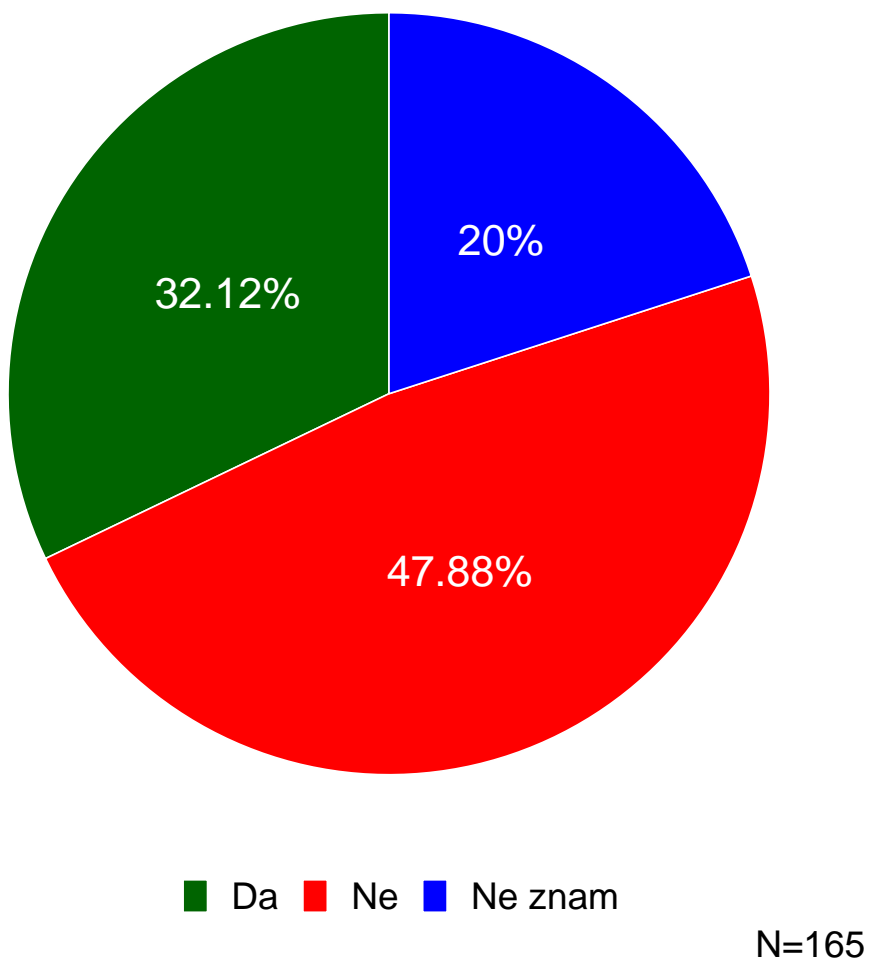
N=258

Slika 1: Je li moguće pridržavanje epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima

Izbjegavanje sportskih objekata

Tijekom *lockdowna* koji je trajao od sredine ožujka do sredine svibnja ljudi su mogli nadomjestiti neodlazak u zatvorene sportske objekte tjelesnom aktivnosti na otvorenom prostoru. Tijekom provođenja prvog istraživanja, kada smo pitali ispitanike hoće li izbjegavati treniranje u zatvorenim sportskim objektima tijekom zime, nije bilo najave njihovog zatvaranja.

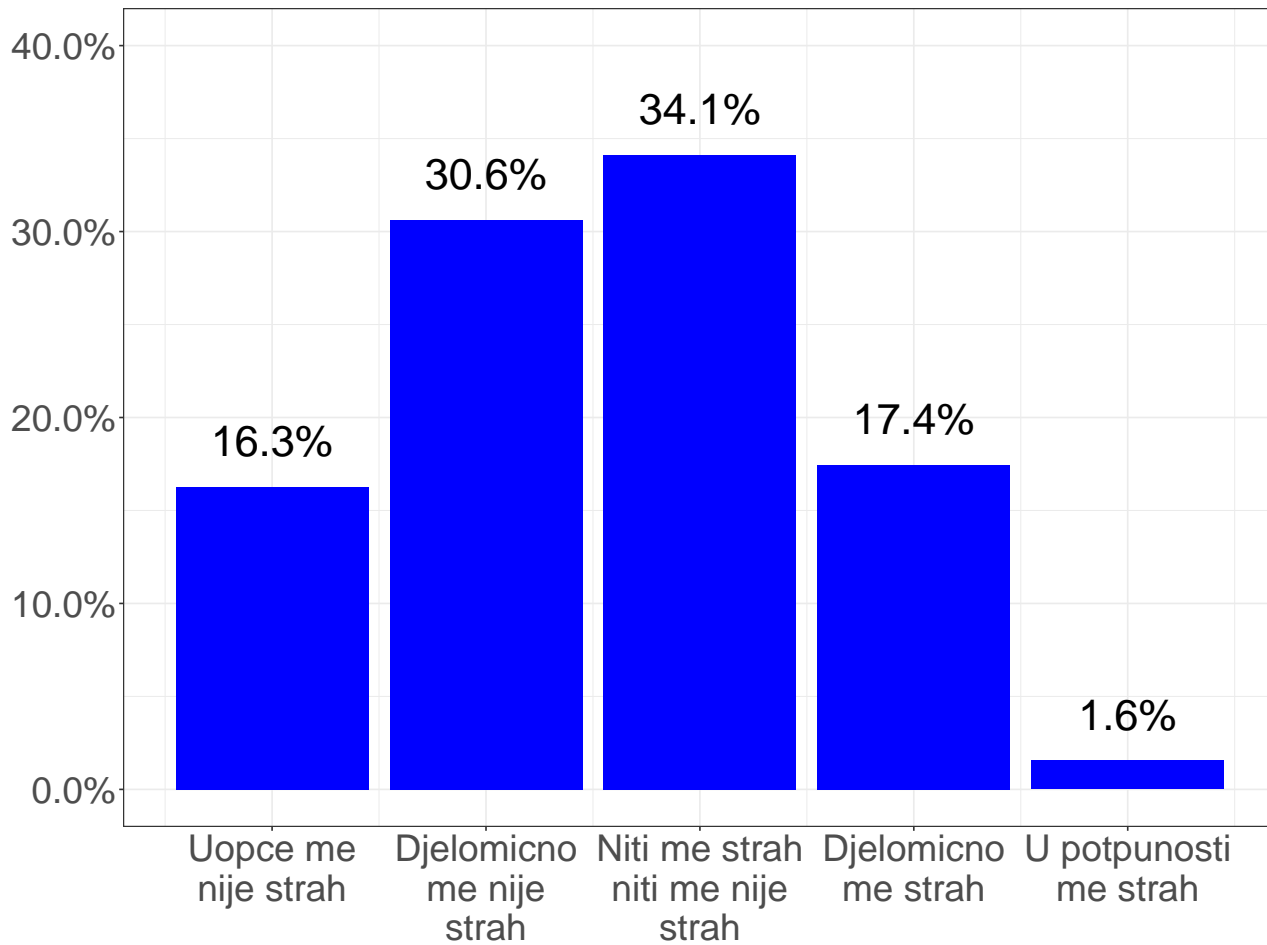
Većina ispitanika je rekla da ne planira izbjegavati odlazak u zatvorene sportske objekte tijekom zime, nešto manji broj je rekao da planira izbjegavati odlazak u zatvorene sportske objekte tijekom zime, dok još manji broj ispitanika nije znao hoće li izbjegavati treniranje u zatvorenim sportskim objektima tijekom zime.



Slika 2: Hocete li izbjegavati odlazak u zatvorene sportske objekte tijekom zime

Strah od zaraze virusom

Iako su Hrvatske vlasti tijekom cijelog proljetnog *lockdowna* naglašavale važnost pridržavanja epidemioloških mjera, bilo je mnogo primjera njihovog kršenja. Stoga smo pitali ispitanike koliko se boje zaraze virusom COVID-19. Zanimljivo je da ispitanici istraživanja tendiraju smanjenom strahu od zaraze virusom COVID-19.

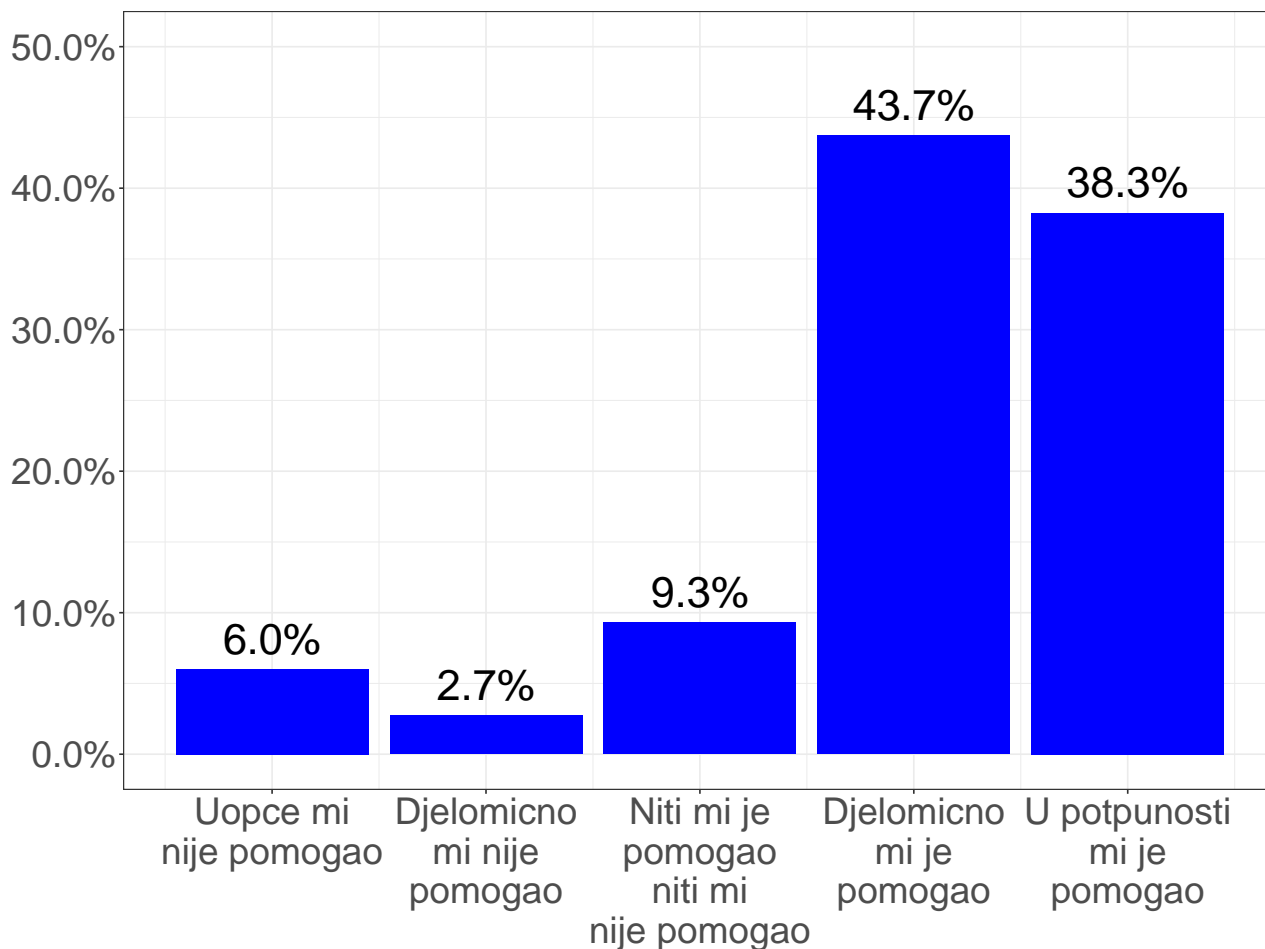


N=256

Slika 3: Koliko vas je strah zaraze virusom COVID-19

Sport i nošenje s izolacijom

Velike promjene koje su se dogodile na proljeće 2020. uvođenjem *lockdowna* su se odrazile na psihičko zdravlje ljudi. Stoga nas je zanimalo je li ljudima bavljenje sportom pomoglo u nošenju s izolacijom tijekom *lockdowna*. Ispitanici su rekli da im je bavljenje sportom tijekom *lockdowna* pomoglo nositi se s izolacijom proizašlom iz smanjenih kontakata s drugim ljudima.



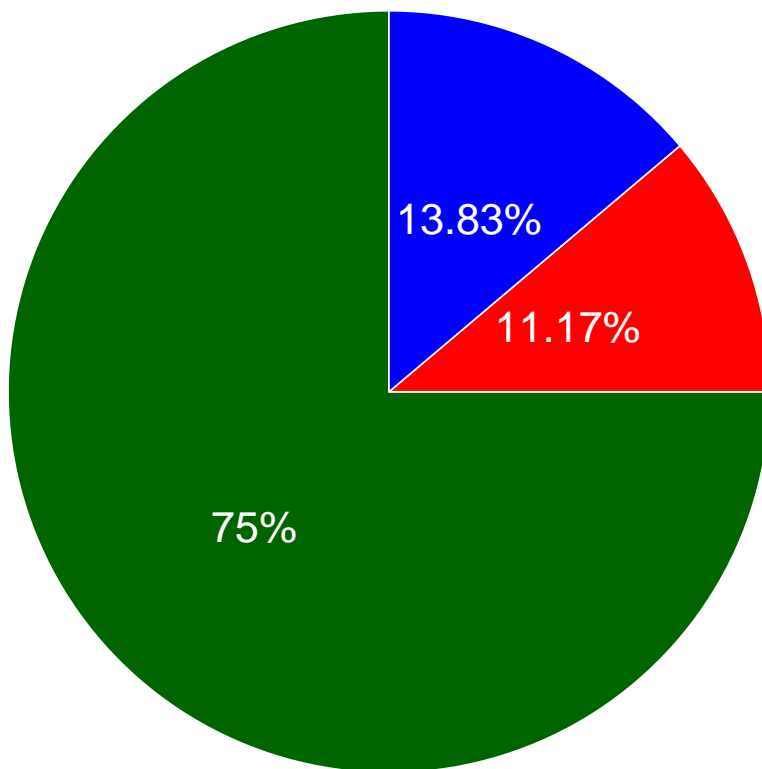
N=256

Slika 4: Koliko Vam je bavljenje sportom pomoglo nositi se s izolacijom tijekom lockdowna

Sport u zimi 2020./2021.

Pridržavanje epidemioloških mjera

Sportski objekti su ponovno zatvoreni krajem studenog odnosno početkom prosinca 2020. godine. Budući da su se ljudi bavili sportom u zatvorenim sportskim objektima prije njihovog zatvaranja, zanimalo nas je što ispitanici misle o pridržavanju epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima. U ovom slučaju je većina ispitanika rekla da je pridržavanje epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima moguće.



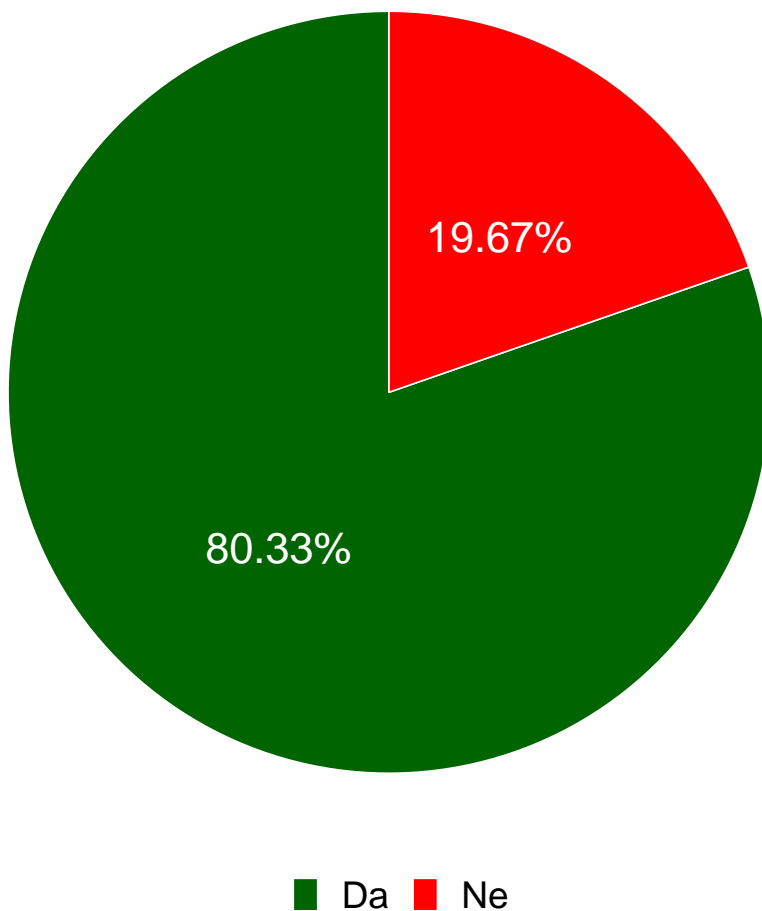
■ Da ■ Ne ■ Ne znam

N=188

Slika 5: Je li moguće pridržavanje epidemioloških mjera u zatvorenim sportskim objektima

Treniranje u sportskim objektima

Najava zatvaranja sportskih objekata u zimi 2020./2021. je izazvala brojne reakcije sportskih djelatnika i javnosti. Zanimalo nas je jesu li ljudi trenirali u zatvorenim sportskim objektima prije njihovog zatvaranja, a iz donjeg grafa se može vidjeti da je većina ispitanika trenirala u zatvorenim sportskim objektima prije nego što su zatvoreni.

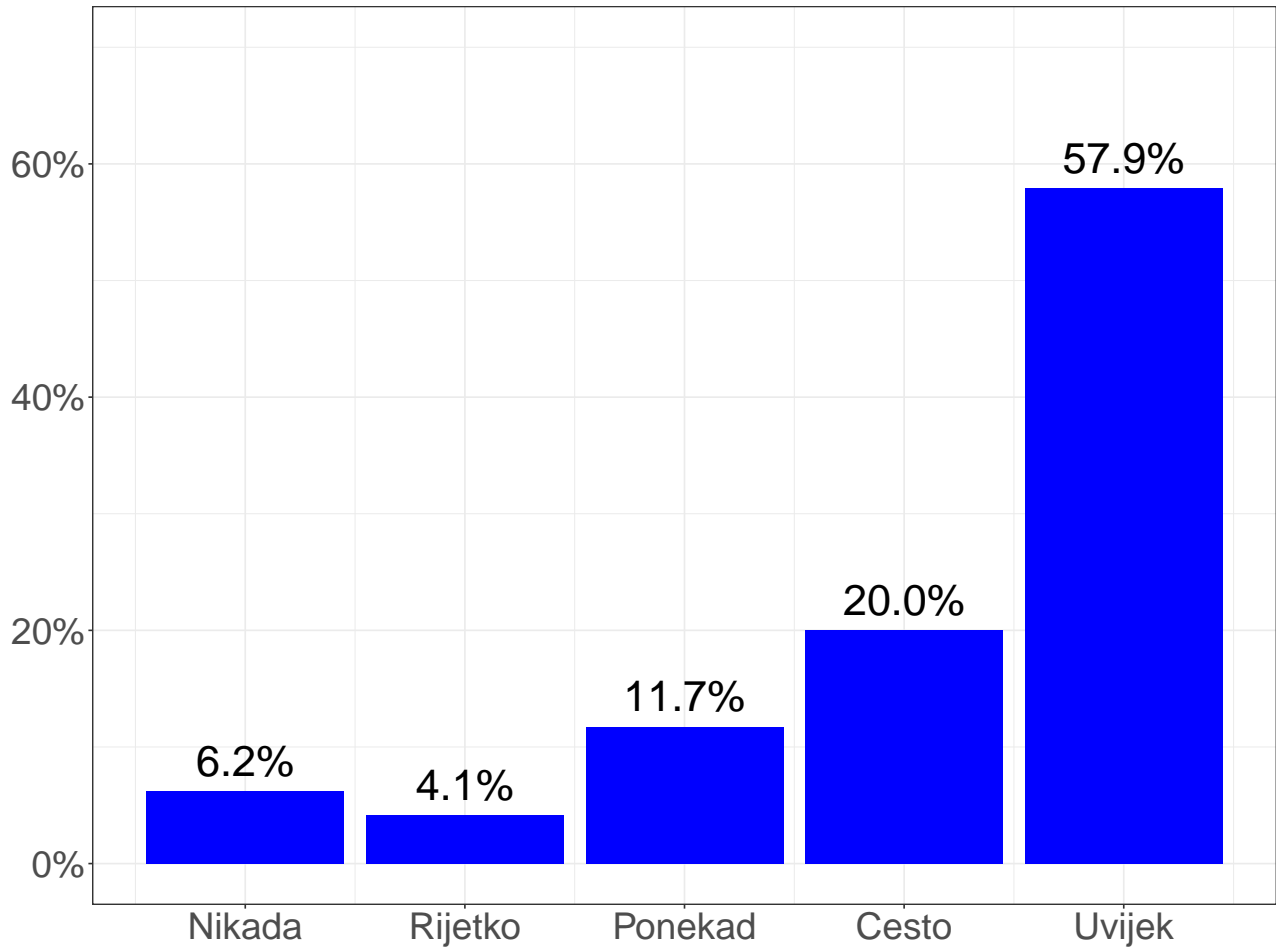


N=183

Slika 6: Jeste li trenirali u zatvorenim sportskim objektima prije njihovog zatvaranja

Čišćenje sportskih objekata

Napomena o obaveznom pridržavanju epidemioloških mjera je morala biti jasno navedena na svim (sportskim) objektima. Stoga smo pitali ispitanike koliko su čistili sportsku opremu koju su koristili tijekom treninga u zatvorenim sportskim objektima. Većina ispitanika je uvijek čistila opremu koju su koristili za vježbanje u zatvorenim sportskim objektima.

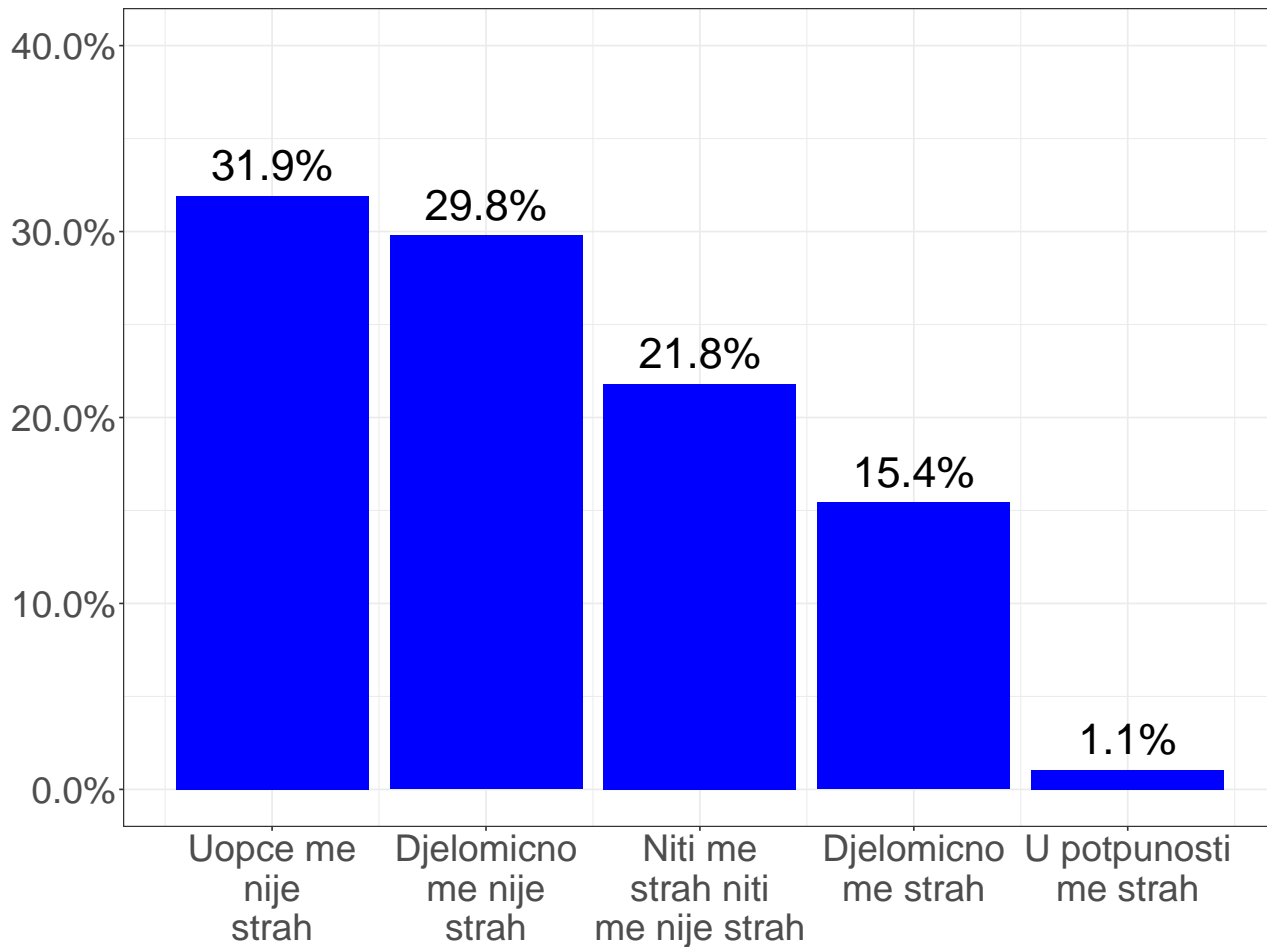


N=145

Slika 7: Jeste li čistili opremu u zatvorenim sportskim objektima

Strah od zaraze virusom

Budući da je provođenje drugog istraživanja završilo u veljači 2021. kada je navršena godina dana od pojave virusa u Republici Hrvatskoj, zanimalo nas je koliko se ljudi boje zaraze virusom COVID-19. Kao i u prvom istraživanju, ljudi su izjavili da ih nije strah zaraze, ali u ovom slučaju je taj manjak straha izraženiji nego u prethodnom istraživanju.

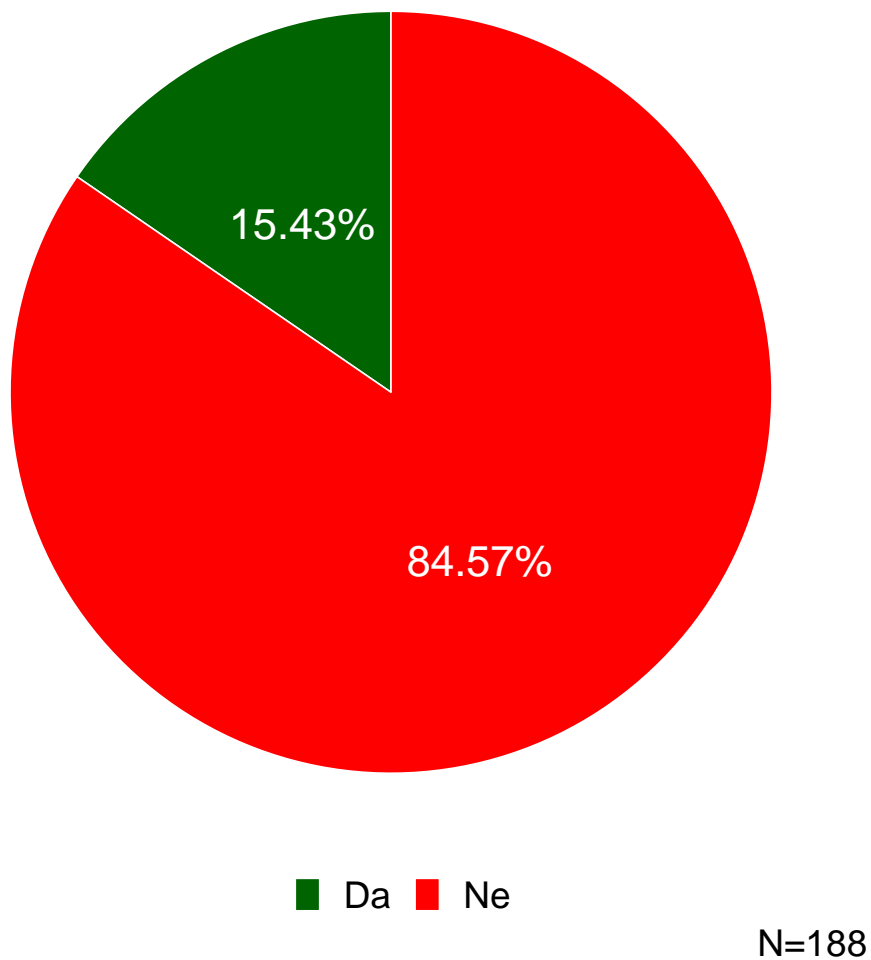


N=188

Slika 8: Koliko vas je strah zaraze virusom COVID-19

Pozitivni na COVID-19

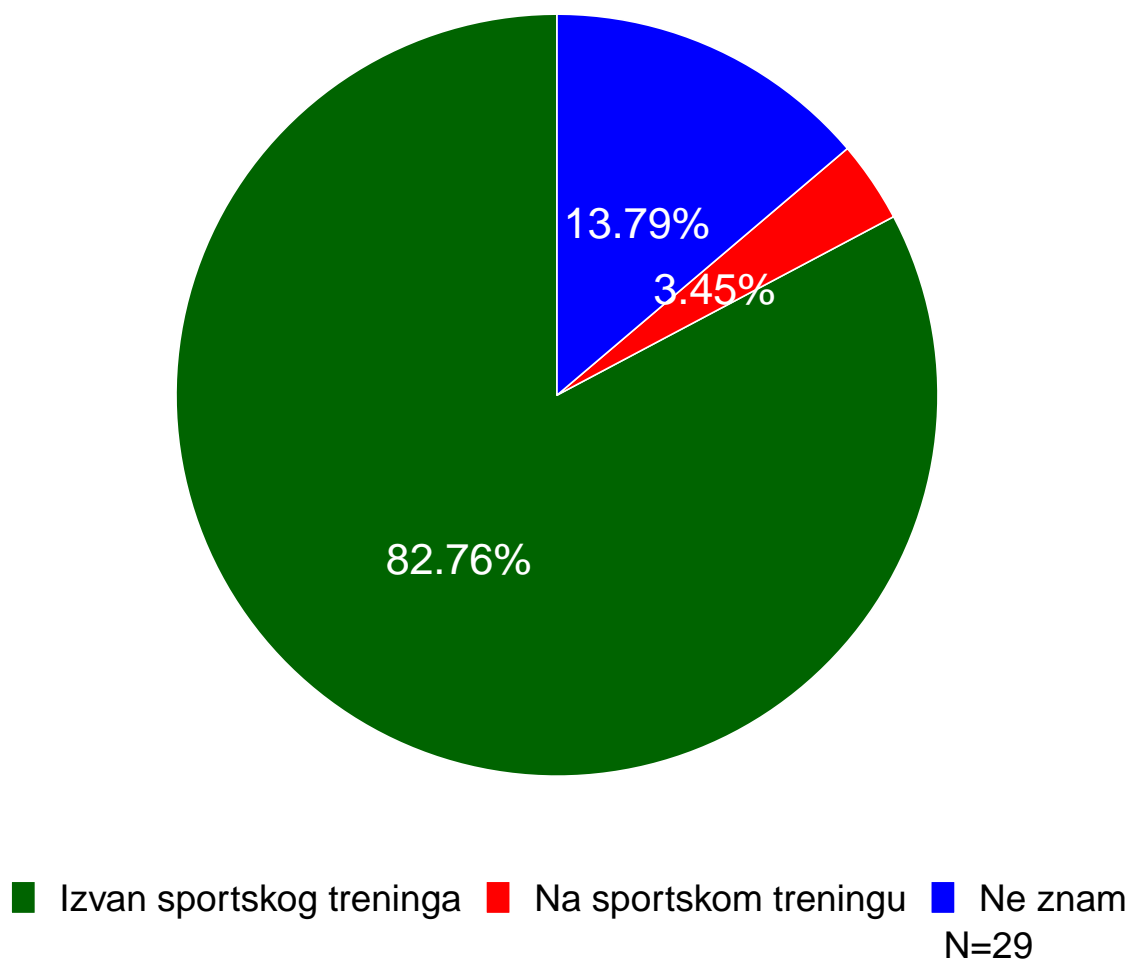
Broj zaraženih virusom COVID-19 je bio svakodnevna tema u medijima pa smo željeli vidjeti jesu li ljudi koji su se bavili sportom bili pozitivni na virus. Kako se može vidjeti iz donjeg grafa, većina ispitanika koja je odgovorila na ovo pitanje je bila negativna na virus.



Slika 9: Jeste li bili pozitivni na virus COVID-19

Mjesto zaraze

S obzirom na nedostatak službenih informacija o tome gdje su se ljudi zarazili virusom COVID-19, htjeli smo saznati jesu li se ispitanici našeg istraživanja zarazili virusom na sportskom terenu ili izvan njega. U ovom istraživanju je ukupno 29 ispitanika bilo pozitivno virus, od kojih se 24 zarazilo virusom izvan sportskog terena, jedan na sportskom terenu, a četiri ne zna gdje su se zarazili.



Slika 10: Gdje ste se zarazili virusom COVID-19

Osvrt na glavne nalaze

Pandemija je narušila kvalitetu života i mnogima bila izvor stresa. Umjerena tjelesna aktivnost ima niz pozitivnih učinaka na psihofizičko zdravlje poput poboljšanja raspoloženja te ublažavanje stresa, na što su ukazali ispitanici ovog istraživanja kojima je bavljenje sportom pomoglo u nošenju s izolacijom tijekom *lockdowna*. Iako su ovo ohrabrujući nalazi, zabrinjavajuć je malen strah od zaraze virusom. To se može objasniti iluzijom neranjivosti, odnosno uvjerenjem da smo, za razliku od drugih ljudi, imuni na loše događaje. Ovakvo pogrešno uvjerenje može voditi u rizična ponašanja poput nenošenja maski ili nepoštivanja socijalne distance.

Ohrabrujuće je da su ljudi koji su se bavili sportom u zatvorenim sportskim objektima čistili opremu za rad i time poštivali mjere čiji je cilj bio očuvanje vlastitog i tuđeg zdravlja. Iako se propisane mjere nisu uvijek i svugdje poštivale, čini se da će ljudi poštivati mjere ako su nužan uvjet za bavljenje aktivnostima koje imaju visoku subjektivnu vrijednost. Stoga poštivanje i usvajanje društvenih normi može činiti razliku između uspješnog i neuspješnog savladavanja globalnih izazova.

Bavljenje tjelesnom aktivnosti kao mehanizmom za očuvanje zdravlja, osvještavanje da je svatko podložan zarazi virusom, te nužnost poštivanja društvenih pravila kojima se želi očuvati zdravlje bi trebali biti minimum koji se treba zadovoljiti kako bi izlazak iz teških zdravstvenih situacija bio moguć. Bez pridržavanja osnovnih i minimalnih uvjeta, ne preuzimanja odgovornosti, te nemara za druge put ka oporavku je znatno teži. Budući da se život više neće vratiti u stanje prije pandemije, potrebno je razmisliti kako promovirati sport kao sredstvo dugoročnog očuvanja i poboljšanja zdravlja građana, da bi nadolazeće zdravstvene ugroze imale manje štetnih posljedica.