

نمونه ترجمه تخصصی انگلیسی به فارسی تربیت بدنی

موضوع: محیط زیست و ورزش

کد مترجم: 806

شما می توانید نمونه ترجمه تخصصی ذیل را مطالعه نمایید. در صورت رضایت از کیفیت ترجمه در هنگام ثبت سفارش می توانید در [فرم ثبت سفارش](#) کد ارجاع به مترجم فوق را وارد نمایید.

متن اصلی

Physical activity has become a social need among people and it has been clearly proved that exercise is a way to prevent all-cause and cardiovascular-related death, diabetes mellitus and obesity. However, athletes and the common individual can be at risk when they are practicing exercise in polluted environments. In 2012, a monitoring program was undertaken in 11 fitness centers from Lisbon where comfort parameters (temperature and humidity) and indoor air pollutants (PM10, PM2.5, CO2, CO, CH2O and VOC) were measured. Three gyms were selected to perform a deeper analysis consisting of longer measurement periods and more parameters, such as particle chemical composition and nanoparticle lung deposition. Measurements were performed during the occupation time, in the studios

and in the bodybuilding room, in order to recognize daily patterns and to identify pollutant sources. The pollutants CO₂, VOC and CH₂O presented high concentrations exceeding the national limit values, while O₃ and CO did not present concerning levels. Pollutant continuous measurements demonstrated increased levels of particles when the spaces were occupied during classes. Results indicated that it is crucial to optimize the HVAC systems, ventilation rates and occupants behavior in order to reduce the exposure to air pollutants in fitness centers and to potentiate the benefits of sport activities.

ترجمه

فعالیت بدنی به یک نیاز اجتماعی در میان مردم تبدیل شده است و به وضوح ثابت گردیده است که ورزش یک راه برای جلوگیری از مرگ و میر ناشی از مشکلات قلبی-عروقی، دیابت و چاقی است. با این حال، ورزشکاران و افراد عادی زمانی که در محیط های آلوده به تمرین ورزشی میپردازند در معرض خطر باشند. در سال 2012، یک برنامه پایش و نظارت در 11 مرکز تناسب اندام از لیسبون اجرا شد که در آن پارامترهای آسایش (دما و رطوبت) و آلاینده های هوای داخل ساختمان (PM10، PM2.5، CO₂، CO، CH₂O و VOC) اندازه گیری شد. سه سالن ورزشی برای انجام تجزیه و تحلیل های عمیق تر شامل دوره های ارزیابی طولانی تر و پارامترهای بیشتر، مانند ترکیب شیمیایی ذرات و رسوبات نانوذرات ریه انتخاب شدند. اندازه گیری ها در طول زمان کار، در استودیو و در اتاق بدنسازی، به منظور تشخیص الگوهای روزانه و شناسایی منابع آلاینده انجام شد. آلاینده های CO₂، VOC و CH₂O غلظت های بالا و بیش از مقادیر محدوده ملی ارائه شده نشان دادند، در حالی که O₃ و CO به میزان نگران کننده وجود نداشتند. زمانی که فضاها در حین برقراری کلاس ها اشغال میشدند، اندازه گیری های مداوم آلاینده ها، افزایش سطح ذرات را نشان داد. نتایج نشان داد که بهینه سازی سیستم های تهویه مطبوع، سرعت تهویه و رفتار کارکنان به منظور کاهش قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا در مراکز تناسب اندام و برای تشدید مزایای فعالیتهای ورزشی از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

ثبت سفارش ترجمه تخصصی متن و مقاله