Media: Tamil Murasu
Date: 5 August 2024
Page: 2

‘முதுமையடைவதில் மோசமான உடல்நலமே தலையாய கவலை’

மூப்படைதலில் மோசமான உடல் நலமே தலையாய கவலையாக சிங்கப்பூரர்களிடையே உள்ளது .அத்துடன், வயதான காலத்தில் நினைவாற்றல் குறைவது, அதற்கடுத்தாற்போல் மற்றவர்களை நம்பி வாழ வேண்டிய நிலை - இவையே சிங்கப்பூரர்களின் முக்கியக் கவலைகளாக உள்ளதாக அண்மைய இணைய ஆய்வு ஒன்று கண்டறிந்துள்ளது.

இதுபோன்ற வழக்கமான கவலைகளைத் தாண்டி, ஒருவர் வயது மூப்படையும் காலத்தில் நல்ல தோற்றத்துடன் இருப்பதும் முக்கியமான அம்சமாகப் பார்க்கப்படுகிறது.

இந்த ஆய்வு தகவல், மின்னிலக்க மேம்பாட்டு அமைச்சால் உருவாக்கப்பட்ட ‘ரைசென்ஸ்’ என்ற லாப நோக்கமற்ற அமைப்பால் மேற்கொள்ளப்பட்டது. இந்த இணைய ஆய்வில் 1,048 பேர் பங்கேற்றனர். மூப்படைவது தொடர்பாக அவர்களின் எண்ணங்கள், உணர்வுகள் குறித்து கேள்விகள் கேட்கப்பட்டன.

ஆய்வில் பங்கேற்றவர்கள் ஐந்து பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்டனர். இதில் முதல் பிரிவில் 15 வயதிலிருந்து 29 வயதுடையவர்கள் இருந்தனர்; கடைசிப் பிரிவில் 65 வயதும் அதற்கு மேற்பட்டவர்களும் இருந்தனர்.

ஆய்வில் பங்கேற்றவர்களில் 69 நிரந்தரவாசிகளைத் தவிர மற்றவர்கள் அனைவரும் சிங்கப்பூரர்கள். ஆய்வில் பங்கேற்ற 79 விழுக்காட்டினர், மூப்படைவது பற்றி அச்சம் தெரிவிக்கவில்லை என்றபோதும் அதை எதிர்கொண்டு வரவேற்பவர்களாக இல்லை. இதில் ஆச்சரியப்பட ஒன்றுமில்லை.

கிட்டத்தட்ட 17 விழுக்காட்டினர் மூப்படைவது குறித்து எவ்விதக் கருத்தும் கொண்டிருக்கவில்லை. எனினும், 5 விழுக்காட்டினர் மூப்படைவதை வரவேற்று காத்திருப்பதாக தெரிவித்தனர்.

மூப்படைவது தொடர்பாக ஆய்வில் பங்குபெற்றவர்களின் முக்கியக் கவலை மோசமான உடல்நலம் (80 விழுக்காட்டினர்), அறிவுத் திறன் குறைவது (50 விழுக்காட்டினர்), மற்றவர்களை நம்பி வாழ வேண்டிய நிலை, ஏழ்மை (40 விழுக்காட்டினர்) மற்றும் தனிமை (25 விழுக்காட்டினர்).

Source: Tamil Murasu @SPH Media Limited. Permission required for reproduction.