

# Sporcu Besin Desteklerine (Sports Supplements) Yönelik Tutum Faktörleri: Fitness Merkezi Katılımcıları Üzerine Bir Araştırma

## Attitude Factors Towards Sports Supplements: A Study on Fitness Center Participants

Araştırma Makalesi

<sup>1</sup>Metin ARGAN, <sup>2</sup>Hüseyin KÖSE

<sup>1</sup>Anadolu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<sup>2</sup>Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

### ÖZ

Sporcu besin desteğinin kullanımı son yıllarda önemli düzeyde artış göstermektedir. Tüketici olarak fitness katılımcıları arasında sporcu besin desteğinin kullanımı, inanç ve tutumlardan etkilenebilmektedir. Sporcular arasında besin desteğinin kullanımı ve etkileri incelenmiş olup, buna karşın fitness katılımcılarının besin desteği kullanımına ilişkin tutumları inceleyen bilimsel çalışmanın sayısı sınırlıdır. Nitekim bu çalışmanın amacı, spor tüketicilerinin sporcu besin desteği faktörlerine yönelik tutumları ve tüketim örneklerini incelemektir. Araştırmanın sonuçları fayda, yan etkiler ve etik ve doğal beslenme adlı üç faktörü ortaya koymuştur. Bu araştırmanın sonuçları aynı zamanda bu sporcu besin desteği faktörlerinin bilgi noksanlığı, doktora başvurma ve ürün tanıtımı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışma spor pazarlama uygulayıcılarının ve üreticilerinin Türkiye'deki sporcu besin desteği uygulamalarının tüketim boyutlarını nasıl kullanacakları konusunda önemli çıkarımlar sunmaktadır.

### Anahtar Kelimeler

Beslenme, Sporcu besin desteği, Spor tüketicisi, Ergojenik yardım, Besin destek tutumları

### ABSTRACT

Sport supplement use has increased significantly in the recent years. The use of sport supplement among fitness participants as consumers seems to be influenced by their beliefs and attitudes. Supplement use and its effects among athletes have been documented however there are a limited number of studies investigating attitudes towards supplement use of fitness participants. Thus, the purpose of the study is to investigate sports consumers' attitudes on sports supplements aspects and consumption patterns. Results revealed three aspects which are benefit, adverse effects and ethics, and natural nutrition. The results of the study also suggest that these supplement factors have significant effects on lack of information, application to the doctor, and advertising the product. The study has significant implications as to how the sports marketing practitioners and producers interpret consumption dimensions of sport supplements practices in Turkey.

### Key Words

Nutrition, Sports supplement, Sports consumer, Ergogenic aid, Supplement attitudes



## GİRİŞ

Günümüzde ister amatör ister profesyonel düzeyde olsun sporcular kaybettikleri enerjiyi geri kazanmak amacıyla sportif destekleyici besinsel ürünlere yönelmektedir. Bu ürünlere yönelik algı, düşünce ve tutumlar ürünün kullanımı üzerinde büyük öneme sahiptir. Farklı düzeylerde fitness ya da spor salonu niteliğindeki yerlerde spor yapan kişiler bu ürünlere yönelik sahip oldukları tutumlara dayalı olarak davranış eğilimi gösterirler. Diğer bir ifadeyle ürün kullanımı, kullanılan ürün kategorileri, kullanım sıklığı ve bu tür ürünlere yönelik bilgilerin edinimi davranışları ön plana çıkarabilmektedir.

Ergojenik yardım ürünleri ya da sporcu besin destekleri (supplement) konusu, son yıllarda üzerinde önemle durulması gereken konulardan biri olarak gösterilmektedir (Burke ve Deakin, 2006). Hem kullanım hem de endüstriyel bakımdan bu tür ürünlerin üretilmesi, tanıtımı ve pazarlanmasının odak noktasını kullanıcılar oluşturmaktadır. Modern spor pazarlama yaklaşımları tüketici odaklı bir perspektif sunmaktadır. Tüketici ya da kullanıcılar ürünler için ana referans kaynağı niteliğinde gösterilir. Farklı düzeylerde spor yapan kişilerin de sporcu besin desteklerine yönelik tutum ve algıları bu kapsamda değerlendirilebilir.

Sporcu besin destekleri ya da ergojenik yardım olarak kullanılan bir takım besinsel destekleyici ürünler sporcular tarafından kullanılmaktadır. Sporcuların performanslarını arttırmak amacıyla doğal yetenek ve antrenman haricinde bir takım madde ve malzemeleri kullanması ergojenik yardım olarak adlandırılmaktadır (Ünal, 2005). Ergojenik yardım Yunanca bir kelime olup, ergon (iş) ile genon (üretmek) kelimelerinin birleşiminden ortaya çıkmıştır (Çetin ve diğ., 2008). Spor terimi olarak ise ergojenik yardım, performans kapasitesini, çalışma verimini arttıran, egzersizlerden sonra kolay toparlanmayı veya zorlu antrenmanlara kolay adapte olmayı sağlayan teknik ya da uygulamadır (Kreider, 2003). Ergojenik yardım ve besin destekleri doğal ve günlük beslenme ile alınan besin öğelerinin sıvı, toz, tablet formlarında hazırlanmış biçimleridir. Sporcuların bu ürünleri kullanma amacı doğal ve günlük beslenmeleri ile eksik kaldıkları

durumlarda ihtiyaçlarını etkili ve çabuk bir biçimde gidermektir (Yücesir, 2009). Sporcu besin destekleri (sports supplements) de sporda kaybedilen bir takım besinsel unsurları yeniden kazanmak ya da desteklemek amacıyla kullanılan ürünleri tanımlamakta kullanılır. Bu çalışmada bu ürünleri tanımlamada sporcu besin desteği kavramı kullanılacaktır.

Son yıllarda sağlık hakkında bilinçlenen tüketiciler, vücutlarına özel fizyolojik etkiler sağlayan, onları hastalıklardan koruyan ve hastalıkların oluşma riskini azaltan, vücudun temel besin ihtiyaçlarını karşılayan gıdalara yönelmektedirler (Karagözlü ve Bayarar, 2004). Beslenmenin sportif performansı ve dolayısıyla başarıyı etkilediği uzun yıllardır bilinmektedir ve bu konuda bu güne kadar yapılmış çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Açıka da ve Ergen, 1990; Demant ve Rhodes, 1999; Mendes ve diğ., 2004; Mujika ve diğ., 2000; Poormans ve diğ., 1997; Şenel ve diğ., 2004; Yıldırım ve Bayraktar, 2000; Ray ve diğ., 2001). Sporcular antrenman ve müsabakalarda aşırı miktarda enerji tüketirler ve bu da beslenmelerinde beklenmeyen gereksinimlerin ortaya çıkmasına sebep olur (Willmore ve Costill, 2004). Sporcular kaybedilen enerjinin yeniden kazanılması anlamında ergojenik ya da sporcu besin desteklerine yönelirler. Spor dünyasında sporcular arasında performans artışı sağlamak ve başarıyı daha kolay yakalamak amacıyla ergojenik yardım veya sporcu besin desteğinin kullanımı yaygınlaşmıştır. Özellikle müsabaka sporlarında madalyaların saniyeler hatta saliseler farkıyla kazanılıyor olması, sporcuların antrenmanların yanı sıra başka bir takım arayışlar içine itmiştir (Ünal, 2005).

Saygın ve diğ. (2009)' ne göre sporda başarı, gerek amatör ve profesyonel sporlarda gerekse sağlık için yapılan sporlarda beslenme ve enerji dengesinin iyi kullanımı sonucunda sağlanabilir. Sporda beslenmenin önemi ve çalışma verimi ile beslenme arasındaki ilişki yapılan pek çok araştırma ile belirlenmiştir. Sporcuların yeterli ve dengeli beslenmesi özellikle performans sporcularında daha da önemlidir (Tekin ve Arslan, 2005). Beslenme konusunda bilgili bir sporcu, hangi besinlerin performansı için yararlı hangi besinlerinde za-

rarlı olabileceğini bilerek hareket etmelidir (Altıntaş ve Akalan, 2008). Yapılan çalışmalarda, sporcuların ve antrenörlerin beslenme konusunda bir yol göstericiye ihtiyaçları olduğunu belirtilmektedir (Çongar ve Özdemir, 2004). Çünkü, sporcuların performansı dengeli beslenmeyle gelişme kat ederken, yetersiz beslenme ile düşüş göstermektedir (Fox ve diğ., 1999).

Yücesir (2009), besin desteği kullanım amacı performans artırma olmamasına karşın, ergojenik ürünlerin kullanımındaki amacın, belirli fizyolojik süreçlere hemen etki ederek yüksek yoğunluk ve şiddetteki antrenmana bağlı yorgunluğun azaltılması ve içerdikleri maddelerin kullanımı ile performansın artırılması olduğunu belirtmiştir. Ancak doğru yardım ürünlerin kullanılmadığı durumlarda sporcular ya çok az ya da hiç fayda görmezler (Burke ve Deakin, 2006).

Sporcu besin destekleriyle ilgili olarak faydalarından, doping etkisi ya da yan etkilerinden ve doğal besinlerle eşdeğer performansın sağlanabileceğinden söz etmek mümkündür. Fayda, yan etkiler ve doğal beslenmeye ilişkin açıklamalar ve araştırmadaki ilişkiler aşağıda ifade edilmiştir.

### **Fayda**

Spor dünyasında sporcu besin desteğinin kullanımını oldukça yaygındır ve pek çok sporcu kariyerleri boyunca en az bir kere de olsa bu desteklerden birini almıştır. Besinsel sporcu desteklerinin öncelikli amacı performansı arttırmak, vücut yağ oranını dengelemek ve protein sentezini harekete geçirmektir (Maughan, 1999). Ergojenik yardımcıları ise kuvveti, dayanıklılığı, hızı ve beceriyi sürekli olarak artırmaya yönelik olarak kullanılır. Ayrıca ergojenik yardımcıların kas fibrillerine doğrudan etki ederek, yorgunluğun etkisini azalttığı, kas kasılmaları için yakıt kaynağı oluşturduğu, kalp ve dolaşım sisteminin etkisini arttırdığı da tahmin edilmektedir (Özmerdivenli ve Yıldırım, 2005). Tüm bu yaklaşımlar sporcu besin destek ürünlerinin faydalarını ortaya koymaktadır.

### **Yan Etkiler**

Sporcu besin desteği ürünlerinin insan sağlığını tehdit ettiği düşüncesiyle kullanılıp kullanılmaması konusunda etik konular gündeme gelmiştir.

Ayrıca, özellikle adölesan sporcularda bu durumun tehlikesi, fiziksel ve duygusal olarak gelişim aşamasında oldukları için ön plana çıkmıştır (Ray ve diğ., 2001). Bu ürünler hakkında söylenenler, bazen bu ürünlerin performans ve sağlığa etkisi yönünden değerlendirilmemekte ve sporcuların boşuna para harcamasına neden olup, sağlıklarını riske atmaktadır. Sporcuların bu ürünleri seçerken; yaş, cinsiyet, spor dalı, amatör veya profesyonel olmaları ve diğer sağlık problemleri gibi bazı konulara dikkat etmeleri gerekmektedir. Ayrıca bazı besinsel ergojenik yardımcıların bazılarının uyarıcı ve doping listesinde yer alan öğeler içermesi, bu ürünlerin gelişigüzel kullanımından uzak durulması gerektiğinin önemini artırmaktadır. Ergojenik yardım ürünleri performans artışına neden olabilir ancak, doğru ürün, doğru zaman ve doğru miktara karar verilmeli ve bu konuda profesyonel yardım alınmalıdır (Ersoy ve Hasbay, 2006). Ayrıca, ergojenik yardımcıların bir kısmı sporcular arasındaki eşit yarışma şartlarını ortadan kaldırdığı için veya doğrudan sporcu sağlığını tehdit ettiği için Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC), Dünya Anti-Doping Ajansı (WADA) ve Uluslararası Spor Federasyonları (IF) tarafından doping olarak kabul edilmiş ve yasaklanmıştır (Ünal, 2005).

### **Doğallık**

Sporcu besin desteklerine yönelik olumsuz tutumlar sonuç olarak doğal beslenmeye yönelimi ön plana çıkarmaktadır. Bu bakımdan bazı sporcular doğal beslenme yoluyla ya da ilave herhangi bir destek ürünü almaksızın aynı performansın elde edebileceğini düşünmektedir. Günümüzde bitkisel ya da doğal yollu beslenmeye olan yönelimin yoğunluğu bu durumun önemli göstergeleri arasında gösterilebilir.

Yukarıda sözü edilen fayda, yan etkiler ve doğal beslenme arasında olumlu ya da negatif bir ilişkinin varlığından söz etmek mümkündür. Maughan (1999)'a göre sporcu besin desteğinin öncelikli amacı performansı arttırmak, vücut yağ oranını dengelemek ve protein sentezini harekete geçirmektir. Ayrıca sporcu besin destekleri kuvveti,

dayanıklılığı, hızı ve beceriyi sürekli olarak artırır. Kas fibrillerine doğrudan etki ederek, yorgunluğun etkisini azaltırlar ve kas kasılmaları için yakıt kaynağı oluştururlar (Özmerdivenli ve Yıldırım, 2005). Buna karşın, sporcu besin destek ürünlerinin insan sağlığını tehdit ettiği düşüncesiyle kullanılıp kullanılmaması konusunda etik konular gündeme gelmiştir. Özellikle adolesan sporcuların, fiziksel ve ruhsal olarak gelişim aşamasında oldukları için bu ürünleri kullanıp kullanmaması halen tartışma konusu olarak karşımıza çıkmaktadır (Ray ve diğ., 2001).

Uzmanların önerilerine göre doğal beslenme, sağlıklı beslenme açısından önemlidir. Hatta uzmanlar katkı öğeleri içeren işlenmiş yiyeceklerin tüketimini sınırlandırmayı, uzak durmayı önermektedir (Yaman ve Çelik, 2008). Ancak Kreider (2003), sporcuların performans kapasitelerini arttırmayı sağlayan, çalışma verimlerini arttıran ve antrenmanlara kolay adapte olmayı sağlayan hap, toz ya da kapsül şeklindeki bir teknik olan sporcu besin desteklerinin öneminden bahsetmektedir.

Ersoy ve Hasbay (2006) bu tür yardımcıların bir kısmının uyarıcı ve doping listesinde yer alan öğeler içerdiği, doğru zaman, doğru miktarda kullanılması gerekliliği ve profesyonel uzmanlardan yardım alınması gerektiği, aksi taktirde sporcuların sağlığına olumsuz yönde etki edeceğini ifade etmişlerdir. Bunun yanı sıra besinsel desteklerin sporcular arasındaki eşit yarışma şartlarını ortadan kaldırdığı ifadesi (Ünal, 2005) sporcu besin destek ürünlerinin etik olmayan ürünler olduğunun düşünülmesinin nedenlerindedir. Tüm bu açıklamalardan hareketle besin destek ürünlerinin faydaları, yan etkileri ve doğal beslenme arasındaki ilişkilere yönelik hipotezler şunlardır:

- H<sub>1</sub>:** Sporcu besin desteğine yönelik fayda ile yan etkiler arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır.
- H<sub>2</sub>:** Sporcu besin desteğine yönelik fayda ile doğal beslenme arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır.
- H<sub>3</sub>:** Sporcu besin desteğine yönelik yan etkiler ve etik ile doğal beslenme arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır.

Günümüzde besin desteklerinin ve ilaçlarının sayısı ve çeşidi çok olup, genel düşünce bu ürünlerin doğal ve güvenilir ürünler olduğu yönünde olmasına karşın, bu genel düşünce bazen yanlış olabilir. Çünkü çok faydalı olduğu düşünülen bu ilaçların da kendilerine göre pek çok yan etkisi olabilir (Corrigan, 2000). Doğru kullanım için destek almak büyük yarar sağlayabilmektedir. Burke ve Deakin (2006)'e göre sporcular performanslarını arttırmak için doğru yardım ürünlerini kullanmazlarsa ya çok az ya da hiç fayda göremezler. Yapılan çalışmalar da göstermiştir ki, sporcular ve antrenörler beslenme konusunda yol gösterici bir uzmana ihtiyaç duymaktadırlar (Çongar ve Özdemir, 2004). Tüm bunların yanı sıra birçok takım doktoru sporcu besin desteği konusuna uzaktır ve dolayısıyla bu ürünlerin faydaları ve zararları hakkında sporculara gereken bilgiyi sağlamak konusunda güçlük çekmektedirler (Tokish ve diğ., 2004). Bu durumda sporcu besin desteği faktörleri ile bilgi noksanlığı değişkeni arasında bir ilişki olabileceği düşüncesinden hareketle ortaya konan hipotezler şunlardır:

- H<sub>4</sub>:** Sporcu besin desteği faktörleri ile bilgi noksanlığı değişkeni arasında ilişki bulunmaktadır.
- H<sub>5</sub>:** Sporcu besin desteği faktörleri ile doktora başvuru değişkeni arasında ilişki bulunmaktadır.

Beslenme konusunda bilgili bir sporcu hangi besinlerin performansı için yararlı hangi besinlerinde zararlı olabileceğini bilerek hareket etmelidir (Altıntaş ve Akalan, 2008). Sporcunun fiziksel performansını yükseltmesi antrenman ve yarışmaların şartlarına göre ihtiyaca uygun olarak doğru besinleri almasıyla mümkün olabilmektedir (Tekin ve Arslan, 2005). Sporcu besin destek ürünlerinin profesyonel sporcular tarafından kullanım ilişkisine yönelik hipotez aşağıdaki gibi olacaktır:

- H<sub>6</sub>:** Sporcu besin desteği faktörleri ile profesyonel sporcu kullanım gerekliliği değişkeni arasında ilişki bulunmaktadır.

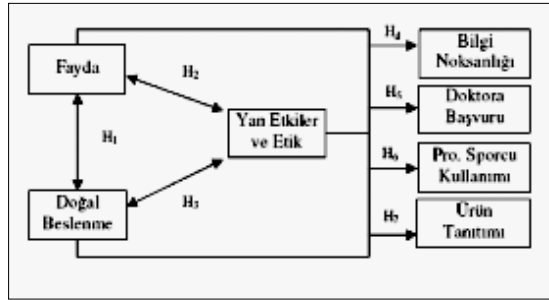
Argan ve Katırcı (2008)' ya göre reklamın spor ürünlerinin satın alınmasına katkısı ve spor ürünleri için kimlik yaratma özelliği vardır. Bu mantıktan

hareketle sporcu besin desteği ürünleri ve içerikleri hakkındaki doğru bilginin reklam ya da tanıtımlardan sağlanabileceği düşüncesine dayalı olarak ortaya konan hipotez:

**H<sub>7</sub>:** Sporcu besin desteği faktörleri ile tanıtım ya da reklam gerekliliği değişkeni arasında ilişki bulunmaktadır.

Sporcu besin desteklerine yönelik tutumların kendi aralarındaki ilişkileri ve bu tutumların bağımlı değişken olarak addedilen bilgi noksanlığı, doktora başvuru, profesyonel sporcu kullanımı ve ürün tanıtımı arasındaki ilişkileri ortaya koyan kuramsal araştırma modeli aşağıdaki şekilde sunulmuştur.

Bu çalışmada sporcu besin desteklerinin kullanım deneyimleri, bu ürünlere yönelik tutum faktörleri ele alınacak ve profesyonel destek, bilgi noksanlığı, profesyonel sporcu kullanımı ve ürün tanıtımı ile aralarındaki ilişki incelenecektir.



Şekil 1. Araştırma modeli

## YÖNTEM

**Örnekleme:** Bu çalışmanın evreni, Eskişehir'de bulunan fitness ve spor merkezi niteliğindeki yerlerden yararlanan tüketici ya da sporcuları kapsamaktadır. 2009 yılı itibariyle Eskişehir'de bulunan fitness salonlarının sayısı 14'tür. Araştırma bu fitness ve spor salonlarının dokuzunda uygulanmıştır. Araştırmanın uygulandığı salonların toplam salonlar içerisindeki payı % 64.28'dir. Araştırma bu spor salonlarından yararlanan 235 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmaya katılan 235 kişinin % 60.9'u erkek, % 39.1'i kadınlardan oluşmaktadır. Öğrenim durumu itibariyle % 71.1'i ön lisans ya da lisans, aylık ortalama gelir bakımından %34.9'u 751-1000 TL arası, yaş olarak % 38.27'si 23-25 yaş arası ve son olarak da % 66'sı öğrencilerden oluşmaktadır (Tablo 1).

Araştırmaya katılan kişilerin sportif ilgilenim düzeyleri ve sportif deneyimleri Tablo 2'de sunulmuştur. Katılımcıların % 56.1'i üç yıldan uzun süredir spor yapmaktadır. Spor yapma amacı bakımından değerlendirildiğinde katılımcıların % 27.3'ü sağlıklı yaşam için spor yaptıklarını ifade ederken, amatör ya da profesyonel düzeyde ilgilenilen spor branşı bakımından futbol % 20 ile ilk sırada yer alırken basketbol ise ikinci sırada yer almaktadır. Herhangi bir spor branşı olmayan katılımcıların oranı ise % 21.8'dir.

**Verilerin Toplanması:** Veriler 4 Nisan -15 Mayıs 2009 tarihleri arasında toplanmıştır. Anketler,

Tablo 1. Araştırma katılımcılarının demografik özellikleri

| Özellikler                          | Sıklık | %    | Özellikler                   | Sıklık | %    |
|-------------------------------------|--------|------|------------------------------|--------|------|
| <b>Cinsiyet</b>                     |        |      | <b>Yaş</b>                   |        |      |
| Erkek                               | 143    | 60.9 | 19 veya <                    | 6      | 2.6  |
| Kadın                               | 92     | 39.1 | 20-22                        | 68     | 28.9 |
| <b>Öğrenim Durumu</b>               |        |      | 23-25                        | 91     | 38.7 |
| Lise                                | 60     | 25.5 | 26 veya >                    | 70     | 29.8 |
| Önlisans/Lisans                     | 167    | 71.1 | <b>Meslek/Çalışma Durumu</b> |        |      |
| Lisans Üstü                         | 8      | 3.4  | İşçi                         | 6      | 2.6  |
| <b>Aylık Ortalama. Gelir Durumu</b> |        |      | Memur                        | 18     | 7.7  |
| 750 TL veya <                       | 38     | 16.2 | Emekli                       | 4      | 1.7  |
| 751-1000 TL                         | 82     | 34.9 | Öğrenci                      | 155    | 66.0 |
| 1001-1250 TL                        | 49     | 20.9 | Esnaf                        | 2      | 0.9  |
| 1251-1500 TL                        | 42     | 17.9 | Serbest Meslek               | 11     | 4.7  |
| 1501 TL veya >                      | 24     | 10.2 | Diğer                        | 39     | 16.6 |

**Tablo 2.** Araştırma katılımcılarının sportif deneyimleri

| Özellikler              | Sıklık | %    | Özellikler         | Sıklık | %    |
|-------------------------|--------|------|--------------------|--------|------|
| <b>Sporculuk Süresi</b> |        |      |                    |        |      |
| 1 Yıldan <              | 24     | 10.2 |                    |        |      |
| 1-2 Yıl                 | 22     | 9.4  |                    |        |      |
| 2-3 Yıl                 | 57     | 24.3 |                    |        |      |
| 3 Yıldan >              | 132    | 56.1 |                    |        |      |
| <b>Spor Amacı</b>       |        |      |                    |        |      |
| Sağlıklı Yaşam          | 64     | 27.3 |                    |        |      |
| Vücut Geliştirme        | 39     | 16.6 |                    |        |      |
| Zayıflama               | 20     | 8.5  |                    |        |      |
| Formda Kalma            | 37     | 15.7 |                    |        |      |
| Performans Artırma      | 21     | 8.9  |                    |        |      |
| Sosyal Faaliyet         | 12     | 5.1  |                    |        |      |
| Meslek Olarak           | 42     | 17.9 |                    |        |      |
|                         |        |      | <b>Spor Branşı</b> |        |      |
|                         |        |      | Futbol             | 47     | 20.0 |
|                         |        |      | Basketbol          | 44     | 18.7 |
|                         |        |      | Voleybol           | 23     | 9.8  |
|                         |        |      | Hentbol            | 8      | 3.4  |
|                         |        |      | Tenis              | 13     | 5.5  |
|                         |        |      | Atletizm           | 12     | 5.1  |
|                         |        |      | Diğer              | 37     | 15.7 |
|                         |        |      | Branşı Yok         | 51     | 21.8 |
| n= 235                  |        |      |                    |        |      |

çalışma amacının belirtilmesinin ardından araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden spor salonundaki kişilere dağıtılmış ve kişi yönelimli (self administered) teknik ile elde edilmiştir. Bu teknikle anketörler anket formlarını örneklem grubuna dağıtır ve örneklem grubundaki kişiler de soruları tek tek okuyarak cevaplandırır. Kişi yönelimli çalışmalar, eğitim durumu yüksek olan kişiler üzerinde daha çok uygulanmaktadır. Bu araştırmada da örneklem grubu en az lise ya da üstü öğrenimine sahip kişilerden oluştuğu için kişi yönelimli yöntem kullanılmıştır. Ankette kullanılan ifadelerin anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla Anadolu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan 24 öğrenci ile pilot bir çalışma yapılmış ve ankete ilişkin gerekli düzeltmeler yapılarak son biçimi verilmiştir. Anketler uygulanmadan önce araştırma konusu olan sporcu besin desteklerine ilişkin kısa bir tanıtıcı açıklama yapılmıştır. Toplam 300 anket dağıtılmış, bunlardan 235 adedi değerlendirilmeye alınmıştır. Elde edilen sonuçlara göre 252 anket geri dönmüş, geri dönen anketlerden de on yedi adedi değerlendirme için eksik veya istatistiksel olarak asgari veri girişine uygun olmadığı gerekçesiyle değerlendirmeye alınmamıştır. Sonuç olarak, dağıtılan anket bazında geri dönüş oranı %78.3'tür. Ankete doldurma süresi ortalama olarak 15-20 dakika sürmüştür. Araştırmada tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan kolay yoldan örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ko-

layda örnekleme yönteminde, belli bir mekânda bekleyen ya da toplanan insanlara anketler uygulanmaktadır (Nakip, 2004; Yükselen, 2000).

**Veri Toplama Aracı:** Veri toplama aracı olarak geliştirilen anket formu dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm sporcu besin desteği kullanımına yönelik tutumları ortaya koyan 13 ifadeden oluşmaktadır. Tutum ifadeleri, ilgili konuda yapılmış araştırma ve literatür çalışmalarının (Burke ve Deakin, 2006; Corrigan, 2000; Kreider, 2003; Maughan, 1999; Tokish ve diğ., 2004; Ray ve diğ., 2001) yanı sıra, 27 sporcu ile yapılan derinlemesine görüşmeler sonucu geliştirilmiştir. Birinci bölümdeki ifadeler beşli Likert Tipi Ölçek ile ("5" Kesinlikle Katılıyorum, "1" Kesinlikle Katılmıyorum) katılımcılar tarafından değerlendirilmiştir. Anketin ikinci bölümünde bağımlı değişken olarak kullanılacak dört adet bağımsız ifade bulunmaktadır. Bu ifadeler; "sporcu besin destekleri hakkında bilgi sahibi değilim", "sporcu besin desteklerini profesyonel sporcular kullanmalı", "sporcu besin desteği kullanmadan önce doktora başvurmalı" ve "bu ürünlerin reklamı yapılmalı" biçiminde olup anket formunun birinci bölümündeki gibi "5" Kesinlikle Katılıyorum, "1" Kesinlikle Katılmıyorum şeklindeki Likert Tipi Ölçek ile değerlendirilmiştir. Anketin üçüncü bölümü araştırmaya katılan kişilerin sporcu besin desteği deneyimlerini ortaya koymaya yönelik yedi sorudan oluşmaktadır. Anket formunun dördüncü ve son bölümü ise fitness türü spor salonlarında spor

yapan kişilerin demografik özelliklerine ve spor deneyimlerine ilişkin sekiz soruyu kapsamaktadır.

**Verilerin Analizi:** Verilerin betimsel özellikleri için aritmetik ortalama, standart sapma, sıklık ve yüzde analizleri uygulanmıştır. Sporcuların sporcu besin desteklerine yönelik on üç tutum ifadesinin gruplandırılması, sınıflandırılması ve ana faktörlere dönüştürülmesi amacıyla temel bileşenler faktör analizi (Principal Component Factor) uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 4'te verilmiştir. Sporcu besin desteğine ilişkin değişkenlere faktör analizinin uygulanması için "örneklem yeterliliğine bakmak gerekmekte ve yeterliliğe karar vermek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testinden yararlanılmaktadır" (Zhang ve diğ., 2003). Yapılan bu araştırmada KMO 0.821 olup, faktör analizinin uygulanabilmesi için bu oran yeterlidir. Bir matris belirleyicisi olarak değişkenlerin varyans hipotezi ve kovaryans matrisinin reddedildiğini ve bir faktör analizi yapmaya uygun olduğunu gösteren Bartlett Testi sonucu ise 610.545 ( $p < .001$ ) olarak bulunmuştur. Tüm faktörler için öz değer (eigen-value) 1'den büyük olarak atanmıştır. Faktörler arası ilişkilerin belirlenmesi amacıyla ko-

relasyon analizi ve faktörler ile bağımlı değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek üzere çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır.

## BULGULAR

### Sporcu Besin Desteği Deneyimleri

Araştırmaya katılanların sporcu besin desteği deneyimlerini ortaya koymak amacıyla yapılan değerlendirmelerde % 47.2'si bu ürünleri kullandıklarını ifade etmiştir. Bu ürünleri tüketenlerin kullandıkları ürün türleri bakımından protein konsantreleri % 34.2 ile ilk sırada yer alırken diyet ya da zayıflama ürünleri ise % 26.1 ile ikinci sırada yer almaktadır. Ürün satın alımında kalite % 38.7 ile ilk sırada yer alırken içerik ise % 28 ile ikinci sıradadır. Marka tercihinde GNC % 36'lık bir paya sahiptir. Tedarik yeri açısından internet, eczane, bayiinin yanı sıra çoğunlukla bunların dışındaki yerler olan spor merkezleri, market ve arkadaşlar (% 41.5) kullanılmaktadır. Bilgi ediniminde ağızdan ağıza iletişimin bir yansıması olan arkadaşlar % 31.6 ile ön plana çıkmaktadır. Son olarak, kullanım süresi bakımından katılımcıların büyük bir çoğunluğu altı aydan az bir süredir (% 41.5) bu ürünleri kullandıklarını ifade etmişlerdir (Tablo 3).

**Tablo 3.** Araştırma katılımcılarının sporcu besin desteği deneyimleri

| Özellikler                             | Sıklık | %    | Özellikler                     | Sıklık | %    |
|--|--------|------|--------------------------------|--------|------|
| <b>Kullanım Durumu</b> (n=235)         |        |      | <b>Tedarik Yeri</b> (n=111)    |        |      |
| Evet                                   | 111    | 47.2 | İnternet                       | 28     | 25.2 |
| Hayır                                  | 124    | 52.8 | Eczane                         | 18     | 16.2 |
| <b>Kullanılan Ürün Türleri</b> (n=111) |        |      | Bayi                           | 19     | 17.1 |
| Protein Konsantrasyonları              | 38     | 34.2 | Diğer                          | 46     | 41.5 |
| Amino Asit Ürünleri                    | 17     | 15.3 | <b>Bilgi Edinimi</b> (n=111)   |        |      |
| Karbonhidrat ve Enerji Konsantreleri   | 24     | 21.6 | İnternet                       | 13     | 11.7 |
| Vitamin ve Mineral Konsantreleri       | 13     | 11.7 | Doktor                         | 2      | 1.8  |
| Diyet Ürünleri                         | 29     | 26.1 | Arkadaş                        | 35     | 31.6 |
| Kreatin Ürünleri                       | 14     | 12.6 | Perakendeci                    | 26     | 23.4 |
| <b>Satın Alımda Dikkat Edilen</b>      |        |      | Ürün Katalogu                  | 31     | 27.9 |
| <b>Unsurlar</b> (n=111)                |        |      | Diğer                          | 4      | 3.6  |
| Kalite                                 | 43     | 38.7 | <b>Kullanım Süresi</b> (n=111) |        |      |
| Marka                                  | 14     | 12.6 | 6 aydan <                      | 46     | 41.5 |
| Güvenilirlik                           | 23     | 20.7 | 6-12 ay                        | 22     | 19.8 |
| İçerik                                 | 31     | 28.0 | 12-24 ay                       | 19     | 17.1 |
| <b>Marka Tercihi</b> (n=111)           |        |      | 24 aydan >                     | 24     | 21.6 |
| GNC                                    | 40     | 36.0 |                                |        |      |
| Ultimate                               | 31     | 27.9 |                                |        |      |
| Weider                                 | 23     | 20.8 |                                |        |      |
| Universal                              | 6      | 5.4  |                                |        |      |
| Hardline                               | 4      | 3.6  |                                |        |      |
| Diğer                                  | 7      | 6.3  |                                |        |      |

**Tablo 4.** Faktör analizi sonuçları

| Faktörler  | Faktör Yükleri (b)                   | $\bar{x}$                            | Ss                                   | Özdeğerler (Varyansın %'si) | Alpha ( $\alpha$ ) |
|--|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|--------------------|
| Faktör 1: Fayda<br>Sporcu besin destekleri spor için gereklidir<br>Sporcu besin destekleri performansı artırır<br>Sporcu besin destekleri doğru kullanılmaktadır<br>Her sporcunun besin desteği kullanması gerekir<br>Sporcu besin destekleri rahatça temin edilebilmeli | .814<br>.839<br>.702<br>.768<br>.679 | 3.76<br>3.96<br>2.97<br>2.88<br>3.53 | 1.04<br>0.83<br>0.89<br>0.91<br>1.07 | 5.009<br>(38.531)           | .84                |
| Faktör 2: Yan Etkiler ve Etik<br>Sporcu besin destekleri doping etkisi yaratır<br>Sporcu besin desteklerinin yan etkisi vardır<br>Sporcu besin desteklerinin kullanımı yasal değildir<br>Sporcu besin desteklerinin kullanımı ahlaki değildir                            | .775<br>.739<br>.732<br>.628         | 3.11<br>3.12<br>2.15<br>2.46         | 1.01<br>0.99<br>0.83<br>0.95         | 1.913<br>(14.712)           | .76                |
| Faktör 3: Doğal Beslenme<br>Sporda doğal beslenme yeterlidir<br>Sporcu besin destekleri sadece vücut geliştirme sporunda kullanılır<br>Sporcu besin desteklerini kullanmadan da aynı performans sağlanabilir<br>Sporcu besin destekleri psikolojik bağımlılık yapar      | .557<br>.792<br>.780<br>.698         | 3.39<br>3.13<br>3.12<br>2.96         | 1.11<br>0.91<br>1.06<br>1.09         | 1.393<br>(10.713)           | .77                |
| Kümülatif varyans yüzdesi<br>$\bar{x}$ : Aritmetik Ortalama, Ss: Standart Sapma<br>1= Kesinlikle Katılmıyorum 5= Kesinlikle Katılıyorum  |                                      |                                      |                                      | 63.956                      |                    |

### Sporcu Besin Desteği Tutum Faktörleri Ölçeğinin Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin geçerliliğine ilişkin olarak içerik, yakınsak, yapı ve diskriminant geçerliği incelenmektedir (Odabasi ve Argan, 2009). Bu çalışmada ölçeğin yapı geçerliliğine bakılmıştır. Yapı geçerliği, ifadelerin teorik yapıyı tanımlaması ya da özetlemesini ortaya koymaktadır (Churchill, 1979). Ölçeğin yapı geçerliği için temel bileşenler faktör analizi kullanılmıştır. Faktör analizi sonrasında ölçeği oluşturan 13 maddenin 3 faktör altında toplandığı görülmüştür. Buna göre, 1. altölçek varyansın 38.53'ünü, 2. altölçek varyansın 14.71'ini ve 3. altölçek ise varyansın 10.71'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Tüm altölçekler ise, toplam varyansın 63.96'sını açıklamaktadır. Maddelerin faktör yüklerinin 0.56 ile 0.84 arasında değiştiği belirlenmiştir (Tablo 4). Bu

yüzdelerin oldukça yüksek olduğu ve Fayda, Yan etkiler ve etik ile Doğal beslenme düzeylerini yeterince açıkladığını söylemek mümkündür.

### Ölçeğin Güvenilirliğine İlişkin Bulgular

Tipik olarak, güvenilirlik katsayılarının 0.70 veya daha yüksek olması, yeterli olarak değerlendirilmektedir (Nunnally, 1978). Her bir faktöre ilişkin güvenilirlik katsayısı (Cronbach-alpha =  $\alpha$ ) 0.84 ile 0.76 arasında değişmektedir. Tüm faktörler için Cronbach-alpha değerleri 0.70'in üzerinde hesaplanmış, bu durum 1978 yılında Nunnally'nin (1978) önerdiği "güvenilirliğin genel kabul sınırlarının (0.70)" içinde olduğunu göstermektedir (Kim ve diğ., 2003).

Ölçekte yer alan maddelerin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri  $3.96 \pm 0.83$  ile



2.15 ± 0.83 arasında değişmektedir. Sporcu besin desteklerine yönelik bu tutumsal değişkenler çerçevesinde üç faktör ortaya çıkmaktadır. Birinci faktör, beş değişkenden oluşmakta olup "Fayda" olarak adlandırılmıştır. İkinci faktör, dört değişkenden oluşup "Yan Etkiler ve Etik" olarak isimlendirilmiştir. Son olarak üçüncü faktör ise, doğal besinlerle sportif performansın elde edilebilirliğiyle ilgili olup, "Doğal Beslenme" biçiminde isimlendirilmiştir. Faktör analizindeki faktörlerin açıkladığı varyansın %'si, faktörlerin göreceli önemini ortaya koymaktadır (Altunışık ve diğ., 2003; Argan ve diğ., 2008). Tablo 4'te sınıflandırılan üç faktör, toplam varyansın %63.96'sını açıklamaktadır. Buna göre, birinci faktör olan "fayda" toplam varyansın en büyük payı olan %38.53'lik bir kısmını açıklamaktadır. İkinci faktör olan "yan etkiler ve etik" toplam varyansın %14.71'ini son faktör olan "doğal beslenme" ise toplam varyansın %10.71'ini açıklamaktadır. Faktör analizindeki bu üç faktörün açıkladığı varyansın yüzdelik payının yüksek olduğu ifade edilebilir (Tablo 4).

### Faktörler ile Bağımlı Değişkenler Arası İlişkiler

Araştırma modelindeki ilk üç hipotezi ( $H_1$ ,  $H_2$  ve  $H_3$ ) test etmek amacıyla faktör analizi sonucu ortaya çıkan üç faktörün kendi aralarındaki korelasyon matrisi analiz edildiğinde, tüm üç faktör arasında ( $H_1$ ,  $H_2$  ve  $H_3$ ) anlamlı bir ilişkinin olduğu ( $p < .01$ ); sporcu besin desteği kullanımına yönelik olumlu tutum boyutunu ortaya koyan fayda faktörü ile olumsuz tutumları ortaya koyan yan etkiler ve etik ( $r = -0.423$ ) ile doğal beslenme boyutu arasında ( $r = -0.449$ ) negatif bir ilişki bulunmaktadır. İkinci faktör ile üçüncü faktör arasındaki ilişki ( $r = 0.458$ ) ise pozitifdir.

Sporcu besin desteklerine yönelik tutum faktörleri ile bağımlı değişkenleri bilgi sahipliği, doktora başvuru, profesyonel sporcu kullanımı ve ürün tanıtımı arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Tablo 6'da görüldüğü gibi, regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı olup ( $F[3, 223] = 30.208$ ;

**Tablo 5.** Faktörlere ilişkin korelasyon matrisi

| Faktörler           | 1       | 2      | 3    |
|---------------------|---------|--------|------|
| Fayda               | 1.00    |        |      |
| Yan Etkiler ve Etik | -.423** | 1.00   |      |
| Doğal Beslenme      | -.449** | .458** | 1.00 |

**Tablo 6.** Faktörlerin bilgi noksanlığı ve doktora başvuru üzerindeki etkisine yönelik regresyon sonuçları

| Faktörler           | Bağımlı Değişkenler                   |        |        |                                       |        |        |
|---------------------|---------------------------------------|--------|--------|---------------------------------------|--------|--------|
|                     | Bilgi Noksanlığı                      |        |        | Doktora Başvuru                       |        |        |
|                     | Std. b                                | t      | p      | Std. b                                | t      | p      |
| Fayda               | -0.315                                | -5.574 | .000** | -0.397                                | -6.923 | .000** |
| Yan Etkiler ve Etik | -0.339                                | 6.008  | .000** | 0.296                                 | 5.152  | .000** |
| Doğal Beslenme      | 0.266                                 | 4.704  | .000** | 0.114                                 | 1.979  | .049*  |
| Sabit               |                                       | 40.498 | .000** |                                       | 67.202 | .000** |
|                     | R2=0.289 Adj. R2=0.279<br>F= 30.208** |        |        | R2=0.258 Adj. R2=0.248<br>F= 26.129** |        |        |

\*  $p < 0.05$  ; \*\*  $p < 0.01$

$p < 0.01$ ), sporcu besin desteği kullanımına ilişkin tutum faktörleri bilgi noksanlığı adlı bağımlı değişkeninin tamamının yaklaşık % 28'ini açıklamaktadır. Regresyona ilişkin standardize edilmiş beta (b) değerleri incelendiğinde yan etkiler ve etik ( $b = -0.339$ ;  $p < 0.01$ ) bilgi noksanlığı değişkeninin tamamı üzerinde negatif yönlü en güçlü etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Aynı şekilde fayda ( $b = -0.315$ ;  $p < 0.01$ ) ve doğal beslenme ( $b = 0.266$ ;  $p < 0.01$ ) faktörleri de sırasıyla anlamlı bir etkiye sahiptir. Modelden de görülebileceği gibi, sporcu besin desteği tutum faktörleri ile bilgi noksanlığı arasında (H4) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. İkinci regresyon modelinde faktörler ile doktora başvuru ilişkisini ortaya koymaktadır. Model istatistiksel olarak anlamlı olup ( $F[3, 225] = 26.129$ ;  $p < 0.01$ ) bağımlı değişkenin yaklaşık % 25'ini açıklamaktadır. Standardize edilmiş beta (b) değerleri bakımından en güçlü etki ( $b = -0.397$ ;  $p < 0.01$ ) negatif yönlü olup fayda konusunda ortaya çıkmış olup, bunu pozitif yönlü olmak üzere yan etkiler ve etik ( $b = 0.296$ ;  $p < 0.01$ ) ile doğal beslenme ( $b = 0.114$ ;  $p < 0.01$ ) faktörleri takip etmektedir. Bu bakımdan bu bağımlı değişken ile faktörler arası anlamlı bir ilişkinin (H5) olduğu görülmektedir.

Araştırma modelindeki faktörler ile profesyonel sporcu kullanımı ve ürün tanıtımı arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılan regresyon sonuçları Tablo 7'de verilmiştir. Tablodan da görüldüğü gibi, bu tür ürünlerin tanıtımının serbestçe yapılmasını kapsayan bağımlı değişken ( $F[3, 225]$

$= 89.561$ ;  $p < 0.01$ ) için regresyon modeli sonuçları istatistiksel olarak anlamlıdır. Faktörlerin ürün tanıtımı adlı bağımlı değişkeninin tamamının % 54'ünü açıklamaktadır. Regresyona ilişkin standardize edilmiş beta (b) değerleri bakımından incelendiğinde fayda ( $b = 0.692$ ;  $p < 0.01$ ), ürün tanıtımı değişkeninin tamamı üzerinde en güçlü etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Yan etkiler ve etik değişkeni ile bağımlı değişken arasındaki ilişki ( $b = -0.255$ ;  $p < 0.01$ ), negatif ve istatistiksel olarak anlamlıdır. Buna göre araştırma modelindeki (H7) kabul edilmiştir. Doğal beslenme faktörü ile ürün tanıtımı arasındaki ilişki ( $b = -0.024$ ;  $p > 0.05$ ), ise istatistiksel olarak anlamlı değildir. Diğer regresyon modeli ise profesyonel sporcuların ürünü kullanımı ile faktörler arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik olup, bu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı ( $F[3, 225] = 2.246$ ;  $p > 0.05$ ) değildir. Dolayısıyla modeldeki (H6) hipotezi red edilmiştir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporcu besin desteği kullanımı her geçen gün yaygınlaşmakta ve pek çok spor destek ürünü sağlık ve performansı etkilemek üzere pazara sürülmektedir (Young ve Stephens, 2009). Barr (1986) maraton koşucularının % 75'i ve fitness katılımcılarının ise % 64'ünün günlük ikiden fazla bu tür ürünleri kullandıklarını rapor etmiştir. Şenel ve diğ., (2004) araştırmasında sporcuların % 55'inin müsabaka ya da antrenman öncesi ergojenik yardım aldıklarını ortaya koymuş-

**Tablo 7.** Faktörlerin profesyonel sporcu kullanımı ve ürün tanıtımı üzerindeki etkisine yönelik regresyon sonuçları

| Faktörler           | Bağımlı Değişkenler                |        |        |                                       |        |        |
|---------------------|------------------------------------|--------|--------|---------------------------------------|--------|--------|
|                     | Profesyonel Sporcu Kullanımı       |        |        | Ürün Tanıtımı                         |        |        |
|                     | Std. b                             | t      | p      | Std. b                                | t      | p      |
| Fayda               | -0.145                             | -2.055 | .041*  | 0.692                                 | 15.371 | .000** |
| Yan Etkiler ve Etik | 0.064                              | 0.911  | .364   | -0.255                                | -5.667 | .000** |
| Doğal Beslenme      | -0.091                             | -1.298 | .195   | -0.024                                | 0.541  | .589   |
| Sabit               |                                    | 51.951 | .000** |                                       | 72.674 | .000** |
|                     | R2=0.029 Adj. R2=0.016<br>F= 2.246 |        |        | R2=0.544 Adj. R2=0.538<br>F= 89.561** |        |        |

\*  $p < 0.05$  ; \*\*  $p < 0.01$

tur. Sporcu besin destek ürünleri kullanım deneyimleri bakımından araştırmaya katılan kişilerin yaklaşık yarıya yakını bu tür ürünleri kullanmaktadır. Tıpkı Young ve Stephens (2009)'ın yaptıkları araştırma da katılımcıların büyük bir bölümünün protein tozu kullandığını belirtmiş olduğu gibi kullanılan ürün kategorileri bakımından protein konsantreleri ve zayıflama ürünleri ağırlıklıdır. Satın alma kararında kalite ve içeriğe önem verildiği ortaya çıkmıştır. GNC ve Ultimate en fazla tercih edilen markalardır. Tedarik yeri olarak daha çok spor salonu ortaya çıkarırken bunu internet, bayi ve eczane ve marketler takip etmektedir. Ağızdan ağıza iletişimin (word-of-mouth) bir göstergesi olarak arkadaş tavsiyesi bilgi ediniminde ön plana çıkmıştır. Şenel ve diğ. (2004)'nin yaptığı araştırmalarda sporcuların bu ürünler hakkında bilgi sağlamada, antrenör (% 42.5), medya (%25.8) ve arkadaş çevresinin (%25) önemli bir etkisinin olduğu ortaya konmuştur. Sobal ve Marquart (1992)'a göre de referans kaynağı olarak aile, doktor, antrenör ve arkadaşlar sırası ile ağırlıklı olmaktadır.

Mazanov ve diğ. (2008)'ne göre performans artırıcı desteklere karşı olan tutumlar sporcuların destek kullanımını etkilemektedir. Bu anlamda sporcuların besin desteği kullanımını etkileyen pek çok tutum değişkeni bulunmaktadır. Bu değişkenlerin oluşturduğu faktörlerin belirlenmesi, araştırmanın ana amaçlarından birini oluşturmaktaydı. Bu çerçeveden hareketle gerçekleştirilen çalışmada, sporda destekleyici olarak kullanılan ürünlere yönelik tutumları ortaya koyan üç önemli faktör ortaya çıkmıştır. Bu faktörlerden ilki olan fayda; daha çok bu tür ürünlere yönelik olumlu tutumları kapsamaktadır. Araştırma katılımcıları bu faktör içerisindeki değişkenleri çoğunlukla olumlu olarak değerlendirmişlerdir. Spor esnasında kaybedilen mineral, karbohidrat vb. elemanların desteklenmesi amacıyla bu tür ürünlerin kullanılması gerektiğine vurgu yapan birinci faktör, diğer iki faktöre oranla ürün bağlantılı olumlu durumu yansıtmaktadır. Sobal ve Marquart (2004) tarafından yapılan bir araştırmaya göre adolesan sporcuların % 62'si bu tür ürünlerin performansı artırdığına inanmaktadır. Yine başka bir çalışmada ise spor-

cuların % 70'inin bu tür ürünlerin etkili olduğunu ve %95'i ise bu tür ürünlerin az veya hiç riski olmadığını inandığını rapor etmiştir (Dunn ve diğ., 2001; Krowchuk ve diğ., 1989).

İkinci faktör olan yan etkiler ve etik ise, bu tür ürünlere yönelik olumsuz tutum ifadelerini kapsamaktadır. Bu ürünlerin yasal olarak kullanım problemleri, yan etkiler ve doping yapıcı etkisini kapsayan faktör tüm faktörler içerisindeki en olumsuz tutumları yansıtmaktadır. Aydoğdu (2006)'ya göre ürünün içeriğinde, etikette yazılı olmayan doping unsuru maddeler bulunabilmekte ve sporcunun sağlığı ve spor yaşamı tehlikeye girebilmektedir. Medyada ya da ağızdan ağıza iletişim ile ortaya çıkan görüşler bir şekilde tutumlar üzerinde etki yaratabilmektedir. Bir dönem bazı destekleyici ürünlerin reklamının yapılmasının yasaklanması medyada geniş biçimde yer bulmuştur. Bu faktörle ilgili olarak tartışılması gereken en önemli konu doping yapıcı etkisine yönelik tutumlardır. Bu bakımdan, doğal olmayan yollarla performansın artırılmasına yönelik görüşlerin yanı sıra, işin yasal ve etiksel boyutu bu kapsamda değerlendirmeye alınmıştır. Ayrıca sporcu besin destekleri ile ilgili birtakım uygulamaların güvenli olup olmadığı hala tartışılmaktadır. (Şenel ve diğ., 2004).

Faktör analizinde ortaya çıkan son faktör ise bir şekilde ikinci faktörü tamamlayıcı olarak ifade edilebilir. Bu faktör doğal beslenmeye vurgu yapmaktadır. Daha açık bir ifade ile doğal beslenme ile de benzer performansın elde edilebileceği vurgusu ön plana çıkmıştır. Her hangi bir destekleyici ürün almaksızın da sportif performansın sağlanabileceğini ortaya koyan son faktör birinci faktörün zıttı gibi görünmektedir. Aydoğdu (2006)'ya göre, yeterli ve dengeli beslenen sporculara vitamin ve mineral desteğine gerek duyulmamaktadır. Özel bir eksiklik, özellikli gereksinim ya da hastalık durumlarında sporcunun sağlık durumu, gereksinimleri ve aldığı diyeti değerlendirildikten sonra gerekiyorsa destek yapılmalıdır. Ayrıca yine Aydoğdu (2006) vitamin ve mineral eksikliği olmayan sporculara destek verilmesinin performans üzerine önemli bir katkısı olmadığını belirtmiştir. Sonuç olarak son iki faktör, destekleyici ürünlerin olumsuz yönlerini ortaya koyarken, birinci faktör

ise kullanım yararının altını çizmektedir. Faktör yapıları arasındaki korelasyon analizi de birinci faktör ile geriye kalan iki faktör arasındaki ilişkinin negatif olduğunu ortaya koymuştur. Nispeten olumsuz tutum olarak ifade edilebilecek ikinci ve üçüncü faktörler arasındaki ilişki ise anlamlı olup pozitif yönlüdür.

Araştırma modelinde sınanmaya çalışılan diğer konu ise bilgi eksikliği, doktora başvuru gerekliliği, profesyonel sporcularca bu tür ürünlerin kullanılması gerektiğine yönelik inanç ve bu tür ürünlerin reklamının yapılması üzerinde faktörlerin etkisini ortaya koymaktı. Mazanov ve diğ. (2008) yaptıkları çalışmada genç sporcuları besin desteği kullanımına yönlendiren soyut kavramların, niyet, tutum ve inançken, onları etkileyen somut kavramlar da antrenörleri, aileleri, doktorlar ve arkadaşları olduğunu belirtmişlerdir. Greger (2001) daha geniş bir perspektifle yaşam biçimi faktörlerinin besin desteği kullanımı ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Yukarıdaki bu düşünce perspektifini destekler bir biçimde araştırmadaki her üç faktörün profesyonel sporcu kullanımına yönelik görüşler hariç anlamlı bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Destekleyici ürün reklamlarının yapılması gerekliliği ile bu faktörler arasındaki ilişki diğer bağımlı değişkenlere oranla yüksektir. Olumlu tutumu yansıtan birinci faktör ile bu değişken arasındaki ilişki doğru orantılı iken, olumsuz olanlarla ise ters orantılıdır.

Bu araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, bu tür ürünlerin pazarlanması ve kullanımında dikkat edilecek unsurlar doğrultusunda

operasyonel kararların alınmasına dikkat edilmesi gerektiğini söylemek mümkündür. Tüketici olarak sporcuların algı, tutum ya da görüşlerini ortaya koyan bu tür çalışmalarda kullanıcı odaklı yaklaşımların sergilenmesi yararlı olacaktır. Bu nedenle, destekleyici nitelikteki ürünleri üreten tarafların tüketicilerin istek ve ihtiyaçları ve algıları doğrultusunda ürünleri tasarlaması ve kullanıcılara sunması daha yararlı sonuçlar verebilecektir.

Gerçekleştirilen bu çalışma, Eskişehir'deki spor merkezlerinden yararlanan kişileri kapsamakta olup, dolayısıyla sınırlı sayıda bir katılımcı grubunun görüşlerini yansıtmaktadır. Araştırma sonuçlarının genellenebilirliği, araştırmanın gerçekleştirildiği yer bakımından sınırlılıklara sahiptir. Araştırmada rapor edilen bulgular, küçük ölçekli bir örneklem grubu üzerinde yapılmış olması diğer bir kısıtlılığı ortaya koymaktadır. Gelecekte bu alanda yapılacak çalışmalarda Türkiye çapında ya da farklı ülkelerin tüketicilerini kapsayan çalışmaların yapılması daha genellenebilir sonuçlar verebilir. Dönemsellik olarak ortaya çıkabilecek gelişmelerin ortaya konması açısından yapılacak çalışmalar kullanım oranlarının değişimini belirleyebilecektir.

#### **Yazışma Adresi (Corresponding Address):**

Dr. Metin ARGAN  
Anadolu Üniversitesi  
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu  
Eskişehir/TÜRKİYE  
E-posta: margan@anadolu.edu.tr

#### **KAYNAKLAR**

1. **Açıkada C, Ergen E.** (1990). *Bilim ve Spor*. Ankara: Büro Tek Yayınları.
2. **Altıntaş A, Akalan C.** (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 39-43.
3. **Altunışık R, Torlak Ö, Özdemir Ş.** (2003). Ekonomik kriz ve değişen alışveriş alışkanlıkları üzerine bir araştırma. *8. Ulusal Pazarlama Kongresi Bildiriler Kitabı*, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, 327-343.
4. **Argan MT, Argan M, Kurulgan M.** (2008). Kitaplara ilişkin biçimsel özelliklerin okuyucu tutumları üzerine etkisi. *Bilgi Dünyası*, 9(1), 179-206.
5. **Argan M, Katırcı H.** (2008). *Spor Pazarlaması*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
6. **Aydoğdu SD.** (2006). Sporcularda doping amaçlı vitamin ve mineral kullanımı. *Türkiye Klinikleri Pediyatrik Bilimler Dergisi*, 2(11), 149-54.
7. **Barr SI.** (1986). Nutrition knowledge and selected nutritional practices of female recreational athletes. *Journal of Nutrition Education*, 18, 167-174.
8. **Burke LM, Deakin V.** (2006). *Clinical Sports Nutrition*, McGrawHill, Sydney, 188.
9. **Churchill GA.** (1979). A paradigm for developing better measures of marketing constructs. *Journal of*

- Marketing Research*, 16 (1), 64-73.
10. **Corrigan B.** (2000). Drugs and nutrition. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 3(4), 339-359.
  11. **Çetin E, Dölek B, Orhan Ö.** (2008). Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin ergojenik yardımcıları, doping ve sağlık hakkındaki bilgi ve alışkanlıklarının belirlenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 129-132.
  12. **Çongar O, Özdemir L.** (2004). Sivas il merkezinde beden eğitimi öğretmenlerinin genel beslenme ve sporcu beslenmesi ile ilgili bilgi düzeyleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(3), 113-118.
  13. **Demant TW, Rhodes EC.** (1999) Effects of creatine supplementation on exercise performance. *Sports Medicine*, 28, 49-60.
  14. **Dunn MS, Eddy JM, Wang M, Nagy S, Perko MA, Bartee RT.** (2001). The influence of significant others on attitudes, subjective norms and intentions regarding dietary supplement use among adolescent athletes. *Adolescence*, 36 (143), 583-591.
  15. **Ersoy G, Hasbay A.** (2006). *Sporcu Beslenmesi*. Ankara: Sinem Matbaacılık.
  16. **Fox EL, Bowers RW, Foss ML.** (1999). *Beden Eğitimi ve Sporun Fizyolojik Temelleri*, (Çeviren: Mesut Cerit, Ed: Hakan Yaman). Ankara: Bağırgan Yayınevi.
  17. **Greger LL.** (2001). Dietary supplement use: consumer characteristics and interests. *The Journal of Nutrition*, 131, 1339-1343.
  18. **Karaözlü C, Bayarar M.** (2004). Peyniraltı suyu proteinlerinin fonksiyonel özellikleri ve sağlık üzerine etkileri. *Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 41(2), 197-207.
  19. **Kim SS, Lee CK, Klenosky DB.** (2003). The influence push and pull factors at Korean national parks. *Tourism Management*, 24, 169-180.
  20. **Kreider RB.** (2003). Effects of creatine supplementation on performance and training adaptations. *Molecular and Cellular Biochemistry*, 244, 89-94.
  21. **Krowchuk DP, Agnlin TM, Goodfellow DB, Stancin T, Williams P, Zinet GD.** (1989). High school athletes and the use of ergogenic aids. *American Journal of Disease in Children*, 143, 486-489.
  22. **Maughan RJ.** (1999). Nutritional ergogenic aids and exercise performance. *Nutrition Research Reviews*, 12, 255-280.
  23. **Mazanov J, Petroczi A, Bingham J, Holloway A.** (2008). Towards and empirical model of performance enhancing supplement use: A pilot study among high performance UK athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 11, 185-190.
  24. **Mendes RR, Pires I, Oliveira A, Tirapequi, J.** (2004). Effects of creatine supplementation on the performance and body composition of competitive swimmers. *Journal of Nutritional Biochemistry*, 15, 473-478.
  25. **Mujika I, Padilla S, Ibanez J, Izquierdo M, Gorostiaga E.** (2000). Creatine supplementation and sprint performance in soccer players. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32, 518-25.
  26. **Nakip M.** (2004). *Pazarlama Araştırmalarına Giriş* (SPSS destekli). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
  27. **Nunnally JC.** (1978). *Psychometric Theory*, 2nd ed., McGraw-Hall, New York.
  28. **Odabasi Y, Arğan M.** (2009). Aspects of underlying ramadan consumption patterns in Turkey. *Journal of International Consumer Marketing*, 21, 203-218.
  29. **Özmerdivenli R, Yıldırım E.** (2005). Profesyonel ve amatör futbolcuların eğitim düzeylerinin ergojenik yardım ve vitamin kullanım eğilimlerine etkisi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi*, 118-123.
  30. **Poortmans JR, Auquier H, Renaut V, Durussel A, Saugy M, Brisson GR.** (1997). Effect of short-term creatine supplementation on renal responses in men. *European Journal of Applied Physiology*, 76, 566-567.
  31. **Ray TR, Eck CJ, Lauries A, Covington R, Murphy B, Williams R, et al.** (2001). Use of oral creatine as an ergogenic aid for increased sports performance: perceptions of adolescent athletes. *Southern Medical Journal*, 94(6), 608-612.
  32. **Saygın Ö, Görül K, Gelen E.** (2009). Amatör ve profesyonel futbolcuların beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 178-196.
  33. **Sobal J, Marquart LF.** (1994). Vitamine/mineral supplement use among high school athletes. *Adolescence*, 29(116), 835-843.
  34. **Şenel Ö, Güler D, Kaya İ, Ersoy A, Kürkçü R.** (2004). Farklı ferdi branşlardaki üst düzey Türk sporcuların ergojenik yardımcıları yönelik bilgi ve yararlanma düzeyleri. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (2), 41-47.
  35. **Tekin M, Arslan F.** (2005). 10. GAP Spor Şenliğine katılan yıldız ve genç taekwondo sporcularının beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 481-486.
  36. **Tokish JM, Kocher MS, Hawkins RJ.** (2004). Ergogenic aids: A review of basic science, performance, side effects, and status in sports. *The American Journal of Sports Medicine*, 32 (6), 1543 - 1553.
  37. **Ünal M,** (2005). Sporcularda kreatin desteği ve egzersiz performansı üzerine etkileri. *Genel Tıp Dergisi*, 15(1), 43-49.
  38. **Willmore JH, Costill DL.** (2004). *Physiology of Sport and Exercise, Human Kinetics*, USA.
  39. **Yaman Ç, Çelik A,** (2008). Sakarya Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde okuyan 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin beslenme bilgi ve tutumlarının karşılaştırılması. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(3), 33-48.
  40. **Yıldıran İ, Bayraktar I,** (2000). Atletizmin atma, atlama ve sprint branşlarındaki antrenörlerin beslenme bilgi ve alışkanlıkları. *Atletizm Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 40(4), 21-38.
  41. **Young CR, Stephens MB.** (2009). Sports and nutritional supplement use in USMC recruits: a pilot study. *Military Medicine*, 174(2), 158-161.
  42. **Yücesir İ,** (2009). Doping ve doping ile mücadele yöntemleri. *Klinik Gelişim*, 22(1), 26-37.
  43. **Yükselen C.** (2000). *Pazarlama Araştırmaları*, Detay Yayıncılık, Ankara.
  44. **Zhang JJ, Pennington-Gray L, Connaughton DP, Braunstein, JR, Ellis, MH, Lam ETC, et al.** (2003). Understanding women's professional football game spectators: Sociodemographics, game consumption, and entertainment options. *Sport Marketing Quarterly*, 12(4), 228-243.