



ISSN: 1306-3111/1308-7266
NWSA-Sports Sciences
NWSA ID: 2013.8.3.2B0094

Status : Original Study
Received: September 2012
Accepted: July 2013

E-Journal of New World Sciences Academy

Nimet Haşıl Korkmaz

Uludag University, nhasil@uludag.edu.tr, Bursa-Turkey

Murat Deniz

Milli Eğitim Bakanlığı, Bursa-Turkey

<http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2013.8.3.2B0094>

YETİŞKİNLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ İLE SOSYO-EKONOMİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Araştırmanın amacı yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sosyo-ekonomik durumları arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırma grubuna, uluslararası fiziksel aktivite anketinin (İPAQ) kısa formu uygulandı. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre erkeklerin FA1 (inaktif), kadınların FA2 (minimum aktif) kategorisinde olduğu gözükmemektedir. Evli olanların FA1, bekâr olanların FA2 kategorisinde olduğu görülmektedir. Alkol ve sigara kullanan bireylerin FA1, kullanmayan bireylerin ise FA2 kategorisinde olduğu; eşi çalışan bireylerin FA2, eşi çalışmayan bireylerin ise FA1 kategorisinde olduğu; alt gelir grubunun FA1, orta ve üst gelir grubunun ise FA2 kategorisinde olduğu ve ailede çocuk sayısının artması ile FA arasında ters yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, sosyo-ekonomik faktörlerin fiziksel aktivite düzeyini etkilediği, örneklem grubunun inaktif kategorisinde olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Sağlık, Yetişkin, Sosyo-Ekonomik Durum, Cinsiyet

A RESEARCH ON THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY AND SOCIO-ECONOMIC STATUS IN ADULTS

ABSTRACT

The aim of the study is to identify the relationship between physical activity level and socio-economic status of adults. Reduced version of international physical activity questionnaire was given to the participants. Male subjects seemed to be in PA1 (inactive) and female subjects in PA2 (minimum active) category. The married subjects were in PA1, singles in PA2, alcohol consumers and smokers in PA1, non-consumers in PA2, tenants in PA1, landlords in PA2, subjects having working spouses in PA2, having idle spouses in PA1 categories. It was also found that low-income level subjects were in PA1 whereas middle-income level subjects were in PA2 category. Also, a meaningful and reverse relationship was found between PA and number of kids that participants had. In conclusion, although socioeconomic factors had an effect on PA level, the sample of the study was found to be in inactive category.

Keywords: Physical Activity, Health, Adults, Socio-Economic Level, Gender



1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Günümüzde teknolojidaki gelişmelerle birlikte, fiziksel aktivite düzeyinde azalma meydana gelmiş ve sağlık sorunlarını da beraberinde getirmiştir. Hareket yetersizliği kalp ve damar sisteminin sağlığı açısından olumsuz sonuçlar ortaya çıkardığı inkâr edilemez bir gerçek gibi karşımızda durmakla birlikte, mesleklerin gerektirdiği bedensel faaliyetlere yönelik aşırı hareketsiz yaşantıdan uzak durmak gerekir. Boş zamanlarda yapılan fiziksel aktivitenin (FA) faydaları meslek yaşantımızı da pozitif yönde etkilediği ve yaşam kalitesini artırdığı düşünülmektedir. Günümüzde yaşam kalitesini arttırarak yaşamak, uzun yaşamak kadar önemli bir konu haline gelmiştir. Sağlıklı yaşlanmak ve yaşa bağlı oluşabilecek sağlık risklerini çeşitli yöntemlerle en aza indirebilmek için temel etkenler beslenme ve fiziksel aktivitedir. Günümüzde ise bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri azalmış, hareketsiz yaşam, tüm dünyada giderek artan bir boyuta ulaşmıştır. Hareketsiz yaşamın neden olduğu bedensel, ruhsal hastalık ve sorunların kaygı verici düzeylerde olduğu otoriteler tarafından kabul edilmektedir. İnsanların acı çekmesi, üretkenlik kaybı ve sağlık kaygıları olması nedeniyle de toplumsal maliyet giderek yükselmektedir. Fiziksel aktivite birçok hastalık için hem önleyici, hem de iyileştirici etkilere sahiptir [1, 2 ve 3], insanların fiziksel aktivite düzeylerini sosyo-ekonomik birçok faktörün etkilediği düşüncesiyle bu araştırmanın yapılması düşünülmüştür.

2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

Bu araştırmayla, yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sosyoekonomik durumları arasındaki ilişkiyi değerlendirmek, toplumda çağdaş spor bilincinin yerleşmesine katkıda bulunmak ve bireyleri fiziksel aktiviteye teşvik edilmesi amaçlanmaktadır.

3. GEREÇ VE YÖNTEM (METHOD AND PROCESS)

3.1. Veri Toplama Araçları (Data Collection Tools)

Çalışmanın evrenini Bursa ilinde yaşayan yetişkinler örneklem gurubunu Bursa merkez ilçelerde (Osmangazi, Yıldırım, Nilüfer) yaşayan yaşları 28-55 arasında değişen 313 erkek 188 kadın toplam 501 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada fiziksel aktivite (FA) anketi ve sosyo-ekonomik anket uygulandı. Farklı meslek gruplarında çalışan yetişkinlerin FA düzeylerini belirlemek için Uluslar Arası Fiziksel Aktivite Değerlendirme anketi (İPAQ)'nin kısa formu kullanıldı [4 ve 5]. Uluslar Arası Fiziksel Aktivite Değerlendirme anketinin Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır [6] İPAQ kısa formu anketi son 7 gün içerisinde FA süresi en az 10 dk olan 7 sorudan ve 4 ayrı bölümden oluşan soruları içermektedir. Son bir hafta içinde kaç gün fiziksel aktivite yapıldığı ve her bir gün için ne kadar süre ile birinci bölümde, ağır fiziksel aktiviteler (AFA), ikinci bölüm Orta şiddette fiziksel aktiviteleri (OFA), üçüncü bölüm yürüme (Y), son bölüm ise günlük olarak oturarak (hareket etmeden) geçirilen zaman ilgilidir. Fakat son bölüm olan, fiziksel aktivite yapmadan günlük harcanan zaman ile ilgili soru yetişkinlerin FA düzeylerinin belirlenmesinde analiz çalışmaları yapılırken değerlendirmeye alınmamıştır. İPAQ kısa formu anketi bölümlerinin hesaplanmasında oluşan toplam harcanan enerji İPAQ scoring protocol (short-forms) verilerine göre hesaplanmıştır.

3.2. Verilerin Analizi (Data Analysis)

İstatistiksel analizlerde verilerin normal dağılım uygunluğu Shopiro-Wilk testi ile test edildi ve veriler normal dağılıma uygun olmadığı için parametrik olmayan istatistiksel testler kullanıldı. İki grup arasındaki farkın önemi, parametrik test varsayımları yerine



gelmediği için Mann-Whitney U testi ile araştırıldı. Gruplar arası karşılaştırmalarda Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney testi kullanıldı. Değişkenler arasında ilişkiler Pearson Korelasyon katsayısı (r) ile analiz edildi. İstatistiksel karşılaştırmalar $\alpha=0,050$, $p<0,05$ alındı.

4. BULGULAR (FINDING)

Araştırma Bursa ilinde 20-58 yaşları arasında özel ve kamuya ait işyerlerinde görev yapan 118 öğretmen, 97 öğrenci, 71 ev hanımı, 23 ofis (masa başı) çalışanı, 30 emekli, 63 serbest meslek sahibi, 10 sporcu, 17 tekstil, 28 muhasebeci, 20 sağlık çalışanı, 24 mühendis üzerinde uygulanmıştır. Araştırma grubunu $n = 501$; 313 erkek 188 kadın oluşturmaktadır. Araştırmaya katılanların %55,5'i evli %44,5'i bekârdır. Araştırmaya katılanların %30,9'unun eşi çalışırken %69,1'inin eşi çalışmıyor. Denekler kendilerini gelir dağılımı bakımından %78'i'si alt grupta %18,2 orta grupta %3,8'i ise üst grupta değerlendirmektedir. Araştırmaya grubunun %74,4'ünün ev sahibi iken %22,6'si kiracıdır. Araştırmaya grubunun %22,4'ü alkol kullanırken %74,6'si alkol kullanmıyor. Deneklerin %20,8'i sigara kullanırken %79,2'si sigara kullanmıyor. Araştırma grubunun %83,8'inin herhangi bir kronik hastalığı yok iken %16,2'sinin kronik hastalığına rastlanmıştır.

Tablo 1. Cinsiyete göre fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi
(Table 1. Determination of physical activity level according to gender)

DEĞİŞKENLER		AFA	OFA	Y	TOPLAM MET dk/hf
ERKEK	N	313	313	313	313
	X MET dk/hf	39,2	33,2	498,6	571
	Med MET dk/hf	0	0	396	476
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	720	600	2079	2559
KADIN	N	188	188	188	188
	X MET dk/hf	21,7	49,7	750,9	822,4
	Med MET dk/hf	0	0	693	693
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	720	1440	2079	2826
p		$p<0,05$	$p>0,05$	$p<0,05$	$p<0,05$

X: Aritmetik ortalama
Med: Medyan
Min: En düşük değer
Max: En yüksek değer

AFA: Ağır fiziksel aktivite
OFA: Orta fiziksel aktivite
Y: Yürüme

Tablo 1'e göre erkeklerde medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 476-0-2559 MET dk/hf, kadınlarda ise medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 693-0-2826 MET dk/hf olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmemektedir ($p<0,05$).



Tablo 2. Medeni duruma göre fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi

(Table 2. Physical activity level according to marital status)

DEĞİŞKENLER		AFA	OFA	Y	TOPLAM MET dk/hf
EVLİ	N	278	278	278	278
	X MET dk/hf	21,2	20,8	568,5	610
	Med MET dk/hf	0	0	396	456
	Min MET dk/hf	0	0	396	456
	Max MET dk/hf	720	960	2079	2559
BEKÂR	N	223	223	223	223
	X MET dk/hf	46,8	62,5	624,1	733,4
	Med MET dk/hf	0	0	594	693
	Min MET dk/hf	0	0	594	693
	Max MET dk/hf	720	1440	2079	2826
p		p<0,05	p<0,05	p>0,05	p<0,05

X: Aritmetik ortalama
Med: Medyan
Min: En düşük değer
Max: En yüksek değer

AFA: Ağır fiziksel aktivite
OFA: Orta fiziksel aktivite
Y: Yürüme

Tablo 2'ye göre evli bireylerde medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 476-0-2559 MET dk/hf olduğu, bekârlarda medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 693-0-2826 MET dk/hf olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmemektedir ($p<0,05$).

Tablo 3. Deneklerin alkol kullanıp kullanmama durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi.

(Table 3. The physical activity level according to the alcohol beverage)

DEĞİŞKENLER		AFA	OFA	Y	TOPLAM MET dk/hf
ALKOL KULLANIYOR	N	112	112	112	112
	X MET dk/hf	37,1	45,7	439,1	522,1
	Med MET dk/hf	0	0	363	410
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	480	960	2079	2079
ALKOL KULLANMIYOR	N	389	389	389	389
	X MET dk/hf	31,3	37,6	637,6	706,6
	Med MET dk/hf	0	0	577,5	605
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	720	1440	2079	2826
p		p>0,05	p>0,05	p<0,05	p<0,05

X: Aritmetik ortalama
Med: Medyan
Min: En düşük değer
Max: En yüksek değer

AFA: Ağır fiziksel aktivite
OFA: Orta fiziksel aktivite
Y: Yürüme

Tablo 3'e göre alkol kullanan bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 410-0-2079 MET dk/hf olduğu, alkol kullanmayan bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 605-0-2826 MET dk/hf olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmemektedir ($p<0,05$).



Tablo 4. Deneklerin sigara durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi.

(Table 4. Physical activity level according to the smoking)

DEĞİŞKENLER		AFA	OFA	Y	TOPLAM MET dk/hf
SİGARA KULLANIYOR	N	104	104	104	104
	X MET dk/hf	10	14,4	471,8	496,2
	Med MET dk/hf	0	0	396	396
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	320	300	2079	2079
SİGARA KULLANMIYOR	N	397	397	397	397
	X MET dk/hf	38,5	45,9	625,1	709,6
	Med MET dk/hf	0	0	594	693
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	720	1440	2079	2826
p		p<0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05

X: Aritmetik ortalama
Med: Medyan
Min: En düşük değer
Max: En yüksek değer

AFA: Ağır fiziksel aktivite
OFA: Orta fiziksel aktivite
Y: Yürüme

Tablo 4'e göre sigara kullanan bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 396-0-2079 MET dk/hf olduğu, sigara kullanmayan bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 693-0-2826 MET dk/hf olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir ($p<0,05$).

Tablo 5. Deneklerin kronik hastalığının durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi.

(Table 5. Physical activity level according to the cronical illness)

DEĞİŞKENLER		AFA	OFA	Y	TOPLAM MET dk/hf
KRONİK HASTALIĞI YOK	N	420	420	420	420
	X MET dk/hf	37,5	38,6	591,2	667,3
	Med MET dk/hf	0	0	495	594
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	720	1200	2079	2586
KRONİK HASTALIĞI VAR	N	81	81	81	81
	X MET dk/hf	7,4	43,7	603,9	655
	Med MET dk/hf	0	0	693	693
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	120	1440	1386	2826
p		p>0,05	p>0,05	p>0,05	p>0,05

X: Aritmetik ortalama
Med: Medyan
Min: En düşük değer
Max: En yüksek değer

AFA: Ağır fiziksel aktivite
OFA: Orta fiziksel aktivite
Y: Yürüme

Kronik hastalığı olmayan bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 594-0-2586 MET dk/hf olduğu, kronik hastalığı olan bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 693-0-2826 MET dk/hf olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olmadığı gözükmektedir ($p>0,05$).



Tablo 6. Deneklerin ekonomik (alt, orta, üst gelir grubu) durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi.
(Table 6. Physical activity level according to the economical income level)

DEĞİŞKENLER		AFA	OFA	Y	TOPLAM MET dk/hf
ALT GELİR GRUBU	N	391	391	391	391
	X MET dk/hf	34,3	35,4	565,5	635,3
	Med MET dk/hf	0	0	462	495
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	720	1440	2079	2826
ORTA GELİR GRUBU	N	91	91	91	91
	X MET dk/hf	22,8	37,1	695,9	755
	Med MET dk/hf	0	0	693	693
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	360	1200	2079	2586
ÜST GELİR GRUBU	N	19	19	19	19
	X MET dk/hf	44,2	132,6	673,8	850,7
	Med MET dk/hf	0	0	594	914
	Min MET dk/hf	0	0	0	0
	Max MET dk/hf	240	960	1386	1554
	p	p<0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05
İKİLİ P(1-2)			P>0,05	P>0,05	P>0,05
İKİLİ P(1-3)			P<0,05	P>0,05	P>0,05
İKİLİ P(2-3)			P<0,05	P>0,05	P<0,05

X: Aritmetik ortalama

AFA: Ağır fiziksel aktivite

1-2 Alt ve orta gelir grubu

Med: Medyan

OFA: Orta fiziksel aktivite

1-3 Alt ve üst gelir grubu

Min: En düşük değer

Max: En yüksek değer

Y: Yürüme 2-3 Orta ve üst gelir grubu

Max: En yüksek değer

Tablo 6'ya alt gelir grubuna göre bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 495-0-2826 MET dk/hf olduğu; orta gelir grubuna göre bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 693-0-2586 MET dk/hf olduğu; üst gelir grubuna göre bireylerin medyan, minimum, maksimum değerleri sırasıyla 914-0-1554 MET dk/hf olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir ($P<0,05$). Alt ve orta gelir, alt ve üst gelir gurubu anlamlı farklılık olmadığı gözükmektedir ($p>0,05$). Orta ve üst gelir grubu arasında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir ($p<0,05$).



Tablo 7. Deneklerin yaş, boy, kilo, BMİ, eğitim, çocuk sayısı, hane nüfusu ile fiziksel aktivite ilişkisinin incelenmesi.
(Table 7. Physical activity level relation ship with age, weight, BMI, Education and total nuber of people in house)

DEĞİŞKENLER	YAŞ	BOY	KİLO	BMİ	EĞİTİM	ÇOCUK SAYISI	HANE NUFUSU	
AFA	r	-0,134**	0,149**	-0,017	-0,123**	0,108*	-0,166**	-0,161**
	p	0,003	0,001	0,712	0,006	0,016	0,001	0,001
OFA	r	-0,132**	0,045	-0,115**	-0,169**	0,103*	-0,153**	-,030
	p	0,003	0,316	0,010	0,001	0,021	0,001	0,530
Y	r	-0,070	-0,267**	-0,252**	-0,121**	-0,081	-0,069	-0,026
	p	0,089	0,001	0,001	0,007	0,069	0,123	0,563
TOPLAM MET dk/hf	r	-0,123**	-0,207**	-0,259**	-0,170**	-0,032	-0,127**	-0,059
	p	0,006	0,001	0,001	0,001	0,470	0,005	0,189

AFA: Ağır fiziksel aktivite
OFA: Orta fiziksel aktivite
Y: Yürüme

* p<0,05 anlamlılık var
** p<0,01 anlamlılık var

Tablo 7'deki değişkenlerin fiziksel aktivite ile ilişkisi belirlemek için Toplam MET'leri temel alınarak sırasıyla bakılmıştır. Yaş ile fiziksel aktivite arasında ters yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,123-p=0,006$). Boy ile fiziksel aktivite arasında ters yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,207-p=0,001$). Kilo ile fiziksel aktivite arasında ters yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,259-p=0,001$). BMİ ile fiziksel aktivite arasında ters yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,170-p<0,001$). Eğitim ile fiziksel aktivite arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($r=-0,032-p=0,470$). Çocuk sayısı ile fiziksel aktivite arasında ters yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,127-p=0,005$). Hane nüfusu ile fiziksel aktivite arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($r=-0,059, p>0,18$).

6. TARTIŞMA (DISCUSSIONS)

Çalışmamızdaki temel amaçlardan biri yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sosyo-ekonomik durumları arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır.

Farrell ve Shields [7] 2002 yılında 6467 kişi üzerinde yaptığı araştırmada İngiltere'de sportif katılımı belirleyen ekonomik ve demografik faktörler incelenmiştir. Bunun yanı sıra ev halkının gözlenemeyen sportif tercihlerini de dikkate almışlardır. Araştırma sonucunda; ailenin geliri ile spora bilinçli katılım arasında anlamlı ilişkiler saptanmış, diğer değişkenler olan din, ailenin tercih ettiği sportif faaliyet ile spora katılım kararı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Rimal [8] Amerika Birleşik Devletlerinde 2880 aile üzerinde yapmış olduğu araştırmada sosyo-ekonomik durum ve beslenme alışkanlıkları ile bireysel sağlık davranışı çeşitleri arasındaki ilişki ve yetişkinlerin fiziksel egzersiz alışkanlıklarını etkileyen faktörler incelenmiştir. Araştırma sonucunda; ailelerin egzersiz alışkanlıklarını etkileyen sosyo-ekonomik değişkenlerin ailenin gelir düzeyi, eğitim ve aile yapıları olduğu ortaya konulmuştur.

Fogelman ve arkadaşları [9] yaşları 20 ila 65 arasında değişen 276 kişi üzerinde fiziksel aktivitenin yoğunluğu ve tipinin sosyo-ekonomik ve sağlık faktörleriyle ilişkisini incelemişlerdir. Fiziksel aktiviteler, Baecke'nin dört madde indeksine göre iş, boş zaman, spor ve oranlarına bölünmüştür. Araştırma sonucunda, katılımcıların yarısının sedanter bir yaşam tarzı sürdürdüğü bulunmuştur. Düşük eğitim seviyesinde işte fiziksel aktivite daha büyük oranda iken,



yüksek eğitim seviyesinde ise boş zamanda fiziksel aktivite daha büyük orandadır. Erkeklerin kadınlardan daha yüksek spor indeksine sahip oldukları da tespit edilmiştir.

Pepe [10] Konya ilinde spor yapan ve yapmayan bayanların sosyo-ekonomik seviyelerini araştırmayı amaçlamıştır. Çalışma sonucunda, sosyo-ekonomik yapının, spora katılım düzeylerini etkilediği, bu etkileme iyi imkânların sporu teşvik edici faktör veya kötü imkânların kısıtlayıcı faktör olarak gösterilemeyeceği sonucuna varılmıştır. Üç noktalarda spor yapan kesimin az olduğu, spor yapan kesimin ortanın üzerinde ve altında toplandığı tespit edilmiştir. Spor yapan ve yapmayan bayanların sosyo-ekonomik yönden farklılıklar gösterdiği görülmüş, sosyo-ekonomik yapının kişilerin yaşam şekillerini etkilediğini ve sahip olunan sosyo-ekonomik imkân doğrultusunda yaşamlarına yön verdiklerini ve her alanda olduğu gibi spora katılım düzeyini de etkilediği tespit edilmiştir.

Kara [11] sporun yaygınlaştırılmasında sosyo-ekonomik faktörlerin araştırılmasını amaçlamıştır. Araştırmaya Niğde il merkezinden rastgele seçilen 301'i erkek, 199'u bayan toplam 500 kişi katılmıştır. Sosyo-ekonomik durumu ve spora karşı ilgi düzeyinin tespit etmek amacıyla hazırlanan anket katılımcılara uygulanmıştır. Anket sonuçlarından spora ilgi puanları tespit edilerek yaş, cinsiyet, medeni hali, eğitim düzeyi, meslek grupları, ekonomik düzeyleri, spora ilgi düzeyleri ile kıyaslanarak değerlendirilmiştir. Sonuç olarak fertleri spora yönelten sebepler sırasıyla sağlıklı kalma, boş vakitleri değerlendirme ve arkadaş grubunun etkisi olarak sıralanırken, spora yüksek düzeyde ilgi gösterenlerin öğrenci grubunun olduğu, ekonomik faktörlerin spora katılımı etkisinin olmadığı ortaya çıkmıştır. Katılımcıların ekonomik durumlarının daha iyi olması halinde ilgilendikleri spor branşlarında değişiklikler olduğu bulunmuştur. Ayrıca araştırma neticesinde genç nüfusun spora daha çok ilgi gösterdiği, eğitim seviyesi yükseldikçe spora ilginin arttığı belirlenmiştir. Diğer yandan erkeklere göre bayanların spora daha az ilgi duymaları tespit edilmiştir. Niğde ilinde sporun yapılmasını engelleyen nedenlerden branşa yönelik tesislerin bulunmaması, mevcut olan tesislerin fiziki yetersizliğinin yanında uygun araç ve gereçlerin eksikliği ön plana çıkmıştır. Sporun yaygınlaştırılması için spor tesislerinin sayılarının artırılması, başarılı sporculara sponsorluk ve burs sisteminin uygulanması, eğitim kurumları, belediye, özel ve kamu kuruluşları ile işbirliği yapmaları olarak sıralanmıştır.

Arslan ve arkadaşları [12] öğretim üyelerinin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek ve sağlık sorunları ile aktiviteleri arasında bir ilişkinin olup olmadığını araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmaya; Fırat Üniversitesinde görev yapan 28 ile 64 yaşları arasında ve ortalama yaşları 40 olan 232 öğretim üyesi katılmıştır. Konu ile ilgili olarak hazırlanan anket Üniversitedeki Fakülte, Bölüm ve Yüksekokullarda görev yapan ve rastgele seçilen öğretim üyelerine uygulanmıştır. Araştırma sonucunda; Öğretim üyelerinin fiziksel aktivitelerden en çok yaptıkları ilk üç aktivite; Yürüyüş (%48,3), bahçe ve tamir işleri (%28,9) ve kültür-fizik-aerobik-step hareketleri (%21,1) olarak bulundu. Öğretim üyelerinin, fiziksel aktivitelerle katılım oranlarının çok düşük düzeyde olduğu ve en fazla katıldıkları yürüyüş aktivitesine dahi %48,3 oranında katılım gösterdikleri saptanmıştır. Ayrıca değişik aktivite çeşitleri göz önüne alındığında öğretim üyelerinin %51,7'i ile 95,7'i arasında değişen oranlarda aktivite yapmadıkları tespit edilmiştir. Tüm aktivitelerle daha çok katılım ve ilgi gösteren öğretim üyelerinden doçentler olmuştur (p<0.05). Sağlık sorunlarında ilk sırada, gribal rahatsızlıklar (%45,7) gelirken, sonra sırasıyla, baş ağrısı-genel yorgunluk halsizlik (%43,9), kemik-kas ve eklem rahatsızlıkları (%37,5),



sindirim sistemi rahatsızlıkları (%18,5) gelmektedir. Öğretim üyelerinden en fazla sağlık problemi olanların doçentler olduğu bulunmuştur. Sağlık şikâyetlerinin, akademik hiyerarşide en son mevkide bulunan profesörlerde azalma olduğu gözlemlendi. Fiziksel aktivite yapan ve yapmayan öğretim üyelerinin, sağlık sorunları bakımından incelendiğinde, belirtilen tüm rahatsızlıklarda fiziksel aktivite yapmayanların daha çok sağlık sorunu ile karşılaştığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, öğretim üyelerinin fiziksel aktivite alışkanlıklarının yetersiz olduğu, fiziksel aktivite yapmayan öğretim üyelerinin daha çok sağlık problemi ile karşılaştığı, fiziksel aktivite eksikliğine bağlı olarak, mesleki ve birçok hastalıklara yakalanma risklerine açık oldukları kanısına varılmıştır.

Araştırmamız sonucunda kadınların erkeklere göre fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. MET yöntemine göre erkeklerin FA1 (inaktif), bayanların FA2 (minimum aktif) kategorisinde olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir. (benzer çalışmalar incelendiğinde) Fogelman (9) yapmış olduğu araştırmasında erkeklerin kadınlardan daha yüksek spor indeksine sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bulunan bu sonuç Sallis [12], Miletiç [13] ve Hamlin [14] çalışmaları da desteklemektedir. Bizim araştırmamızda bu yönde sonucun çıkmadığı literatür ile çeliştiği anlaşılmaktadır. Böyle bir sonucun çıkmasının sebebi kadınların bilinçlenmesinden, sosyal yaşama ve iş hayatına katılımlarının artmasından ve örneklem grubunun özelliğinden kaynaklanmış olabilir.

Alkol kullanan bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri alkol kullanmayan bireylerden daha düşük olduğu gözükmektedir. MET yöntemine göre FA değerlendirmesi bakımından alkol kullanan bireyler FA1, alkol kullanmayan bireyler ise FA2 kategorisinde olduğu gözükmektedir. İstatistiksel karşılaştırmalarda ise alkol kullanan ve kullanmayan bireyler arasında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir. Sigara kullanan bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri sigara kullanmayan bireylerden daha düşük olduğu gözükmektedir. MET yöntemine göre FA değerlendirmesi bakımından sigara kullanan bireyler FA1, kullanmayan bireyler ise FA2 kategorisinde olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir. Kronik hastalığı olan bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin kronik hastalığı olmayan bireylerden daha yüksek olduğu gözükmektedir. MET yöntemine göre FA değerlendirmesi bakımından kronik hastalığı olan bireyler FA2, kronik hastalığı olmayanlar ise FA1 kategorisinde olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olmadığı gözükmektedir. Kara (11) çalışmasında spora yönelten sebepler arasında sağlıklı olma durumunun fiziksel aktiviteye katılımı etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Bizim araştırma sonucumuz ile paralellik göstermemektedir. Böyle bir sonucun çıkmasının sebebi çalışmamın uyguladığı örneklem grubunun özelliğinden ve bireylerin hastalığının bilincinde olup hareketli yaşamın farkında olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Alt, orta ve üst gelir grubu fiziksel aktivite düzeyleri karşılaştırması yapıldığında FA düzeyi en yüksekte en düşüğe doğru sıralama sırasıyla üst, orta ve alt gelir grubu olduğu gözükmektedir. MET yöntemine göre FA değerlendirmesi bakımından alt gelir grubu FA1, orta gelir grubu FA2, üst gelir grubu FA2 kategorisinde olduğu ve aralarında anlamlı farklılık olduğu gözükmektedir. Rimal [8] yapmış olduğu araştırma sonucuna göre bireylerin egzersiz alışkanlıklarını etkileyen sosyo-ekonomik değişkenlerin ailenin gelir düzeyi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Farrell ve Shields [3] yapmış olduğu çalışma sonucuna göre ailelerin geliri ile spora bilinçli katılım arasında anlamlı ilişki olduğu anlaşılmıştır. Bulunan bu sonuçlar yapmış olduğumuz çalışma ile benzerlik gösterdiği anlaşılmaktadır.



Araştırmamız sonucunda yetişkin bireylerin yaş, boy, vücut kitle indeksi, eğitim, çocuk sayısı ve hane nüfusu ile fiziksel aktivite arasındaki ilişki karşılaştırılmıştır. Yaş arttıkça fiziksel aktivitenin azaldığı ve aralarında anlamlı farklılık olduğu araştırma sonucunda belirlenmiştir. Boy ile fiziksel aktivite ilişkisine bakıldığında ise boy arttıkça fiziksel aktivite seviyesinin azaldığı ve aralarında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kilo ile fiziksel aktivite ilişkisine bakıldığında aralarında ters yönde anlamlı farklılık belirlenmiştir yani kilo arttıkça fiziksel aktivite azalmaktadır. Vücut kitle indeksi ile fiziksel aktivite ilişkisi incelendiğinde ise aralarında ters yönde anlamlı farklılık olduğu yani bir değişkenin artması diğer değişkenin azalmasına sebep olduğu araştırma sonucunda belirlenmiştir. Ailede çocuk sayısının artışı ile fiziksel aktivite arasında ters yönde anlamlı farklılık olduğu yani çocuk sayısının artması fiziksel aktivite seviyesini azalttığı araştırma sonucunda belirlenmiştir. Rimal [8] çalışmasında da aile yapısının fiziksel aktivite seviyesini etkilediği sonucu ile bizim çalışmamızdaki sonucun paralellik gösterdiği anlaşılmaktadır. Eğitim düzeyi ile Fiziksel aktivite arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Mota ve Silva [15] araştırmasında sosyo-ekonomik statünün fiziksel aktivite düzeyine ilişkin hiçbir kanıt bulunamamış. Bulunan bu sonuç iki çalışma arasında benzer sonuçların çıktığını göstermektedir.

7. SONUÇ VE ÖNERİLER (CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS)

Araştırmamız sonucunda sosyo-ekonomik durumun fiziksel aktivite düzeyini etkilemesine rağmen, örneklem grubunun inaktif kategorisinde olduğu belirlenmiştir Yapılan araştırmalarda bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sosyo-ekonomik özellikler arasında çeşitli ilişkiler ortaya konulmuştur. Fiziksel aktivite düzeyi artan bireylerin daha kaliteli ve sağlıklı yaşam sürdükleri tartışılmaz bir gerçek olmuştur. Her ne kadar bireylerin sosyo-ekonomik özellikleriyle fiziksel aktivite düzeyleri arasında ilişkiler olsa bile bireylerin fiziksel aktivite düzeyini artması için gerek devlete, gerek bireylere ve medyaya büyük görevler düşmektedir.

KAYNAKLAR (REFERENCES)

1. Özer, K., (2001). Fiziksel Uygunluk. Amkara: Nobel Yayın Dağıtım.
2. Zorba, E., (2004). Yaşamboyu Spor. İstanbul: Marmara İletişim Yayın Dağıtım.
3. Baranowski, T., Bouchard, C., Bricker, T., Heath, G., Strong, W.B., Truman, B., and Washington, R., (1992). Assessment, Prevalance and Cardiovascular Benefits of Physical Activity and Fitness in Youth. *Medicine Science and Sports Exercise*, (24) 6: 237-247.
4. Craig, C.L., Mashall, A.L., Sjöström, M, et al. (2003). International Physical Activity Questionnaire: 12-country reliability and validity. *Med. Sci. Sports Exerc.* 35: 1381-1395.
5. Hagstromer, M., Oja, P., and Sjoström, M., (2006). The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): a study of concurrent and construct validity. *Public Health Nutr*, 2006; 9: 755-762.
6. Öztürk, M., (2005). Üniversitede Eğitim-Öğretim Gören Öğrencilerde Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketinin Geçerliliği ve Güvenirliği ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
7. Farrell, L. and Shields, M.A., (2002). Investigating the Economic and Demographic Determinants of Sporting Participation



-
- in England. *Journal of Royal Statistical Society*, 165, pp: 335-348.
8. Rimal, A., (2002). Association of Nutrition Concerns and Socioeconomic Status With Exercise Habits. *International Journal of Consumer Studies*, (26) 4, pp: 322-327.
 9. Fogelman, Y., Bloch, B., and Kahan, E., (2004). Assessment of Participation in Physical Activities and Relationship to Socioeconomic and Health Factors. *Patient Education And Counseling*, 53, pp: 95-99.
 10. Pepe, K., (1998). Isparta ve Burdur İl Merkezindeki Lisanslı Sporcuların Sosyo-Ekonomik Yapıları. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
 11. Kara, D., (2006). Sporun Topluma Yaygınlaştırılmasında Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Araştırılması (Niğde İli Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Niğde: Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
 12. Sallis, J.F., Zakarian, J.M., Hovell, M.F., and Hofstetter, LR., (1996). Ethnic, Socio-Economic and Sex Differences in Physical Activity Among Adolescent. *Journal of Clinical Epidemiology*, 49, pp: 125-134.
 13. Miletic, U., (1998). Motives For Adult Sport Participation. MS Thesis. University of Windsor.
 14. Hamlin, M.J. and Ross, J.J., (2005). Barriers to Physical Activity in Young New Zealanders. *Youth Studies Australia*, 24 (1), pp: 31-37.
 15. Mota, J. and Silva, G., (1999). Adolescents Physical Activity: Association With Socio-Economic Status and Parental Participation Among a Portuguese Sample. *Sport Education and Society*, 4, pp:193-199.