

INTERNATIONAL REFEREED ACADEMIC JOURNAL OF SPORTS, HEALTH AND MEDICAL SCIENCES

PRINT ISSN: 2146-8508 - ONLINE ISSN: 2147-1711



ISSUE: 37 YEAR: 2020



PRIVILEGE

“Bu Dergi Türk Patent Enstitüsü Tarafından Marka Tescili İle Tescillidir”

(2015/04313-2015-GE-18969)



GÜVEN PLUS GRUP A.Ş.

www.guvenplus.com.tr

SSTB DERGİMİZ HAKKINDA GENEL BİLGİLER

- 1 Dergimiz hakemli ve uluslararası indeksli bir dergidir. Her yayın en az iki alan uzmanı hakem tarafından değerlendirilmektedir. İki alan hakemi tarafından olumlu “yayınlanabilir” yönünde rapor almayan yayınlar dergimizde yayınlanmaz. Bu durum karşısında hiçbir yazar(lar) dergimiz üzerinde bir hak iddiasında bulunamaz. Dergimizde yayınlanmaya hak kazanan “Etik Kurul Raporu” bulunan yayınlara dair etik kurul bilgileri yazılı olarak editörlüğe gönderilmesi ve sisteme yayın yüklenirken sisteme yüklenmesi zorunludur. Etik kurul raporu olan ve sisteme bilgisi girilmeyen ya da yazılı olarak editörlüğe bilgileri ulaştırılmayan çalışmalardan doğan her türlü sorumluluk yazar(lar)’a aittir. Dergimizin hiçbir kurulu ve yetkilisi bu konuda maddi ve manevi sorumluluk kabul etmez. Dergi kurul ve üyeleri “yetkilileri” Hukuki yükümlülük altına alınamaz. Her yazar ve yazarlar bu durumu peşinen kabul etmiştir.
- 2 Dergi hakem ve kurullarında yer alan akademisyen ile diğer yetkililer hakkında yazar(lar) dergi sistem işleyişi sürecine dair bir talepte bulunamaz. Bulunsalar bile herhangi bir bilgi kendilerine verilmez, sistem süreci değiştirilmez. Dergimiz ile ilgili her türlü bilgi derginin web sayfasında [www. sstbdergisi.com](http://www.sstbdergisi.com) adresinden edinilebilir.
- 3 Dergimiz yılda DÖRT sayı şeklinde çıkmakta her yılın “Mart – Haziran – Eylül ve Aralık” aylarının son günü derginin sayısında bulunan tüm makaleler tek cilt halinde dergi web sistemine yüklenir. Dergi web sisteminden makaleler tüm okuyucular tarafından indirilir ve ilgili eser “makale” ve dergimize atıf yapılmak koşulu ile kullanılabilir. Dergimizin tüm sayılarına okuyucular ücretsiz olarak ulaşmaktadır.
- 4 Dergimizde yayınlanan tüm makaleler (ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706) kalite belgeleriyle ve (2015/04313-2015-GE-18969) Marka patent ile güvence altına alınmıştır. Yayınlanmış olan makaleler kalite, marka patent ve doi bilgileri ile ilgili çalışmanın yazarlarına eserleri hakkında her türlü hukuki hak ve uluslararası güvence sağlamaktadır.
- 5 Dergimiz basılı ve e dergi olarak yayınlanmaktadır. Print: 2146-8508 / Online: 2147-1711 numarası ile T.C. Kültür Bakanlığında dergimiz hakkında her türlü bilgiye ulaşılabilir.
- 6 Metin içinde (Yılmaz, 2015: 1) veya (Yılmaz ve diğ., 2015:1) şeklinde kaynak gösterimi,

kaynakçada ise YILMAZ, M., (2015). Üniversiteler Arası Futsal Müsabakalarına Katılan Sporcuların Başarı Yönelim ve Motivasyon Davranışlarının İncelenmesi, SSTB Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi, Sayı: 15, Cilt: 5, ss.1-2 şeklinde gösterilir. Tüm yazarlar dergimizin son güncel sayılarını takip ederek ilgili sayılarda yayınlanan makalelerdeki yazım formatını kendi çalışmalarında uygulayabilir. İnternet kaynaklarında mutlaka erişim tarihi ve son ulaşılabilen internet linkinin tamamının başta kaynakça ve metnin kullanıldığı sayfa altında numaralandırılarak gösterilmesi bir zorunluluktur.

- 7 Kaynakça Türkçe alfabe sıralamasına göre düzenlenir. Tüm yazarlar için derginin son sayısındaki yazım formatı dikkate alınmak zorundadır.
- 8 Dergimiz uluslararası indeksli bir dergi olup dergimizde yayınlanan tüm çalışma ve makaleler derginin yayınlandığı tarih itibariyle ilgili indekslere mail yolu ile ulaştırılır.
- 9 Dergimizde özgün araştırma, inceleme, derleme, olgu sunumu, proje ve kitap tanıtımı “makale formatında olmak zorundadır” türünde yayınlara yer verilmektedir.
- 10 Dergimize gönderilen tüm çalışmalar sisteme yüklendiği şekil ve an itibariyle başka bir dergide yayınlanmamış, değerlendirmeye alınmamış ve red edilmemiş olması gerekir. Tüm sisteme yüklenen makaleler yazar(lar) tarafından bu kurallara uyulduğunu kabul etmiş sayılır. Aksi durumda ilgili yazar(lar) hakkında dergimiz hukuki haklarını saklı tutar. Oluşabilecek olumsuzluk karşısında maddi ve manevi tüm sorumluluk ilgili yazar(lar)’a aittir. Dergimiz T.C. Kanunlarına göre hareket eder.

GENERAL INFORMATION ABOUT SSTB JOURNAL

- 1** Our journal is a refereed and internationally indexed journal. Each paper is evaluated by two referees who are field experts. The articles not reported as “issuable” positively by two field referees aren’t published in our journal. None of the author(s) can lay a claim on our journal in this case. Data, concerning the ethics committee of the studies, approved to be published in our journal, having the Ethics Committee Report, should be submitted to the editors in written and uploaded to the system with the article. Author(s) should take the responsibility of their articles, having the Ethics Committee Report, which were not submitted to the editors in written and were not uploaded to the system. None of the committees and the authorities in our journal are responsible for pecuniary and non-pecuniary damages. The committees and the authorities in our journal do not have any legal obligations. Author(s) have accepted this situation beforehand.
- 2** Author(s) cannot make a demand for the journal’s procedure concerning the academicians in journal’s referee board and other boards and other authorities. Even if so, they aren’t given any information, system process cannot be changed. Necessary information about our journal can be obtained from the website of the journal www.sstbdergisi.com.
- 3** Our journal publishes four times a year, all articles in the relevant volume of journal are uploaded to the web system of the journal in one volume on the last day of the months “March, June, September and December” All readers can download the articles from the journal’s web system and the relevant paper “article” can be used on condition that our journal is cited. Readers can download all volumes of our journal for free.
- 4** All articles published in our journal are assured with certificate of quality (ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706) and trademark patent (2015/04313-2015-GE-18969). Articles published provide their authors with all kinds of legal rights and international assurance regarding their articles with quality, trademark, patent and doi information.
- 5** Our journal has both printed and online versions. Necessary information about our journal can be obtained from the T.R. Ministry of Culture with the number Print 2146-8508 Online ISSN NO: 2147-1711

- 6** Reference within the text should be (Yılmaz, 2015: 1) or (Yılmaz et al. 2015:1), in the reference part YILMAZ, M., (2015). Futsal Competition Between University Athletes Who Participated Orientation And Motivation Of Conduct Investigation Of Success , SSTB International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences Issue:15, Volume:5, pp.1-2. All authors must follow the latest volumes of our journal and apply the print format of the published articles in their own papers. It is an obligation to indicate the access date of the internet sources and the last accessed full internet link in the references and below the page by giving numbers.
- 7** References are arranged by the Turkish alphabet. The printing format in the last volume of the journal should be taken into account by all authors.
- 8** Our journal is an internationally indexed journal, and all articles and papers published in our journal are sent to relevant indices via e-mail by the publication date of the journal.
- 9** Original research, analysis, compilation, case study, project and book introduction “have to be in an article format” and these publications are also included.
- 10** All papers sent to the journal and uploaded to the system shouldn't be previously published, not evaluated and not rejected. All articles uploaded to the system are acknowledged that author(s) conform to these rules. Otherwise, our journal keeps its legal rights reserved. All material and moral responsibility regarding a negative situation belong to author(s). Our journal acts in line with the T.R. Law.

İÇİNDEKİLER

ARAŞTIRMA ve UYGULAMA

**AMATÖR VE PROFESYONEL FUTBOLCULARIN SİBER
MAĞDURİYETLERİ VE FARKINDALIKLARININ
İNCELENMESİ** 1-27
M. Akif KIRIÇ, A. Serdar YÜCEL

DERLEME ve LİTERATÜR

**AN ANTI-INFLAMMATORY HERBAL FOR
HEALTH AND DISEASES: SILYBUM MARIANUM
(MILK THISTLE)** 28-41
Pırl Ayris GÜRSİLİ, Burcu YEŞİLKAYA

**EFFECTS OF PROBIOTICS IN PREVENTION AND
TREATMENT OF MICROBIOTA RELATED
DISEASES** 42-58
Ece ATEŞ, Burcu YEŞİLKAYA

**COVID-19 SIRASINDA ADOLESANLARDA DEĞİŞEN
YEME ALIŞKANLIKLARI VE YAŞAM TARZI
DEĞİŞİKLİKLERİ** 59-71
İrem ÇELİKEL, Yahya ÖZDOĞAN

**SPORCU ÖĞRENCİLERİN SOSYO-EKONOMİK
PROBLEMLERİ ÜZERİNE YAPILAN
ARAŞTIRMALAR** 72-85
Eda AL, Özbay GÜVEN

BAŞ EDITÖR

Prof. Dr. Çetin YAMAN - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi

BAŞ EDITÖR YARDIMCILARI

Prof. Dr. Erdal ZORBA - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ - Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Prof. Dr. Gülten HERGÜNER - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Prof. Dr. Metin YAMAN - Dokuz Eylül Üniversitesi
Prof. Dr. Ümran SEVİL - Ege Üniversitesi

TEKNİK EDITÖRLER

Prof. Dr. Pelin AVŞAR KARABAŞ - Hitit Üniversitesi
Doç. Dr. Levent ARIDAĞ - Gebze Teknik Üniversitesi
Öğr. Gör. Ozan KARABAŞ - Hitit Üniversitesi
Burhan MADEN

İNGİLİZCE DİL EDITÖRLERİ

Dr. Öğr. Üyesi. Abdullah KARATAŞ - Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi. Gökşen ARAS - Atılım Üniversitesi
Dr. Sinem HERGÜNER - Gazi Üniversitesi

TÜRKÇE DİL EDITÖRLERİ

Doç. Dr. Gülemin HAZER - Sakarya Üniversitesi
Doç. Dr. Yakup POYRAZ - Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi

İSTATİSTİK EDITÖRLERİ

Prof. Dr. Ahmet ERGÜLEN - Balıkesir Üniversitesi
Prof. Dr. Ali Hakan BÜYÜKLÜ - Yıldız Teknik Üniversitesi
Doç. Dr. Ayşe ÇEVİRME - Sakarya Üniversitesi
Doç. Dr. Saliha ÖZPINAR - Alanya Alaattin Keykubat Üniversitesi
Doç. Dr. Serdar TOK - Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi. Emre DÜNDER - Ondokuz Mayıs Üniversitesi

SİSTEM EDITÖRLERİ

Prof. Dr. Çetin YAMAN - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Prof. Dr. Gülten HERGÜNER - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL - Fırat Üniversitesi
Arş. Gör. Merve ÖZYILDIRIM - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi

YAYIN KURULU

Prof. Dr. Ali Hakan BÜYÜKLÜ - Yıldız Teknik Üniversitesi
Prof. Dr. Ali KIZILET - Marmara Üniversitesi
Prof. Dr. Andrew R. MAHON - Central Michigan University
Prof. Dr. Ahmet ERGÜLEN - Balıkesir Üniversitesi
Prof. Dr. Ahmet Fahri ÖZOK - Okan Üniversitesi
Prof. Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi
Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ - Trakya Üniversitesi
Prof. Dr. Azmi YETİM - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Carl WALTERS - University of British Columbia
Prof. Dr. Çetin YAMAN - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Prof. Dr. David MARTIN - University of Vitten
Prof. Dr. Dusan MITIĆ SERBIA - University of Belgrade
Prof. Dr. Erdal ZORBA - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Eray YURTSEVEN - İstanbul Üniversitesi
Prof. Dr. Gülbü TANRIVERDİ - Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Prof. Dr. Gülgün ERSOY - Medipol Üniversitesi
Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ - Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Prof. Dr. Fatih KILINÇ - Akdeniz Üniversitesi
Prof. Dr. Fahri ERDOĞAN - İstanbul Üniversitesi
Prof. Dr. Fazilet KAYASELÇUK - Başkent Üniversitesi
Prof. Dr. Gaetano RAIOLA - University of Salerno
Prof. Dr. Gülgün ERSOY - İstanbul Aydın Üniversitesi

Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ / Bozok Üniversitesi
Prof. Dr. Helena Cristina BRİTES MARTİNS - University of Porto
Prof. Dr. İlkin ÇAVUŞOĞLU - Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. Jacques BROWN - University of Laval
Prof. Dr. Jo WILLIAMS - University of Southern Maine
Prof. Dr. John AMİS - University of Edinburgh
Prof. Dr. John TRİBE - University of Surrey
Prof. Dr. Kadir Emre AKKUŞ - İstanbul Üniversitesi
Prof. Dr. Kafiyi EROĞLU - Koç Üniversitesi
Prof. Dr. Kaya YILDIZ - Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Prof. Dr. Keith GİLBERT - Universtiy of East London
Prof. Dr. Laurentiu Gabriel TALAGHİR - Universitatea Dunarea de Jos Galati
Prof. Dr. Leing ROBINSON - University of Stirling
Prof. Dr. Metin YAMAN - Dokuz Eylül Üniversitesi
Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Mehmet GÜNAY - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Mehmet Faik ÖZÇELİK - İstanbul Üniversitesi
Prof. Dr. Mehmet BAYANSALDUZ - Uşak Üniversitesi
Prof. Dr. Meliha HANDZİC - International Burch University
Prof. Dr. Mustafa AYTAÇ - Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. Mustafa TALAS - Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi
Prof. Dr. Nevin HOTUN ŞAHİN - İstanbul Üniversitesi
Prof. Dr. Nevin AKDOLUN BALKAYA - Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Prof. Dr. Nezahat GÜÇLÜ - Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Rana VAROL - Ege Üniversitesi
Prof. Dr. Raziye Gül TIRYAKI SÖNMEZ - University of New York City
Prof. Dr. Ramon SPAALJ - Victoria University
Prof. Dr. Ronald PRINEAS - Wake Forest University
Prof. Dr. Robert N. LUSSIER - Springfield College
Prof. Dr. Serpil AYTAÇ - Uludağ Üniversitesi
Prof. Dr. Sibel GÜNDEŞ - Memorial Bahçelievler Hastanesi
Prof. Dr. Tim MEYER - Saarland University
Prof. Dr. Uğur GÜNŞEN - Bandırma Onyeddi Eylül Üniversitesi
Prof. Dr. Ümran SEVİL - İstanbul Sağlık ve Teknoloji Üniversitesi
Prof. Dr. Veysel BOZKURT - İstanbul University
Prof. Dr. Yaşar Nuri ŞAHİN - Kastamonu Üniversitesi
Prof. Dr. Yaşar İnci ALİCAN - İstanbul Üniversitesi
Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL - Fırat Üniversitesi
Doç. Dr. Alpaslan Hamdi KUZUCUOĞLU - İstanbul Medeniyet Üniversitesi
Doç. Dr. Anni VANHATALO - Exeter of University
Doç. Dr. Ayşe ÇEVİRME - Sakarya Üniversitesi
Doç. Dr. Gülten HERGÜNER - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Doç. Dr. Haluk ŞENGÜN - İstanbul Aydın Üniversitesi
Doç. Dr. Hacı Ahmet PEKEL - Gazi Üniversitesi
Doç. Dr. Müge ARSLAN - İstanbul Aydın Üniversitesi
Doç. Dr. Nazan ERENOĞLU SON - Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi
Doç. Dr. Shannon KERWIN - Brock University
Doç. Dr. Serdar TOK - Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Doç. Dr. Seyhan HIDIRLIOĞLU - Marmara Üniversitesi
Dr. David MARKLAND - Bangor University
Dr. Maria CRİSTINA KOSTELİ - Edge Hill University
Dr. Osman SON - Anadolu Hastanesi

HUKUK DANIŞMANLARI

Av. Fevzi PAPAĞÇI
Av. İbrahim DURSUN
Av. Mehmet AYDIN
Av. Nazmi ARİF
Av. Onur BAYKAN
Av. Rozerin Seda KİP

BİLİM DALLARI

- ✓ AKTİF YAŞLANMA VE YAŞLI BAKIMI
- ✓ BESLENME DİYETETİK VE OBEZİTE
- ✓ CERRAHİ TIP BİLİMLERİ
- ✓ ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ
- ✓ DAHİLİ TIP BİLİMLERİ
- ✓ DOPİNG VE ERGONOJİK YARDIM
- ✓ DİĞER TIP BİLİMLERİ
- ✓ ERİŞKİN VE PEDIATRİK DÖNEM SPOR TRAVMATOLOJİSİ
- ✓ FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON
- ✓ GEDİATRİ VE TOPLUM SAĞLIĞI
- ✓ HEMŞİRELİK BİLİMLERİ
- ✓ ORTOPEDİ VE TRAVMATOLOJİ
- ✓ PSİKOLOJİ VE PSİKİYATRİ
- ✓ SAĞLIK YÖNETİMİ
- ✓ SPOR BİLİMLERİ
- ✓ SPOR CERRAHİSİ SONRASINDA AKTİVİTE VE SPORTİF REHABİLİTASYON HİZMETLERİ
- ✓ SPOR HEKİMLİĞİ
- ✓ SPOR YARALANMALARI SONRASI TEDAVİ VE SAKATLIKTAN KORUNMA
- ✓ SPORA YÖNLENDİRME VE UYGULAMALARI
- ✓ SPORCU BESLENMESİ
- ✓ SPORCU PSİKOLOJİSİ
- ✓ SPORCU SAĞLIĞI
- ✓ SPORCUDA FİZİKSEL TESPİT EDİLEN KAS İSKELET PROBLEMLERİ
- ✓ SPORCUDA PERFORMANS GELİŞTİRME
- ✓ TEMEL TIP BİLİMLERİ
- ✓ TIBBİ BİYOLOJİK BİLİMLER
- ✓ TIP TARİHİ ve ETİK
- ✓ YAŞLILIK DÖNEMİ SPORCU SAĞLIĞI
- ✓ İŞ GÜVENLİĞİ VE ÇALIŞAN SAĞLIĞI

DISCIPLINES

- ✓ ACTIVE AGING AND OLDER CARE
- ✓ NUTRITION DIETETICS AND OBESITY
- ✓ SURGICAL MEDICAL SCIENCES
- ✓ CHILD DEVELOPMENT AND EDUCATION
- ✓ INTERNAL MEDICAL SCIENCES
- ✓ DOPING AND ERGONOJIK HELP
- ✓ OTHER MEDICAL SCIENCES
- ✓ ADULT AND PEDIATRIC PERIOD SPORST TRAUMATOLOGY
- ✓ PHYSICAL THERAPY AND REHABILITATION
- ✓ GEDIATRIC AND SOCIAL HEALTH
- ✓ NURSING SCIENCE
- ✓ ORTHOPEDY AND TRAUMATOLOGY
- ✓ PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY
- ✓ HEALTH MANAGEMENT
- ✓ SPORTS SCIENCE
- ✓ ACTIVITIES AND SPORTS SPORTS REHABILITATION SERVICES AFTER SURGERY
- ✓ SPORTS MEDICINE
- ✓ SPORTS INJURIES AFTER TREATMENT AND PREVENTION OF DISABILITY
- ✓ SPORTS STEERING AND APPLICATIONS
- ✓ SPORTS NUTRITION
- ✓ SPORT PSYCHOLOGY
- ✓ ATHLETES HEALTH
- ✓ ATHLETIC PHYSICAL PROBLEMS DETECTED MUSCULOSKELETAL
- ✓ ATHLETIC PERFORMANCE DEVELOPMENT
- ✓ BASIC MEDICAL SCIENCES
- ✓ MEDICAL BIOLOGICAL SCIENCES
- ✓ MEDICAL HISTORY AND ETHICS
- ✓ AGING PERIOD OF SPORTS HEALTH
- ✓ JOB SAFETY AND EMPLOYEE HEALTH

TARANDIĞIMIZ İNDEKSLER





Prof. Dr. Çetin YAMAN
Baş Editör

Değerli okurlar, kıymetli bilim insanları.,

Dergimizin bu sayısında toplam 05 araştırma ve uygulama çalışmasına yer vermiş bulunmaktayız. Dergimizin bu sayısında da birbirinden kıymetli çalışmaları ile bizleri destekleyen yazarlarımıza yürekten teşekkür ederiz. Her sayıda olduğu gibi bu sayının siz kıymetli okurlarla buluşmasında emek ve katkıları ile bizleri yalnız bırakmayan kıymetli hakem kurulumuza da ayrıca teşekkür ediyoruz. Dergimizin sizlere ulaştırılmasında arka planda çalışan ve büyük emek sarf eden editörler kurulu, sistem yönetimi ve yayın kurulundaki kıymetli bilim insanlarına da teşekkür etmeden geçemeyeceğiz. Değerli bilim insanları; dergimizin farklı indekslere girmesi konusundaki başvuru ve çalışmalarımıza devam etmekteyiz. Dergimizde yayınlanan çalışmaların yine farklı okur ile literatür açısından değerlendirilmesi konusundaki duyurularımız da ayrıca devam etmektedir. Farklı dünya ülkelerinden bilim insanlarına dergi ve sayıları konusundaki iletiler ile iletişim çalışmalarına da ayrıca hız vermiş bulunmaktayız. Şimdiden destek ve katkılarımızdan dolayı teşekkür eder gelecek sayılarda yeniden görüşmek üzere esenlikler dileriz.

(Dergimizde etik kurul raporu gerektiren her türlü çalışmada yazar(lar) editörlüğe ve derginin sistemine yayın yüklerken gerekli etik kurul rapor bilgilerini girmekle yükümlüdür. Hiçbir koşul ve şartlarda oluşun ya da oluşacak bir sorunda problemde dergimiz, yayın kurulu, imtiyaz sahibi, yazı işleri, hakem ve bilim kurulları sorumluluk kabul etmez. Yazar(lar) bu bilgiyi dergiye yazılı olarak vermekle yükümlüdür. Bu konuda tüm sorumluluk yazar(lar) a aittir).

Basın Yayın Kanununun “5187” gereğince basılı eserler yoluyla işlenen fiillerden doğan maddi ve manevî zararlar m-13-14 kapsamında dergimizde yayınlanan yayınların içeriği ve hukuki sorumluluğu tek taraflı olarak yazar(lar) a aittir. Dergimiz, yönetim, hakem, editör, bilim ve imtiyaz sahibi bu yükümlülükleri kabul etmez. Dergimizde bilimsel içerikli, literatüre katkı yapan, bilimsel anlamda değer ifade eden çalışmalar kabul edilir ve yayınlanır. Bunun dışında siyasi, politik, hukuki ve ticari içerikli fikri sınai haklar kanununa aykırılık içeren yayınlara yer verilmez. Olası bir olumsuzluk durumunda yazar(lar) doğabilecek her türlü maddi ve manevi zararı peşinen kabul etmiş ve yüklenmiştir. Bu nedenle ikinci üçüncü ve diğer şahıs ile kurumlar konusunda dergimiz yönetimi ve kurulları hiçbir sorumluluğu kabul etmez. Bu yönde dergimiz ve kurulları üzerinde bir hukuki yaptırım uygulanması söz konusu olamaz. Eserlerin içeriği vemevcut durumu yazar(lar) ait olup dergimiz bu yayınların sadece yayınlanması ve literatüre kazandırılması aşamasında görev üstlenmiştir. Tüm okuyucu, kamuoyu ve takipçilerine ilanen duyurulur..

Dear readers, precious scholars.,

In this issue of our journal, there are a total of 05 research and application studies. In this issue of the journal, we would like to express our sincere thanks to the authors who support us with their valuable studies. We would also like to express our thanks and appreciation to the precious arbitration committee members who never leave us alone and enable this issue to meet with our dear readers with their worthwhile efforts and contributions, as they have done in each issue. We also greatly appreciate the efforts of the editorial board, system management, and the precious scholars taking place in the editorial board for making an effort in the background of the publication of this journal. Dear scientists, we still continue our applications and works to enable our journal to be in different indices. Our announcements about the evaluation of the studies published in our journal to be assessed by different readers and literatures also still continue. We have also speeded up our communication studies and the delivery of the journal and its issues to scientists and scholars all around the world. We thank you for your support and contributions already, and we pray for reconciliation.

(In any kind of study requiring ethical board report in our journal, author(s) is/are obliged to enter the data of necessary ethical board report while uploading their publication in editorship and journal system. Our journal, publication board, grant holder, editorial office, referee and science boards do not undertake any responsibility for a problem to occur under any circumstances and conditions. Author(s) is/are obliged to give this information to journal in written. All liability in this issue belongs to author(s)).

As per the “5187” of Press Law, material and emotional damage arising from the actions via published works, the content and legal responsibility of the publications published in our journal within the scope of m-13-14 unilaterally belong to author(s). Our journal, executive board, referees, editor, science board and publisher don’t accept these obligations. The scientifically valuable papers with scientific content which contribute to literature are accepted and published in our journal. Apart from this, the papers with political, legal and commercial content which are against the intellectual property rights are not accepted. in case of a possible negative situation, author(s) is/are regarded as accepting and undertaking all kinds of possible material and emotional damage beforehand. Therefore, our journal’s management and other boards don’t accept any responsibility regarding the second, third and other persons and institutions under any condition. in this sense, a legal sanction on our journal and its boards is out of question. The content and the current status of the papers belong to author(s) and our journal only takes part in the publication of these papers and contribution to literature. Respectfully announced to all readers, public and followers by publication.

AMATÖR VE PROFESYONEL FUTBOLCULARIN SİBER
MAĞDURİYETLERİ VE FARKINDALIKLARININ İNCELENMESİ ⁽¹⁾INVESTIGATION OF SIBER VACCINATIONS AND AWARENESS OF AM-
ATEURS AND PROFESSIONAL FOOTBALLERS*M. Akif KIRAÇ¹, A. Serdar YÜCEL²**¹⁻²Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye**ORCID ID: 0000-0002-2345-7412¹, 0000-0002-4543-4123²*

Öz: Amaç: Çalışmada çeşitli değişkenlere göre, amatör ve profesyonel futbolcuların siber mağduriyetleri ve farkındalıklarına ilişkin tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. **Gereç ve Yöntem:** Çalışmanın evrenini Elazığ ilindeki amatör ve profesyonel futbol kulüplerinde oynayan futbolculardan (n:450) oluşmaktadır. Bu futbolculardan rasgele yöntemle seçilen 334 futbolcu araştırma kapsamına alınmıştır ve örneklem oluşturulmuştur. Anket formları 10 sorudan oluşan kişisel bilgi formu ve 14 maddelik "Siber Duyarlılık Ölçeği" ile "24 maddelik "Siber Mağduriyet Ölçeği" formlarıdır. Tanrıkulu ve arkadaşlarının (2013) geliştirdikleri 14 maddelik "Siber Duyarlılık Ölçeği" ile Arıca ve arkadaşları tarafından (2012) geliştirilen 24 maddelik "Siber Mağduriyet Ölçeği" kullanılmıştır. Analiz kapsamında frekans ve yüzde dağılımları ve futbolculara ilişkin bazı bağımsız değişkenlere göre (cinsiyetiniz, yaşı, medeni durumunuz vb.) farklılığının tespitinde tek yönlü varyans analizi (Anova) ile t- testi uygulanmıştır. **Bulgular ve Sonuç:** Medeni durum, meslek, klasman grubunun futbola başlama yaşının, internet kullanma amaçlarının, Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarında bir etkisi görülmemiştir. 21-25 yaş aralığındaki futbolcuların Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Futbolcuların Sanal mağduriyetlerinde ise; bekar, öğrenci, 16-20 yaş, ortaöğretim, 7-9 saat internet kullanan ve amatör ligde futbol oynayan futbolcuların sanal mağduriyetlerin daha fazla olduğu görülmüştür. Sonuç olarak değişkenler incelendiğinde bu grubun internete girme olanaklarının daha fazla olduğu ve daha fazla internet kullandıklarından dolayı sanal mağduriyet yaşadıkları düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Siber Zorbalık, Siber Mağduriyet

Abstract: Objective: In this study, it was aimed to examine the attitudes of amateur and professional football players regarding their cyber victimization and awareness according to various variables. **Materials and methods:** The universe of the study consists of footballers playing in amateur and professional football clubs 334 of these players were randomly selected and included in the study. The questionnaire forms are personal information form consisting of 10 questions and 14 Cyber Sensitivity Scale 14 with 14 items and "Cyber Victimization Scale" with 24 items. The 14-item "Cyber Sensitivity Scale" developed by Tanrıkulu et al. (2013) and the 24-item "Cyber Victimization Scale" developed by Arıca et al. (2012) were used. One-way analysis of variance (Anova), t-test will be applied to determine the difference between frequency and percentage distributions and some independent variables related to players (gender, age, marital status etc.). **Results and Conclusion:** The age of football, occupation, classification group, age of football, internet use matches have no effect on cyber (cyber) bullying sensitivity. 21-25 years old players are more sensitive to cyber (cyber) bullying. Virtual victimization of football players, single, student, 16-20 age, secondary education, 7-9 hours of internet and amateur football players playing in the league has been seen more than the virtual victimization. When the variables are examined, it can be thought that this group has more access to internet and more cyber victimization because they use more internet.

Keywords: Football, Cyberbullying, Cyberbullying Sensibility

Doi: 10.17363/SSTB.2020.37.4

(1) Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Ali Serdar YÜCEL "Doç. Dr., Assoc. Prof", Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye, alsetu_23@hotmail.com, Geliş Tarihi / Received: 05.09.2020, Kabul Tarihi / Accepted: 27.12.2020, Makalenin Türü: Type of article (Araştırma ve Uygulama / Research and Application) Çıkar Çatışması / Conflict of Interest: Yok / None Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi - Ethical Board Report or Institutional Approval, Var/Yes (Fırat Üniversitesi, Etik Kurulu, Tarih: 15.11.2018 Sayı: 12 Karar: 13)



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

GİRİŞ

Siber Zorbalık

Bilgi ve iletişim teknolojisi alanındaki hızlı gelişmeler; cep telefonları ve internet gibi araçları her yaştan, cinsiyetten, eğitimden ve gelir grubundan insanlar için günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline getirmiştir (Yaman vd., 2011).

Teknoloji hızlı bir biçimde ilerlemekte ve bununla birlikte bireylerin teknolojiye olan ilgisi de her geçen gün artmaktadır. Buna paralel olarak internet ve mobil cihazların kullanımı da özellikle genç bireyler arasında hızla yaygınlaşmaktadır (Livingstone vd., 2011). Palermi vd. (2017) siber zorbalığı elektronik araçları kullanarak kendini savunma şansı bulunmayan kişilere zarar vermek olarak tanımlamıştır. Bir diğer tanımda ise siber zorbalık; Bir kişiye karşı, internet ya da cep telefonu kullanılarak tekrar tekrar gerçekleştirilen saldırgan davranış olarak tanımlanmış (<https://www.guvenliweb.org.tr/dosya/pzp5z.pdf>, 17.05.2020), kişilerin bilgilerini kullanıp, kişiyi aşağılamak, manipüle etmek ve dışlamak amacıyla yapılan kasıtlı, kötü niyetli ve tekrarlayan eylemler (Sullivan, 2011) ya da bir birey ya da gruba, özel ya da tüzel bir kişiliğe karşı yapılan teknik ya da ilişkisel tarzda zarar verme davranışlarının tümü olarak ifade edilmiştir (Arıca, 2011:10).

İnternetin insan hayatına girmesiyle daha da yaygınlaşan siber zorbalık, bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanılmasıyla, birey ya da grubun, özel ya da tüzel kişiliğine zarar verici hale gelmiştir (Tanrıkulu vd., 2012). Ülkemizde bu konu ile ilgili son yıllarda yapılan çalışmalarda zorbalığın ve mağduriyetin yaygınlaşmaya başladığı tespit edilmiştir.¹

Siber Mağduriyet

Teknolojinin hızlı gelişmesi dünyanın yeniden dizaynını gerekli kılmıştır. Dijitalleşme ve teknolojiye olan bağlılığın artışı ile yaşam tarzları değişmeye ve gelişmeye başlamıştır. Bu gelişim yaşamımızda çok sayıda yenilik ve kolaylık getirmiştir. Bankacılık işlemleri, eğitim, araştırma, haberleşme, alışveriş, eğlence, oyun vb. birçok faaliyet internet ve dijital sistemlerle çevrimiçi ortama aktarılmıştır. Günümüzde elektronik posta (e-mail) gönderimi, kişisel web sayfası ve blog oluşturma, telefon vasıtasıyla yazılı veya görsel içerikli dosya gönderimi, sosyal ağ siteleri vasıtasıyla yeni arkadaşlar edinme ve bunlar vasıtasıyla haberleşme, sohbet etme, tartışma panolarında paylaşımda bulunma gibi faaliyetler internet ve dijital teknolojiler aracılığıyla çevrimiçi ortamda yapılabilir hale gelmiştir. Bunlarla birlikte internet kişisel, akademik ve ticari olarakta yaygın olarak kullanım tercihi haline gelmiştir (Taiwo, 2015). Ancak bu araçların

¹ <http://www.umut.org.tr>, 05.06.2020



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

kötüye kullanımı söz konusu olmakta ve insanlar mağduriyet yaşamaktadırlar.

Bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla bir birey ya da grubun, özel ya da tüzel bir kişiliğin zarar verici davranışlara maruz kalması ve bunun sonucunda maddi ya da manevi olarak mağduriyet yaşaması söz konusu olmakta ve bu durum Siber mağduriyet olarak ifade edilmektedir (Arıca vd., 2012). Bununla birlikte siber mağduriyet kişilerin kendilerini kötü hissetmelerine neden olabilmektedir (Hunter, 2012: 7).

Sporda Siber Mağduriyet

Spor; başarı ve başarısızlık, insanlar arası ilişki, ilgi çekici bir seyir olanağı ve sosyal içeriği nedeniyle büyük bir dünya oluşturmaktadır (Aşkın, 1989). Sporun bu özelliği ile toplumsal yapıdan etkilenmesinin yanında, toplumsal yapıyı da etkilediği, değişimlere açılacağı günümüzün göz ardı edilemez bir gerçeğidir (İnel ve Barut, 1994).

Bilgi teknolojileri alanında kullanılan pek çok araç farklı problemleri de beraberinde getirmektedir. Bu araç-gereçlerin kötüye kullanımı insanları ve toplumları sosyal ve psikolojik açıdan tehdit eder duruma gelmektedir. Günümüzde duymaya alışık hale geldiğimiz siber mağduriyet ve siber zorbalık kavramları bu tehlikeleri ortaya koyan kavramlardır. Bu tehdit unsurlarının görüldüğü alanlardan biri de hiç kuşkusuz spordur.

Kitleleri peşinden götürebilen en ilgi çeken sporlardan biri olan futbol, seyirlik olması ve çeşitli sebeplerden dolayı diğer branşlardan ayrılmaktadır (Var, 2008). Spor müsabakalarında, özellikle de “Çağın oyunu” olarak ifade edilen (Karadağ ve Kutlu, 2006) futbol karşılaşmalarında yaşanan şiddet olayları; sporun, sevgi, barış ve kardeşlik gibi evrensel değerleri, birleştirici ve bütünleştirici özellikleri üzerinde olumsuz etki oluşturmaktadır (Talismenler, 1998).

İnsanların büyük ilgi duyduğu spor alanlarından biri olan futbolu oynayan amatör veya profesyonel futbolcular da siber zorbalığa maruz kalan mağdurlar arasındadır. Buradan hareketle çalışmamızda çeşitli değişkenlere göre, amatör ve profesyonel futbolcuların siber mağduriyetleri ve farkındalıklarına ilişkin tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Çalışmamız “Betimsel tarama modeli” niteliğindedir. Verilerin elde edilmesinde 3 bölümden oluşan bir anket formu kullanılacaktır. Anket formu ilgili kurum/kuruluşdan gerekli izinler alındıktan sonra futbolculara araştırmacı tarafından yüzyüze görüşme yöntemi kullanılarak uygulanmıştır. Araştırma evrenini Elazığ ili’ndeki amatör ve profesyonel futbol kulüplerinde oynayan futbolculardan 450 futbolcu oluşturmaktadır. Örneklemi ise



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

raştırma seçimiyle belirlenmiş 334 kişi oluşturmuştur.

Veri Toplama Aracı

Anket formları 10 sorudan oluşan kişisel bilgi formu ve 24 maddelik “Siber mağduriyet Ölçeği” ile “14 maddelik “Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılık Ölçeği” formlarıdır. Arıcak ve arkadaşları tarafından 2012 yılında geliştirilen 24 maddelik “Siber Mağduriyet Ölçeği” ile birlikte yine Tanrıku ve arkadaşları tarafından 2013 yılında geliştirilen 14 maddelik “Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılık Ölçeği” kullanılmıştır.

Verilerin Elde Edilmesi

Araştırmacı, Elazığ ili’nde bulunan amatör ve profesyonel spor kulüplerinin futbol takımlarında oynayan futbolcular ile yüzyüze görüşme yöntemi kullanarak anket uygulanmıştır. Anket içeriği olarak çalışanlara bazı demografik özelliklerin belirlenmesine yönelik sorular içermektedir. Kişisel Bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formu araştırmayı daha iyi gerçekleştirebilmek için; cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, futbol oynadığı lig gibi soruları içermektedir. Futbolcuların siber mağduriyetleri ve farkındalıklarının belirlenmesine yönelik 14 soruluk ve 24 soruluk 2 ölçek kullanılmıştır. Siber Duyarlılık Ölçeği 14 maddeden oluşmakta ve her madde “Evet”, “Hayır” ve “Bazen” şeklinde yanıtlanmaktadır.

Ölçekten alınabilecek puan, 14-42 puan aralığında olup, elde edilecek puanın yüksekliği siber zorbalığa ilişkin duyarlılığın yüksekliğine işaret etmektedir. “Siber Mağduriyet Ölçeği” ise 24 maddeden oluşmakta ve her soru “Evet” ve “Hayır” şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan, 24-48 puan aralığında olup, elde edilecek puanın yüksekliği siber mağduriyetin arttığına işaret etmektedir.

İstatistiksel Değerlendirmeler

Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Ölçeğin normallik analizi sonucuna göre nonparametrik olduğubelirlenmiştir. Toplanan verilerin güvenilirliği tespit edilmek amacıyla Cronbach alpha güvenilirlik testi uygulanmıştır. Güvenirlik analizi sonuçlarında; SZİDÖ 0,870, SMÖ 0,783 bulunmuş yeterli güvenilirlikte olduğu görülmüştür. Analiz kapsamında frekans ve yüzde dağılımları ve futbolculara ilişkin bazı bağımsız değişkenlere göre farklılığının tespitinde nonparametrik testlerde Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis testi kullanılmış ve elde edilen bulgular tablolarla desteklenerek yorumlanmıştır.

BULGULAR

SZİDÖ ve SMÖ Ölçeği Normallik ve Güvenirlik Analizi

Amatör ve profesyonel futbolcuların siber mağduriyetleri puanlarının bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi amacıyla uygulanan



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

ölçeklerden elde edilen veriler analize edilmiştir. Analizlere başlanmadan önce, değişkenlerin normallik dağılımları Kolmogorov-

Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri ile incelenmiştir. Değişkenlere ait normallik dağılım test sonuçları Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. SZİDÖ ve SMÖ Ölçeği Normallik Analizi

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	İstatistik	Sd	P	İstatistik	sd	p
SZİDÖ	0,105	334	0,000*	0,954	334	0,000
SMÖ	0,080	334	0,000*	0,979	334	0,000

a. Lilliefors Significance Correction

*p<0.001

Yukarıdaki tabloda araştırmaya katılan futbolcuların her iki ölçekten de aldıkları puan-

ların normal dağılım göstermedikleri bulunmuştur (p<0.05).

Tablo 2. SZİDÖ ve SMÖ Ölçeğinin Güvenirlik Analizi

Güvenirlik Analizi	
Cronbach’s Alpha	Madde Sayısı
SZİDÖ	,870
SMÖ	,783

Tablo 2’de SZİDÖ ölçeğinde bulunan 14 maddenin Cronbach’s Alpha değeri 0.870, SMÖ ölçeğinde bulunan 24 maddenin Cronbach’s Alpha değeri 0.783 bulunmuştur.

Bu bölümde önce futbolcular uygulanan ölçeklerden alınan puanlara ilişkin betimleyici

istatistiklere yer verilmiştir. Daha sonra sırasıyla futbolcuların siber zorbalık puanlarının ve siber mağduriyet puanlarının bazı değişkenler açısından farklılaşmasına ilişkin bulgular sunulmuştur.

Tablo 3. Futbolculara İlişkin Betimleyici İstatistikler

		Sayı (N)	(%)
Yaş	16-20	87	26,0
	21-25	202	60,5
	26-30	40	12,0
	31 +	5	1,5
	Toplam	334	100,0
Medeni durum	Bekar	294	88,0
	Evli	40	12,0
	Toplam	334	100,0
Eğitim durumu	İlk ve Ortaöğretim	19	5,7
	Önlisans	93	27,8
	Lisans	210	62,9
	Lisansüstü	12	3,6
	Toplam	334	100,0
Meslek	Öğrenci	252	75,4
	Futbolcu	55	16,5
	Öğretmen	6	1,8
	Serbest Meslek	19	5,7
	Toplam	334	100,0
Klasman	Amatör Lig	270	80,8
	Prof Lig	64	19,2
	Toplam	334	100,0
Futbola başlama yılı	1-3 Yıl	40	12,0
	4-7 Yıl	202	60,5
	8-11 Yıl	67	20,1
	12-15 Yıl	20	6,0
	15 Ve Üzere	5	1,5
	Toplam	334	100,0



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Araştırmamıza katılan futbolcuların tamamı erkektir. Bu futbolcuların çoğunluğunun (%60,5) 21-25 yaş aralığında, %88,0 oranında bekar, %62,9 oranında Lisans eğitime sahip % 75,4 oranında öğrenci oldukları belirlenmiştir.

Futbolcuların %80,8'inin amatör ligde, % 19,2'sinin profesyonel liglerde oynadıkları, %60,5'inin 4-7 yıl arası %6,0'ının 12-15 yıl ve %1,5'inin 15+üzeri yıl futbol geçmişleri oldukları görülmüştür.

Tablo 4.Futbolcuların İnternet Kullanım Alışkanlıkları

	Sayı (n)	%	
İnternet kullanım süresi	1 Saatten Az	14	4,2
	1-3 Saat	102	30,5
	4-6 Saat	132	39,5
	7-9 Saat	58	17,4
	9 Saatten Fazla	28	8,4
	Toplam	334	100,0
İnternet kullanım aracı*	Cep telefonları	283	32,5
	Cep bilgisayar	165	18,9
	Taşınabilir bilgisayar	157	18,0
	Tabletler	148	17,0
	Masaüstü	118	13,5
	Toplam	871	100,0
İnternet kullanımmamacı*	Görüntülü konuşma	242	17,93
	Sohbet odaları	209	15,48
	Facebook	164	12,15
	Bankacılık hizmetleri	160	11,85
	Video siteleri	119	8,81
	Müzik	110	8,15
	Haber ve gazete	94	6,96
	Online oyun	81	6,00
	E-pošta	58	4,30
	Film-dizi	57	4,22
	Twitter	56	4,15
	Toplam	1350	100,00

*Çoklu seçenek kullanılmıştır.

Futbolcuların çoğunluğunun (%39,5) 4-6 saat ve %8,4'ünün 9 saatten fazla günlük internet

kullandıkları ve internet kullanılan cihaz dağılımlarına göre ise (%32,5) cep telefonundan erişim sağlandığı bulunmuştur. İnternet



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

kullanım amaçlarına göre ise (%17,93) görüntülü görüşme, (%15,48) sohbet odaları ve (%12,15) facebook ilk sırada gelmektedir.

Futbolcuların SZİDÖ ve SMÖ Ölçeğinde Aldıkları Puanlara İlişkin İstatistikler

Tablo 5. Futbolcuların SZİDÖ ve SMÖ Aldıkları Puanların Analizi

	N	\bar{X}	Ss	Sıra No	Min	Max
SZİDÖ	334	32,90	6,273	28,00	14,00	42,00
SMÖ	334	37,99	4,757	23,00	25,00	48,00

Yukarıdaki Tablo 5’de araştırmaya katılan futbolcuların siber zorbalık ölçeğinden aldıkları ortalama puan ($\bar{X}_{SZİDÖ}=32.90\pm6.46$) ve siber mağduriyet ölçeğinden aldıkları or-

Araştırmaya katılan futbolculara uygulanan ölçeklere ilişkin puanlar için yapılan betimleyici istatistiklerin sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

talama puan ($\bar{X}_{SMÖ}=37.99\pm4.75$) görülmektedir.

Futbolcuların SZİDÖ Ölçeğine İlişkin İstatistiksel Analiz Sonuçları

Tablo 6. Futbolcuların Medeni Durum Değişkenine Göre SZİDÖ Puanlarının Analizi

Medeni durum	N	Sıra ort (SO)	Sıra top	Mann-Whitney U	Z	p
SZİDÖ Bekar	294	165,92	48779,50	5414,500	-,814	,416
Evli	40	179,14	7165,50			
Toplam	334					

Tablo incelendiğinde medeni durum değişkenine göre futbolcuların siber (sanal) zorbalığa ilişkin duyarlılıklarında anlamlı bir farklılaş-

ma görülmemiştir. (MWU:5414,50; z:-0,814, p: 0,416).

Tablo 7. Futbolcuların Yaş Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

	Yaş	N	Sıra ort (SO)	c2	sd	p	Farklılık Kaynağı
SZİDÖ	^a 16-20	87	156,92	5,428	2		b-a
	^b 21-25	202	209,54			,041*	b-c
	^c 26-30	45	169,82				
Toplam		334					

*p<0,05

Tablo 7’de araştırmaya katılan futbolcuların yaş değişkenine göre siber zorbalık ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına göre 16-20 yaş futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=156,92$) puan, 21-25 yaş ($SO_{SZİDÖ}=209,54$) puan,

26-30 yaş ($SO_{SZİDÖ}=169,82$) puan, aldıkları görülmüştür. 21-25 yaş aralığındaki futbolcuların siber (sanal) zorbalığa ilişkin duyarlılıklarının daha yüksek olduğu ve anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur (c2:5,42; sd:2, p:0,041).

Tablo 8. Futbolcuların Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

	Eğitim durumu	N	Sıra ort. (SO)	c2	sd	p	Farklılık kaynağı
SZİDÖ	^a Ortaöğretim	19	134,82	9,459	3	,024*	b-a
	^b Önlisans	93	190,63				d-a
	^c Lisans	210	159,23				
	^d Lisansüstü	12	184,67				
Toplam		334					

*p<0,05

Tablo incelendiğinde futbolcuların eğitim durumu değişkenine göre siber zorbalık ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına ilişkin ortaöğretim eğitim düzeyine sahip futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=134,82$) en düşük puanı, önlisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip

futbolcuların ise en yüksek puanı aldıkları görülmektedir. Bu sonuçlara göre eğitim düzeyi değişkenine göre önlisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip futbolcuların siber (sanal) zorbalığa ilişkin duyarlılıklarının daha yüksek olduğu ve anlamlı bir farklılaşma oluşturduğu bulunmuştur.

Tablo 9. Futbolcuların Meslek Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

	Meslek	N	S.ort (SO)	c2	sd	p
SZİDÖ	Öğrenci	252	167,71	1,812	3	,612
	Futbolcu	55	158,03			
	Öğretmen	8	203,06			
	Serbest meslek	19	177,18			
	Toplam		334			

Tablo incelendiğinde futbolcuların meslek değişkenine göre siber zorbalık ölçeğine ilişkin anlamlı bir farklılık göstermedikleri bulunmuştur.

Tablo 10. Futbolcuların Kalasman Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

	Klasman	N	Sır ort.	Sır.top	Mann-Whitney U	z	p
SZİDÖ	Amatör lig	270	170,75	46102,50	7762,500	-1,265	,206
	Prof lig	64	153,79	9842,50			
	Toplam	334					

Tablo incelendiğinde futbolcuların klasman türü değişkenine göre siber zorbalık ölçeğine ilişkin anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Tablo 11. Futbolcuların Kalasman Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

	Futbola başlama yılı	N	Sıra ort (SO)	c2	sd	p
SZİDÖ	1-3 yıl	40	175,01	,599	3	,897
	4-7 yıl	202	164,37			
	8-11 yıl	67	170,40			
	12>yıl	25	173,04			
	Toplam	334				

Tablo incelendiğinde futbolcuların futbola başlama yılı değişkenine göre siber zorbalık ölçeğine ilişkin anlamlı bir farklılaşma görülmüştür.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

Tablo 12. Futbolcuların İnternet Kullanım Amacı Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

İnt Kul Amaç*	N	Sıra. ort	c2	sd	p
SZİDÖ Facebook	164	161,36	12,538	10	,251
Müzik	29	165,21			
E-pošta	16	172,19			
Twitter	39	152,86			
Film-dizi	15	139,50			
Online oyun	17	165,06			
Haber ve gazete	12	224,08			
Video siteleri	16	182,62			
Bankacılık hizmetleri	6	207,08			
Sohbet odaları	16	209,97			
Görüntülü konuşma	4	215,75			
Toplam	334				

* İnternet kullanımı birinci neden kullanılmıştır Tablo incelendiğinde futbolcuların İnternet kullanım amaçlarına göre siber zorbalık ölçeğine anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir.

Tablo 13. Futbolcuların İnternet Kullanım Süresi Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

İnt Kul Süre	N	Sıra. Ort (SO)	c2	sd	p	Farklılık kaynağı
SZİDÖ ^a 1 saatten az	14	143,14	12,257	4	,042	b-a
^b 1-3 saat	102	192,06				c-a
^c 4-6 saat	132	196,54				d-a
^d 7-9 saat	58	198,81				
9 saatten fazla	28	161,66				
Toplam	334					

Not : a (1 saatten az)internet kullanan grubu; b (1-3 saat), c(4-6 saat) ve d(7-9 saat) internet kullanımını olan gruptan daha düşük olduğuna işaret eder

Tablo 13’de araştırmaya katılan futbolcuların İnternet kullanım sürelerine göre siber zorbalık ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına göre interneti 1 saatten az kullanan futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=143.14$) en düşük puanı al-

dıkları, 4-6 saat kullanan futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=186.54$) ve 7-9 saat kullanan futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=188.81$) ise en yüksek puanı aldıkları görülmektedir. Ayrıca internet kullanım süresine göre interneti 1 saatten az kullanan futbolcuların 1-3; 4-6 ve 7-9 saat kullananlarla anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur. 1-3; 4-6 ve 7-9 saat internet kullananların siber (sanal) zorbalığa ilişkin duyarlılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 14. Futbolcuların İnternet Bağlantı Cihazı Süresi Değişkenine Göre SZİDÖ Puanların Analizi

İnternet Bağlantı Cihazı	N	Sıra ort	c2	sd	p	Farklılık
ŞZİDÖ						
^a Masaüstü	18	218,58	16,185	4	,038	a-c
^b Taşınabilir bilgisayar	5	268,80				b-c
^c Cep telefonları	283	165,63				a-d
^d Cep bilgisayarı	18	150,42				b-d
Tabletler	10	187,50				
Toplam	334					

Not : a (masaüstü) ve b(notebook) bilgisayarla internet kullanan grubu; c (cep telefonu) ve d(cep bilgisayarı)

Tabloda araştırmaya katılan futbolcuların İnternet bağlantı yerine göre siber zorbalık ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına göre en yüksek puanı Masaüstü kullanan futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=218.58$) puan, Taşınabi-

lir bilgisayar kullanan futbolcuların ($SO_{SZİDÖ}=268.80$) aldıkları görülmektedir. Bu sonuçlara göre internet bağlantı cihazı olarak Masaüstü ve notebook kullanan futbolcuların siber (sanal) zorbalığa ilişkin duyarlılıklarının daha yüksek olduğu ve diğer gruplara göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur.

Futbolcuların SMÖ Ölçeğine İlişkin İstatistiksel Analiz Sonuçları

Tablo 15. Futbolcuların Medeni Durum Değişkenine Göre SMÖ Puanlarının Analizi

	Medeni durum	N	Sıra ort (SO)	Sıra top	Mann-Whitney U	z	p
SMÖ	Bekar	294	192,85	50231,00	4894,000	-1,726	,024*
	Evli	40	142,85	5714,00			
	Toplam	334					

*p<0,05

Tabloda araştırmaya katılan futbolcuların medeni durum değişkenine göre siber mağduriyet ölçeğine ilişkin anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur. Siber mağduriyet ölçeğine

göre bekar futbolcuların sıra ortalama puanı ($SO_{SMÖ} = 192,85$) daha yüksektir. Medeni durum değişkenine göre bekar futbolcuların daha fazla siber mağduriyet yaşadıkları tespit edilmiştir.

Tablo 16. Futbolcuların Yaş Değişkenine Göre SMÖ Puanlarının Analizi

	Yaş	N	Sıra ort (SO)	c2	sd	p	Farklılık
SMÖ	^a 16-20	87	189,32	7,573	2	0.023	a-b
	21-25	202	163,40				
	^b 26>	45	143,74				
	Toplam	334					

Not : a (16-20) yaş grubu internet kullanıcıları, b(26'dan büyük) yaş grubu

Tabloda araştırmaya katılan futbolcuların yaş değişkenine göre siber mağduriyet ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına göre 16-20 yaş futbolcuların ($SO_{SMÖ} = 189.32$) en yüksek puanı, 26-> yaş futbolcuların ise ($SO_{SM} =$

143,74) en düşük puanı aldıkları görülmüştür. Futbolcuların yaş değişkenine göre siber mağduriyet ölçeğine ilişkin anlamlı farklılık oluşturduğu ve bu farklılığın ise 16-20 ve 26> grupları arasında olduğu bulunmuştur. 16-20 yaş grubu futbolcuların sanal mağduriyetleri daha yüksektir.

Tablo 17. Futbolcuların Eğitim Durumu Değişkenine Göre SMÖ Puanların Analizi

Eğitim durumu	N	Sıra ort (SO)	c2	sd	p	Farklılık
SMÖ						
^a Ortaöğretim	19	236,88	7,400	3	0.045	a-b
Önlisans	93	191,66				a-c
^b Lisans	210	167,31				
^c Lisansüstü	12	157,01				
Toplam	334					

Not : a (ortaöğretim) mezunun internet kullanıcılarının b (lisans) ve c(lisansüstü) eğitim seviyesindeki internet kullanıcı grubu.

Tabloda araştırmaya katılan futbolcuların eğitim durumu değişkenine göre siber Mağduriyet ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına göre orta öğretim mezunu olan futbolcuların

($SO_{SMÖ}=236.88$) en yüksek puanı aldıkları görülmektedir. Analiz sonucunda Ortaöğretim düzeyi eğitime sahip futbolcular ile Önlisans ve Lisans eğitim düzeyine sahip futbolcular arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ortaöğretim mezunu futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 18. Futbolcuların Klasman Türü Değişkenine Göre SMÖ Puanların Analizi

Klasman	N	Sıra ort (SO)	Sıra top	Mann-Whit- ney U	z	p	Farklılık
SMÖ							
^a Amatör	270	202,10	45942,50	9022,500	-1,736	,040	a-b
^b Prof lig	64	156,29	10002,50				
Toplam	334						

Not : a (amatör lig) sporcu grubu internet kullanıcılarının, b(profesyonel lig) grubu sporcuları internet kullanıcıları

Tabloda araştırmaya katılan futbolcuların futbol oynadığı klasman grubuna göre siber mağ-

duriyet ölçeğine ilişkin anlamlı bir farklılık olduğu, amatör ligde futbol oynayan futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

Tablo 19. Futbolcuların Meslek Değişkenine Göre SMÖ Puanların Analizi

	Meslek	N	Sıra ort	c2	sd	P	Fark. kay
SMÖ	^a Öğrenci	252	210,33	8,259	3	0.042	a-c
	^b Futbolcu	55	161,52				b-c
	^c Öğretmen	8	149,06				a-d
	^d Serbest meslek	19	141,79				b-d
	Toplam	334					

Not : a (öğrenci) grubu internet kullanıcıları, c (öğretmen), d(serbest meslek) grubu sporcular.

Tabloda araştırmaya katılan futbolcuların meslek değişkenine göre siber mağduriyet ölçeğine ilişkin anlamlı farklılık ortaya koy-

duğu bulunmuştur. Bu sonuçlara göre öğrenci olan futbolcuların öğretmen ve serbest meslek sahiplerine, mesleği futbolculuk olanların ise öğretmen ve serbest meslek sahiplerine göre siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 20. Futbolcuların Futbola Başlama Yılı Değişkenine Göre SMÖ Puanların Analizi

	Futbola başlama yılı	N	Sıra ort (SO)	c2	sd	p
SMÖ	1-3 yıl	40	180,24	2,879	3	,411
	4-7 yıl	202	181,01			
	8-11 yıl	67	164,30			
	12-15 yıl	25	153,08			
	Toplam	334				

Tablo incelendiğinde futbolcuların futbola başlama yılı değişkenine göre siber mağduri-

yet ölçeğine ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 21. Futbolcuların İnternet Kullanım Amacı Değişkenine Göre SMÖ Puanların Analizi

İnt Kul Amaç1*	N	Sıra ort (SO)	c2	sd	p	Farklılık kaynağı
SMÖ						
^a Facebook	164	215,36	18,851	10	,042	a-c
^b Müzik	29	164,57				a-d
^c E-pošta	16	148,00				a-e
^d Twitter	39	144,38				a-g
^e Film-dizi	15	117,83				a-f
Online oyun	17	172,24				
^g Haber ve gazete	12	120,96				
Video siteleri	16	175,38				
^f Bankacılık hizmetleri	6	151,83				
Sohbet odaları	16	159,81				
Görüntülü konuşma	4	198,50				
Toplam	334					

*Kullanıcıların birinci derecede kullanım nedenine göre yapılmıştır

a: Facebook; b: Müzik; c: E-pošta; d: Twitter; e: Film-dizi; g: Haber ve gazete; f: Bankacılık hizmetleri;

Tablo incelendiğinde siber mağduriyet ölçeğinden alınan sıra ortalaması en yüksek internet kullanım amacının facebook kullanıcı olan futbolcular ($SO_{SMÖ}=215.36$) olduğu gö-

rülmektedir. Ayrıca Tablo'da siber mağduriyeti en yüksek olan internet uygulamaları facebook, görüntülü konuşma, online oyun, video paylaşım siteleri, en düşük mağduriyet ise film-dizi, haber-gazete uygulamaları olduğu görülmüş ve facebook kullanımının e-pošta, twitter, film-dizi, haber-gazete ve bankacılık hizmetleri kullanımına göre farklılık oluşturduğu bulunmuştur.

Tablo 22. Futbolcuların Futbola Başlama Yılı Değişkenine Göre SMÖ Puanların Analizi

	İnt Kul Süre	N	Sıra ort	c2	sd	P	Farklılık kaynağı
SMÖ	^a 1 saatten az	14	123,64	8,972	4	,046	e-a
	^b 1-3 saat	102	154,30				e-b
	^c 4-6 saat	132	184,03				e-c
	^d 7-9 saat	58	205,35				
	^e 9 saatten fazla	28	216,86				
	Toplam	334					

Not:a (1 saatten az); b (1-3 saat); c (4-6 saat); d (7-9 saat); e (9 saatten fazla)

Tabloda futbolcuların interneti kullanım süresine değişkenine siber mağduriyet ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına göre 1 saatten az kullanan futbolcular ($SO_{SMÖ} = 123,64$) puan, 1-3 saat kullanan futbolcuların ($SO_{SMÖ} = 154,30$) puan, 4-6 saat kullanan futbolcular ($SO_{SMÖ} = 184,03$) puan, 7-9 saat kullanan futbolcuların ($SO_{SMÖ} = 205,35$) puan aldıkları görüldü. Bu sonuçlara göre internet kullanımı 7-9 saat ve 9+ fazla kullanan futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

TARTIŞMA

Araştırmaya katılan futbolcuların Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarından aldıkları ortalama puan ($\bar{X}_{SZİDÖ} = 32,90 \pm 6,46$) ve siber mağduriyet ölçeğinden aldıkları ortalama puan ($\bar{X}_{SM} = 37,99 \pm 4,75$) göz önüne alındığında futbolcuların Siber (Sanal) Zorba-

lığa İlişkin Duyarlılıklarının yüksek olduğu ve Siber mağduriyet yaşadıkları söylenebilir.

SZİDÖ Ölçeği Sonuçları;

Araştırmaya katılan futbolcuların medeni durum değişkenine göre Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir.

Siber zorbalık ile ilgili araştırmaların bir çoğunda yaşın önemli bir belirleyici olup olmadığı yaygın olarak araştırılmış ve farklı sonuçlar elde edilmiştir (Aksaray, 2011). Araştırmaya katılan çoğunluğunu öğrencilerin oluşturduğu 21-25 yaş grubu futbolcuların Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarını daha yüksek olduğu ve diğer gruplara göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Slonje ve ark. (2012) araştırmalarında yaş değişkeni ile siber zorbalık davranışları arasında anlamlı yönde farklılık olduğu tespit edilmiştir. Mesch (2009) ve Kowalski ve Limber (2007) yaptıkları araştırma-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

da siber zorbalık ve yaş ilişkisini önemli bir etken olarak bulmuşlardır.

Araştırmaya katılan futbolcuların eğitim durumu değişkenine göre önlisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip futbolcuların Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarının daha yüksek olduğu görülmüş ve diğer gruplara göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($P<0,05$).

Araştırmaya katılan futbolcuların meslek değişkenine, İnternet kullanım amaçlarına, futbola başlama yılı ve klasman türü değişkenine göre siber zorbalık ölçeğine ilişkin gruplar arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Araştırmaya katılan futbolcuların İnternet kullanım sürelerine göre 1-3; 4-6 ve 7-9 saat internet kullanan futbolcuların siber zorbalık ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarının daha yüksek olduğu ve anlamlı bir farklılaşma görülmüştür. Süslü ve Oktay (34) çalışmasında interneti günde 3 saatten fazla kullanan öğrencilerin, siber zorbalık ve siber mağduriyet puanlarının daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Çalışmada, interneti kullanma süresi arttıkça siber zorbalık ve siber mağduriyet puanlarındaki artışa ulaşıldığı söylenebilir. Serin (2012) çalışmasında internete günde beş saat ve daha fazla bağlı kalan öğrencilerin internete bundan daha az süre ile bağlanan öğrencilerinden daha fazla siber zorbalık davranışla-

rında buldukları ve daha fazla siber mağdur olduklarını bulmuştur.

Yarar (2019) öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmasında bir günde ortalama internet kullanma süresi ile siber zorbalık arasında anlamlı bir farklılık olduğu bu farklılığın 2 saat daha fazla kullananların lehine olduğu, bir diğer ifadeyle bir günde 2 saatten daha fazla internet kullanımı olan öğrencilerin daha fazla siber zorbalık yaptıklarının söylenebileceği ifade edilmiştir (Yarar, 2019). Ayrıca İnternette geçirilen süre arttıkça siber zorbalık ve siber mağduriyetin arttığı (Bayram, 2017; Taştekin, 2016) yapılan çalışmalarda belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan futbolcuların internet bağlantı yerine göre masaüstü ve notebook kullanan futbolcuların siber zorbalık ölçeğinden aldıkları sıra ortalama puanlarına daha yüksek olduğu ve anlamlı bir farklılaşma oluşturduğu görülmüştür.

Süslü ve Oktay (2018) çalışmasında lise öğrencilerinin bilgisayar, cep telefonu ve tabletleri nedeniyle siber zorbalık ve siber mağduriyet puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatürde bu bulgu Serin'in (2012) çalışma bulgularına paraleldir. Bilgi iletişim teknolojilerine sahip olmanın yanı sıra kullanımının (sohbet, eğlence, araştırma, ev ödevi vb.) önemli olduğu söylenebilir. Ayrıca, siber zorbalık bu teknolojilerin kötüye kullanılması sonucudur. Bilgi teknolojisine sahip birçok



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

kişinin bu teknolojileri bilgi edinme ve yeni arkadaşlıklar kurma gibi olumlu amaçlar için kullandığı unutulmamalıdır.

SMÖ Ölçeği Sonuçları

Araştırmaya katılan futbolcuların medeni durum değişkenine göre bekar futbolcuların lehine siber mağduriyet ölçeğine ilişkin puanın daha yüksek olduğu ve evli olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan futbolcuların yaş değişkenine göre 16-20 yaş grubu futbolcuların siber mağduriyet daha yüksek olduğu ve anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur. Süslü ve Oktay (2018) benzer bir çalışmada siber mağduriyet açısından anlamlı bir fark olmadığını bildirmişlerdir. 16-20 yaş grubunun internette daha fazla zaman geçirdiği söylenebilir.

Yaşın ilerlemesiyle birlikte İnternet üzerinde fotoğraf ve video paylaşımı da giderek artmaktadır. Bu oran 16-17 yaş arasında %95'e ulaşmaktadır.² Çiftçi (2018) öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin yaşı ilerledikçe mağduriyetlerinde de artış olduğunu saptamıştır.

Araştırmaya katılan futbolcuların eğitim durumu değişkenine göre ortaöğretim mezunu futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yük-

sek olduğu ve diğer gruplara göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan futbolcuların futbol oynadığı klasman grubuna göre amatör ligde futbol oynayan futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu ve profesyonel lige göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan futbolcuların meslek değişkenine göre öğrenci olan futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu ve diğer meslek gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Araştırmaya katılan futbolcuların futbola başlama yılı değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Araştırmaya katılan futbolcuların interneti kullanma amacına göre siber mağduriyeti en yüksek olan internet uygulamaları facebook, görüntülü konuşma, online oyun, video paylaşım siteleri, en düşük mağduriyet ise film-dizi, haber-gazete uygulamaları olduğu görülmüş ve gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Çiftçi (2018) öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin internette fazla çevrimiçi olmalarının ve interneti kullanmalarının yaşayacakları siber mağduriyeti daha da arttırdığını tespit etmiştir.

Süslü ve Oktay (2018) Çalışmada, siber zorbalık puanlarında internete bağlandıkları yer açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır. Siber mağduriyet puanları açısından anlamlı

² <https://www.guvenliweb.org.tr>,15.05.2020



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

bir fark bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, internete cep telefonlarından bağlanan öğrencilerin evde internete bağlı öğrencilerin siber mağduriyet puanlarına göre daha yüksek siber mağduriyet puanlarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Literatürde bununla ilgili çok fazla araştırma yoktur. Araştırmanın bu bulgusu, Sarak'ın (2012) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada, internete cep telefonu ile bağlanan öğrencilerin, bağlanmayanlardan daha yüksek siber mağduriyet puanlarına sahip olduğunu gösteren bulgular ile desteklenmiştir.

Araştırmaya katılan futbolcuların interneti kullanım süresine değişkenine göre internet kullanımını 7-9 saat ve 9+ fazla kullanan futbolcuların siber mağduriyetlerinin daha yüksek olduğu görülmüş ve gruplar arası anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmaya katılan futbolcuların Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarından aldıkları ortalama puan 32.90' ortalamanın üstünde ve siber mağduriyet ölçeğinden aldıkları ortalama puan 37.99 yüksek olduğu görülmüştür.

Medeni durumun, Meslek, klasman grubunun futbola başlama yaşının, internet kullanma maçlarının Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarında bir etkisi görülmemiştir. 21-25 yaş aralığındaki futbolcuların Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarının daha yüksek olduğudur. Bu yaş grubu internete daha

fazla zaman geçirdiği bu alanda duyarlılıkları geliştiği düşünülebilir. Eğitimin Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarından etkisi görülmüştür. Masaüstü ve notebooklarda Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarında bir etkisi görülmüştür. Sebebi olarak cep telefonu kadar özel bir cihaz olmaması ve aile içinde kullanılabilme özelliğinden dolayı bu duyarlılık yüksektir.

Siber (Sanal) Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarında en fazla önem verilen maddeler:

- “Görülmesini istemediğim bir resim ya da görüntümün benden habersiz olarak yayılabileceği tehlikesini düşündüğüm olur.”;
- ”Sanal ortamlardaki iletişimde hakkımda gerçek olmayan söylentilerin de yayılabileceğini düşünürüm.”
- “Bilgisayarımda güncel bir virüs programı bulundurmaya dikkat ederim”;
- “İnternete girdiğimde bilgilerimin başkaları tarafından çalınabileceğini göz önünde tutarım”
- “İnternetteki e-posta, forum siteleri vb. üyelik şifrelerimi kimseyle paylaşmam.”

Futbolcuların Sanal mağduriyetlerinde ise, Bekar, öğrenci, 16-20 yaş, ortaöğretim, 7-9 saat internet kullanan ve amatör ligde futbol oynayan futbolcuların sanal mağduriyetlerinin daha fazla olduğu görülmüştür. Değişkenler



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

incelendiğinde bu grubun internete girme olanakların daha fazla olduğu ve daha fazla internet kullandıklarından dolayı sanal mağduriyet yaşadıklarını düşünülebilir. En fazla mağduriyet yaşadığı maddeler ise

- Arkadaşlarım ya da başka kişiler benim haberim olmadan internette benim şifrelerimi kullandı.;
- Arkadaşlarım ya da başka kişiler internette benim şifrelerimi kullanarak gizlice e-mail (MSN, Yahoo, Gmail, Mynet gibi) adreslerime girmeye çalıştılar.
- Cep telefonundan bana hakaret eden mesajlar gönderdiler.
- Cep telefonunu kullanarak benimle alay ettiler.”
- Facebook, Twitter gibi sitelerde bir başkası gizlice benim adımlı kullanarak hesap açtı.
- İnternette bana hoşlanmayacağım mesajlar gönderdiler
- İnternette bana kötü isim ya da lakap taktiler.
- İnternette beni tehdit ettiler.
- İnternette benim iznim olmadan bazı sitelerde fotoğraflarımı yayınladılar
- İnternette benimle alay ettiler.

- İnternette benimle ilgili gerçek olmayan söylentiler yaydılar.
- İnternette benimle ilgili hoşuma gitmeyen haberler yayınladılar.
- İnternette şifrelerimi kullanarak gizlice oyunlarım girmeye çalıştılar
- İnternette bana hoşlanmayacağım mesajlar gönderdiler.
- Telefonla beni arayarak rahatsız ettiler
- Telefonla beni arayarak rahatsız ettiler.
- Yüzüme karşı söylemedikleri şeyleri internette ya da cep telefonunda rahatlıkla bana söylediler.

Teknolojide gelişmeler ve bilgi iletişim teknolojilerine yaygın erişim olanakları siber zorbalıktan etkilenecek kişi sayısını her geçen gün artırabilir. Bu nedenle siber zorbalığın küresel bir mesele olduğu, birçok ülkenin bununla başa çıkmak için çözüm yolları aradığı ve çeşitli düzenlemeler yaptığı söylenebilir. Siber zorbalıkla ilişkili olan faktörlere bakmak bu konuda yapılacak önleme ve müdahale çalışmalarına katkıda bulunacaktır. Ayrıca Milli Eğitim müfredatı içerisinde sanal mağduriyet ve sanal zorbalıkla ilgili konuların yer alması ve öğrencilerde algı oluşturulması sağlanmalı, konu ile ilgili kanuni ve ahlaki ceza ve sorumluluklar hakkında bilgiler verilmeli, ayrıca Tv, internet ve yazılı basında



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Kamu spotu ve uyarıcı bilgiler verilmesi sağlanmalıdır.

KAYNAKÇA

AKSARAY, S., (2011). Siber Zorbalık, Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 20, Sayı 2: 405-432

ARICAK O.T., TANRIKULU T., KINAY H., (2012). “Siber Mağduriyet Ölçeği’nin İlk Psikometrik Bulguları”. Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi, Sayı 11: 1-6

ARICAK, O.T., (2011). Siber zorbalık: Gençlerimizi bekleyen yeni tehlike. Kariyer Penceresi, 2(6),10-12

AŞKIN Y., (1989). Beden Eğitimi ve Spor Ders Kitabı. Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara, s. 3

BAYRAM, F., (2017). Siber Zorbalık Yapma Siber Mağdur Olma ve Denetim Odağı Arasındaki İlişkinin Bazı Kişisel Değişkenler Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep

ÇİFTÇİ, H., (2018). Siber Zorbalık Davranışları ve Siber Mağduriyet Düzeylerinin Karşılaştırılması, Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 6(6), 887-897

HUNTER, N., (2012). Cyber Bullying, Raintree: British Library Cataloguing in Publication Data

İĞDELİ, F., (2018). Üniversite Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Siber Mağduriyet ve Siber Zorbalık Duyarlılıklarının Çeşitli Değişkenler Bağlamında İncelenmesi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Lisansüstü Tezi, Eskişehir

İNEL, M.S., BARUT, M., (1994). Toplum Bilim Açısından Spor. H.Ü Spor Bilimleri III. Ulusal Kongresi Tebliği Özeti, Onay Ajans Matbaacılık, Ankara, 56

KARADAĞ, A., KUTLU, M., (2006). Uzun Dönem Futbol Antrenmanlarının Futbolcuların Baskın ve Baskın Olmayan Ayaklarının Görsel ve İşitsel Reaksiyon Zamanlarına Etkileri. Fırat Tıp Dergisi, 11(1), 26-29

KOWALSKI R.M., LIMBER S.P., (2007). Electronic bullying among middle school students. Journal of Adolescent Health 41, 22-30

LIVINGSTONE, S., HADDON, L., GÖRZIG, A., ÓLAFSSON, K., (2011). Risks and safety on the internet: the perspective of European children: key findings from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries. EU Kids Online, Deliverable D4.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

EU Kids Online Network, London, UK.
Erişim: <http://eprints.lse.ac.uk/33731/1/Risks%20and%20safety%20on%20the%20internet%28lsero%29.pdf>,
14.11.2020

MESCH, G.S., (2009). Parental mediation,online activities and cyberbullying .Cyber - psychology and Behavior 12 (4), 387-393

PALERMITI, A.L., SERVIDIO, R., BARTOLO, M.G., COSTABILE, A., (2017). Cyberbullying and self-esteem: An Italian study. *Computers in Human Behavior*, 69, 136-141

SARAK, Ö., (2012). Lise Öğrencilerinde Sanal Zorbalık. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, İstanbul

SERİN, H., (2012). Ergenlerde Siber Zorbalık/Siber Mağduriyet Yaşantıları ve Bu Davranışlara İlişkin Öğretmen ve Eğitim Yöneticilerinin Görüşleri. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Doktora Tezi, İstanbul

SLONJE, R., SMITH, P.K., FRISEN, A., (2012). Processes of cyberbullying, and feelings of remorse by bullies: A pilot study. *European Journal of Developmental Psychology*, 9: 244-259. doi:10.1080/17405629.2011.643670

SULLIVAN, K., (2011). The anti-bullying handbook. Types of bullying 2: Cyberbullying, 57-73

SÜSLÜ, D.P, OKTAY, A., (2018). Lise Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyetle İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi Elementary Education Online, 2018; 17(4), 877-1895 İlköğretim Online, 17(4), 1877-1895

TAIWO, R., (2015). Cyber behavior. M. Khosrow-Pour (Ed.), *Encyclopedia of Information Science and Technology* içinde (3. bs., ss. 2972–2980). Hershey, PA: IGI Global. doi:10.4018/978-1-4666-5888-2.ch290

TALİMCİLER, A., (1998). Türkiye’de Futbol Fanatizmi ve Medya İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji ABD

TANRIKULU, T., KINAY, H., ARICAK, O., (2013). Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3 (1), 38-47

TAŞTEKİN, E., (2016). Ergenlerin Arkadaşlık İlişkileri ve Benlik Saygısı Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyet Arasındaki İlişkiler, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

VAR, L., (2018). Futbolda Seyircilerin Spor Alanlarındaki Saldırganlık Davranışları Hakkında Betimsel Bir Çalışma (Kırşehir İli Örneği). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi

YAMAN, E., EROĞLU, Y., PEKER, A., (2011). Başa çıkma stratejileriyle okul zorbalığı ve siber zorbalık İstanbul: Kaknüs Yayınları

YARAR, Y., (2019). Lise Öğrencilerinin İyi Oluş Düzeyleri İle Siber Zorbalık Siber Mağduriyetleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

İNTERNET KAYNAKLARI

<http://www.umut.org.tr/userfiles/files/Umut%20Zengin.pdf>, 05.06.2020, Üniversite Öğrencileri Arasında Siber Mağduriyet ve Zorbalık, Umut Zengin

<https://www.guvenliweb.org.tr/dosya/pzp5z.pdf>, 17.05.2020, Siber Zorbalık, Gençlerin İnternet’i kullanırken karşılaştıkları bir sorun

Yazar Notu: *Bu çalışma yüksek lisans tezinden türetilmiştir. 23-24 Ekim tarihlerinde yapılan 7. Uluslararası Sosyal Beşeri Ve Eğitim Bilimleri Kongresi’nde sunulan tam metin sözel bildirinin genişletilmiş halidir.*



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

EXTENDED ABSTRACT

Abstract: Objective: Amateur or professional football players who play football, one of the areas of great interest to people, are also victims of cyberbullying. In this study, it was aimed to examine the attitudes of amateur and professional football players regarding their cyber victimization and awareness according to various variables. Within the scope of the study, the attitudes towards cyber victimization and awareness of amateur and professional football players will be examined and investigated in detail. **Materials and methods:** The population of the study consists of football players (n: 450) playing in amateur and professional football clubs in Elazığ province. 334 football players selected randomly among these players were included in the study and the sample was formed. The survey forms are personal information form composed of 10 questions, 14-item “Cyber Sensitivity Scale” and 24-item “Cyber Victimization Scale”. 14-item “Cyber Sensitivity Scale” and 24-item “Cyber Victimization Scale” developed by Tanrıku et al. were used. The Cyber Sensitivity Scale consists of 14 items and each item is answered as “Yes”, “No” and “Sometimes”. The score that can be obtained from the scale is between 14 and 42 points, and the higher the score to be obtained indicates the high sensitivity to cyberbullying. SPSS 22.0 package program was used to analyze data. First, the Cronbach alpha test was applied to determine the reliability of the collected data. Within the scope of the analysis, one-way analysis of variance (Anova) and t-test were applied to determine the difference according to the frequency and percentage distributions and some independent variables related to the players (gender, age, marital status, etc.). **Results:** All of the participant football players are male. The majority of these football players (60.5%) are in the 21-25 age range, 88.0% of them are single, 62.9% have undergraduate education and 75.4% are students. 80.8% of footballers play in the amateur league, 19.2% in professional leagues, 60.5% of them have 4-7 years of football background, 6.0% 12-15 years and 1.5% 15+ years. The majority of football players (39.5%) use the internet for 4-6 hours and 8.4% for more than 9 hours daily, and according to the distribution of the devices with which internet is used (32.5%), access is provided via mobile phones. According to the purposes of internet use, (17.93%) video call, (15.48%) chat rooms and (12.15%) Facebook rank first. According to the marital status variable, there was no significant difference in the sensitivities of football players regarding cyber (virtual) bullying. According to the age variable of the participant football players, the sensitivity of the football players in the age range of 21-25 to cyber (virtual) bullying is higher. According to the educational status variable of the football players, it is seen that the players with the secondary



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:499 K:588

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

education level ($SO_{SZİDÖ} = 134.82$) get the lowest score, and the football players with the associate degree and postgraduate education level get the highest score from the cyber bullying scale. According to the educational level variable, the sensitivity of football players with associate degree and postgraduate education is higher towards cyber (virtual) bullying. No significant difference was found regarding the cyberbullying scale according to occupation variable. There is no significant difference regarding the cyberbullying scale according to the classification type, starting year of football and internet usage purposes. According to the duration of internet use, players who use the internet for less than 1 hour creates a significant difference from those using for 4-6 and 7-9 hours and it has been determined that those who use the internet for 1-3, 4-6 and 7-9 hours have higher sensitivity towards cyber (virtual) bullying. According to the internet connection location, it has been found that football players who use desktop and notebook as internet connection devices have a higher sensitivity towards cyber (virtual) bullying and this creates a significant difference compared to other groups. According to the marital status variable, it has been determined that single football players experience more cyber victimization. According to the age variable of football players, the virtual victimization of football players in 16-20 age group is higher. According to the education level of the football players, it has been found that there is a significant difference between football players with secondary education level and football players with associate and bachelor's degree, and the cyber victimization of football players with secondary education is higher. It has been found that the cyber victimization of football players who played football in the amateur league is higher according to the classification group in which football players played football. According to the occupation variable of football players, it has been found that football players being students have higher cyber victimization than teachers and self-employed individuals, and those whose profession is football have higher victimization than teachers and self-employed people. In addition, it has been observed that the internet applications with the highest cyber victimization are Facebook, video talk, online games, video sharing sites, the lowest victimhood is seen in film-series, news-newspaper applications. **Conclusion:** The age of football, occupation, classification group, age of football, internet use matches have no effect on cyber (cyber) bullying sensitivity. 21-25 years old players are more sensitive to cyber (cyber) bullying. Virtual victimization of football players, single, student, 16-20 age, secondary education, 7-9 hours of internet and amateur football players playing in the league has been seen more than the virtual victimization. When the variables are examined, it can be thought that this group has more access to internet and more cyber victimization because they use more internet.

AN ANTI-INFLAMMATORY HERBAL FOR HEALTH AND DISEASES:
SILYBUM MARIANUM (MILK THISTLE) ⁽¹⁾SAĞLIK VE HASTALIKLAR İÇİN ANTI-İNFLAMMATUAR BİR BİTKİ:
SİLİBUM MARİNAUM (DEVE DİKENİ)*Pırl Ayrıs GÜRSİLİ¹, Burcu YEŞİLKAYA²*¹ *Özel Birlik Hastanesi, İstanbul / Türkiye*² *İstanbul Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye***ORCID ID: 0000-0003-2134-4948¹, 0000-0001-9986-6119²**

Öz: Amaç: Son 10 yılda hayat çok hızlı değişti. Hareketsiz yaşamın adaptasyonu, yeme alışkanlıklarının değişmesi ve diğer olumsuz çevresel faktörler insan vücudundaki reaktif oksijen türlerinden oluşuyordu ve bağışıklığın za-yıflamasına neden oldu. Bununla, kronik hastalıkların prevalansı artar. Artan hastalıklara karşı önlem almak ve ilerlemelerini durdurmak için çok fazla ilaç kullanımı gözlemlenmiştir. İlaç kullanmak istemeyen insanlar, doğadan gelen bitkisel ürünleri kullanmaya başladılar. Bitkiler, yaşam ve hastalıklar için vazgeçilmezdir. Tüm bitkiler, bir hastalık için tedavi olabilecek farklı ve karmaşık bileşiklere sahiptir. Özellikle devedikeni bitkisi, antioksidan, anti-enflamatuar ve antifibrotik etkileri olan vücut mekanizmasına ve hastalıklara fayda sağlamak mümkün olmuştur. Besin değeri ve biyoaktif bileşikleri insan yaşamı için çok önemlidir. **Yöntem:** Deve dikenini besin değeri, biyoaktif bileşikler ve hastalıklar üzerindeki etkilerini ile açıklamak için mevcut çalışmalarla özetlenmiştir. **Bulgular:** Birçok çalışma, devedikeni ilaçların bir bileşeni olarak önemli bir rol olduğunu ve doğal formun kendisi-nin sağlık için büyük bir besin değerine sahip olduğunu göstermiştir. **Sonuç:** devedikeni doğal olarak tedavi edilecek insan vücudu üzerinde yararlı bir etkiye sahiptir ve faydaları bulaşıcı olmayan hastalıklara karşı faydalara odaklanmıştır. Çoğu kronik hastalığın tedavisi için, hastalıklara karşı iyi-leşmelerini, korunmalarını ve ilerlemelerini durdurma avantajları vardı. Birçok çalışmanın olumlu etkileri olmuştur ancak daha fazla çalışma yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Devedikeni, Beslenme, Antiinflamatuar, Silibum Marinaum, Antioksidan

Abstract: Aim: Life has changed very fast during last 10 years. The adaptation of sedentary life, changes of eating habits and other negative environmental factors consisted of reactive oxygen species in the human body and causing immunity to weaken. The prevalence of chronic diseases are increased caused by this reason. To take precautions against increasing diseases and to stop their progress, too much medication usage has been observed. People who don't want to use medicine, started to use natural herbal products. Herbals are essentials for life and diseases. Herbals have different and complex compounds which can be a cure for a disease. It has been possible to benefit the body mechanism and diseases with antioxidant, anti-inflammatory and antifibrotic effects. Thistle is one of the major herbal that is used for both as a cure and a nutrient. Its nutritional value and the bioactive compounds are important for a human life. **Method:** Current studies reviewed to explain thistles with its nutritional value, bioactive compounds and effects on diseases. **Result:** The thistle has important role as a component of medicines and also the natural form itself has a huge nutritional value for health. **Conclusion:** thistle have a beneficial effect on human body to be treated naturally, and its benefits are focused on noncommunicable diseases. Treatment of most chronic diseases, they had the advantages to stop their healing, protection and progression against diseases. Many studies have had positive effects. however, more studies should be done.

Keywords: Milk Thistle, Nutrition, Anti-Inflammatory, Silibum Marianum, Antioxidant

Doi: 10.17363/SSTB.2020.37.1

(1) Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Burcu YEŞİLKAYA "Dr. Öğr. Üye, Asist. Prof", İstanbul Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye, burcuayavunc@hotmail.com, Geliş Tarihi / Received: 09.10.2020, Kabul Tarihi / Accepted: 28.12.2020, Makalenin Türü: Type of article (Derleme / Review) Çıkar Çatışması / Conflict of Interest: Yok / None Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi - Ethical Board Report or Institutional Approval, Yok/None



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

INTRODUCTION

Reactive oxygen types caused by environmental factors in the body's normal inner cycle are neutralized by antioxidant mechanisms in the body. However, this internal balance of the body sometimes can be change. Reactive oxygen types that are not neutralized create the oxidative stress. As a result of this mechanism, some biological molecules can be damaged in the body. This damage is considered as the cause of chronic diseases such as diabetes, cancer, high cholesterol, gallbladder diseases and liver diseases (Van Deel et al., 2007: 1305-1313). Prevention and control of chronic diseases is an issue that human beings have been dealing with for years. In a study, block and prevent environmental factors are emphasized. Excess alcohol and cigarette consumption, low physical activity and excessive consumption of unhealthy foods are counted among these factors (Sharkey et al., 2018:106-113).

Plants are used to treat diseases from past to present. Today, the purpose of using these plants for humans is; to treat diseases and prevent the spread of these diseases. It is seen that people, plants and trees consume certain places by adding them to diets. These herbal treatments applied against diseases scientific support was provided by sheltering harmful or beneficial effects as a result of researches (Faydaoğlu and Sürücü, 2011: 52-67).

The focus of researchers in recent years is herbal treatments in diseases (Faydaoğlu and Sürücü, 2011: 52-67). Today, there are patients using complementary and alternative therapy. These patients are avoiding over the counter drug treatment, opting for affordable and no harmful complement treatment (Çalık and Kapucu, 2017: 79-84). Patients use various herbs for their treatment. A lot of plants such as turmeric, rosehip, broccoli sprouts, and black cumin provide benefits. One of the most important of these plants family is thistle (Boştan and Acıbuca, 2018: 37-44).

Thistle is a medicinal and aromatic herb (Boştan and Acıbuca, 2018: 37-44). It has a positive effect on human health (Çelik and Kan, 2013: 24-31). Thistle (*Silybum marianum*) consists of three isomer flavonolignans (silybin, silydianin and silychristin), which are known as Silymarin as the active compound. Silybin component has high biological activity (Abenavoli et al., 2010: 1423-1432.). these mechanisms, which make sick cells healthy with their effects, have antioxidant, anti-inflammatory, antioxidative, antifibrotic and immune-enhancing advantages (Kim et al., 2016: 8-23). On the other hand, it is also known to reduce oxidative stress, strengthen immunity, cure gallbladder problems, and be a cure for cancer (Kim et al., 2016: 8-23; Rady et al., 2018: 563-572).



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

AIM

In this study, the anti-inflammatory, antioxidative, antifibrotic effect of thistle are investigated. The active compounds, nutrient content, effect on human health and effects on diseases of thistle were studied.

CONTENT

This review covers the current informations about thistle and its relationship about health and diseases.

RESEARCH METHOD

Literature search was done using with databases as PubMed, Science Direct. Current and serious results are used to sum up for this review.

RESEARCH PROBLEM

Milk thistle plant is used in many areas from medicine production to food supplements in health. The problem of the research has been to reach clear literature information to explain the pros and cons of such an important and effective food.

THEORETICAL FRAME

Thistle

The most important feature of medicinal and aromatic plants is their remedy in diseases. Usually, herbal treatment method has been chosen by developed countries. Although

this treatment method is performed under different names, undeveloped countries also use it (Boştan and Acıbuca, 2018: 37-44).

One of the most important plants is Mary Thistle (*Silybum marianum*). Seeds are an important medicinal plant that has been used for liver problems for nearly 2000 years (Çelik and Kan, 2013: 24-31). It has been used for hepatitis, gall bladder, cirrhosis and liver diseases over more than 2000 years (Özınan et al., 2017: 88-94). In today's world, The positive effect on liver diseases has been proven as a result of the studies conducted. This can be a good example of traditional information. The Thistle Plant is also called the Virgin Mary thistle. Because the plant is a religious symbol according to the Christian religion. In fact, the Indians called sacred thorns, thistles, and read thorns (Çelik and Kan, 2013: 24-31).

Thistle's botanical name is *Silybum marianum*. Thistle was built in the Akçaköy neighborhood of Balıkesir city center in 2014 - 2015 years. The physical properties of the thistle used were examined. Thistles appear as hairless or hairy. Its height is sometimes short and branches off its tops. Its body has a height of 1.5 m-2 m and surrounded by thorny flower petals. When we examine the leaves of the plant, it has a hard, long white vein and a spiky corner. There are also thorny flower petals at the ends of the branches. Crown of thistle has purple or red color. The fruit of the



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

thistle, which is 6-8 mm in size, has a brown, single seeded and shelled structure. In addition, the top of the fruit is in a needle like whiteness and hairy dish. Thistle fruits ripen in May and June. Thistle is native to North and South America, South Russia, Central and Southern Europe, Anatolia and South Australia. It is also found in North African countries. In Turkey, thistle is frequently seen in the Mediterranean, Aegean and Marmara regions (Özınan et al., 2017: 88–94).

Nutritional Content and Active Substances of Thistle

Thistles are very rich in nutrients. It is a very useful food that should be consumed for individuals. Thistles seeds contain unsaturated fatty acids. When we examine the contents in detail, it contains 42-54% linoleic acid and 21-36% oleic acid. It is rich in linoleic and oleic acid. Thistle contains 18-31% high fat content (Rady et al., 2018: 563-572). The nutritional values in the thistles are very important. There are various components in this plant, such as alkaloids, glycosides, tars, organic acids, vitamin C (Haydaroglu., 2009: 85-88). In addition, the fixed fats found in the seed of thistles are 20-30% (Özınan et al., 2017: 88–94).

In the study conducted in the thistle seed in Iran conditions, palmitic acid was 8.25%, stearic acid 6.67%, oleic acid 31.58%, lin-

oleic acid 45.36%, arachidic acid 4.11%. In another study conducted in Egypt, oil components in thistle seed are; It is shown that the fixed oil rate is 22%. In the same study, the highest amount of 53.3% linoleic acid and 21.3% oleic acid was stated in the thistle seed. Two of the saturated fatty acids contain palmitic and stearic acid. This ratio was found to contain 9.4% palmitic acid and 6.6% stearic acid (Çelik and Kan., 2013: 24-31).

Milk thistle is a plant from the daisy family. Thistle is a plant that contains silymarin as the main component among the six main flavonolignans and other small polyphenolic substances (Cai et Al., 2015: 357-372). The thistle (*Silybum marianum*) consists of three isomer flavonolignans (silybin, silydianin and silychristin) known as Silymarin as the active compound. Silymarin has an antioxidant effect. Silybin component has high biological activity and therefore Silybin constitutes 50-70% of silymarin (Abenavoli et al., 2010: 1423–1432.).

When we examine the components in the thistle seed, there are active substances belonging to the seed. These items are; silymarin, quersetin, mucilage, taxifolin, albumin formed by flavonolignan are non-volatile oils and bitter substances. However, there is no silymarin in the organs of thistle, such as flowers, roots and leaves. In general, the rate of silymarin (flavanoid) component in the plant



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

is very high. The antioxidant effect has been proven to be quite high due to the high silymarin level (Çelik and Kan., 2013: 24-31).

Effects of Thistle on Health and Diseases

There are lipophilic extracts in thistle seeds. These lipophilic extracts contain 3 important flavonolignans, such as silybin, silydianin and silychristin. These three flavanones are called silymarin. Silybin has high biological activity and high in seeds (Abenavoli et al., 2010: 1423–1432). The best known feature of silymarin in the thistle is that it shows anti-inflammatory, antioxidant and antifibrotic properties (Kim et al., 2016: 8-23). On the other hand, it reduced oxidative stress, strengthened immunity, and improved gallbladder against problems and cancer (Kim et al., 2016: 8-23; Rady et al., 2018: 563-572; Csupor et al., 2006: 301-317.). Even undeveloped thistle seeds are used in traditional medicine. The seeds are used for digestion, depression, headache, and liver problems. However, it is used in lactation period (Csupor et Al. 2016: 301-317).

Silymarin is found in thistle and used for liver diseases. It is seen that the extracts obtained from the seeds make the liver healthy. Because these healthy mechanisms provide anti-inflammatory, antioxidative, antifibrotic and immune-boosting advantages (Kim et al., 2016: 8-23). It is known that the thistle

extracts have an intense antioxidant effect due to the high content of silymarin. For this reason, the components in thistle seeds are liver protective (Çelik and Kan., 2013: 24-31). Silymarin reduces the production of free-circulating radicals. If radical production decreases, lipid peroxidation decreases. Therefore, it shows that silymarin has antioxidant and antifibrotic effects (Abenavoli et al., 2010: 1423–1432.).

Milk thistle contained naturally silibin and also protective against cancer. Silybin has easy resolution feature. This characteristic is very important. When we take it to our body, there is no change in nutritional value during digestion. In this case, silybin appears to have bioavailability. Increased bioavailability has been thanks to the methods tried. An in vivo and in vitro study for this usefulness, it has been shown to respond positively to liver diseases and is promising against cancer (Polachi et al., 2016: 577-595) We can express the usefulness of herbal products with case studies (Yardan et al., 2008: 75–83).

In another study on animals due to, its antioxidant content, it was seen that good for kidney problems. Because silymarin has been shown to be protective in the cell culture and drug relationship of the kidney. Overall, the studies gave positive answers when tested on animals. More studies are needed to make the effects on human more clear. In line with the



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

information we will obtain as a result of these studies, it will be a product that can be used in kidney treatment (Tütüncü and Etiler., 2017).

Liver Diseases and Thistle

Liver is an important organ for sustainability of the circulatory system. Silymarin is used for treatment of liver diseases in thistle. Alcohol increases liver fat. Silymarin reducing effects are seen in alcohol-related liver fattening. This reduction occurs in hepatic fat content (Kim et al., 2016: 8-23; Kadiyoran., 2010).

Alcohol causes to liver dysfunctions. In one study, Silymarin is the most common type of Complementary and Alternative Medicine (CAM) therapy for treatment of liver problems. Silibinin, also improved life quality of patients with alcoholic and non-alcoholic cirrhosis with no unhealthy effect (Kim et al., 2016: 8-23).

Mechanisms by which silymarin extracts ameliorate liver disease include anti-inflammatory, anti-oxidative, antifibrotic, and immune-modulating activities. Silymarin decreases the development of alcohol-induced hepatic fibrosis in baboons by preventing collagen type I and decreasing histological process to fibrosis. Silymarin also reduces the elevated serum Aspartate Transaminase (AST) and Alanin Transaminase (ALT) levels, and decreases hepatic lipid in fatty liver

in rats. These effects may be through down-regulating the expression in liver tissue. This is the beneficial effect of silymarin on alcoholic liver disease (ALD). Further studies are needed to provide the appropriate efficient information and a usefull treatment (Kim et al., 2016: 8-23).

Liver is responsible for cleaning the blood in the circulatory system. In this case, thistle effects the liver as supportive, protective and cleansing herb (ÇelikandKan., 2013: 24-31). In other study, effects on cirrhosis have been observed. In this study, Multiple in vitro and animal studies demonstrated antioxidative, anti-inflammatory, and antifibrotic effects of silymarin (Cai et Al., 2015: 357-372).

Silymarin found in thistle is used in the treatment of diseases such as liver diseases, fatty liver, cirrhosis, hepatitis C, jaundice caused by various reasons. Refreshes the fatty liver. Because Silimarin also cleans the liver. The liver may become inflamed for many reasons (antibiotic use, alcohol consumption). It helps to eliminate this inflammation in the liver. It also improves and increases healing period of hepatitis C and cirrhosis cases (Alaca et al. 2017: 476-484).

Diabetes Mellitus (DM) and Thistle

Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease which is seen in more than 400 million people around the world (Çalık and Kapucu,



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

2017: 79-84). It is come up with high blood sugar level (Buyuk et al., 2015: 199-207). It has many acute and chronic complications. The treatment of DM includes both medical and nutritional treatment. The aim of the treatment is more than stable blood sugar. It aims to improve the quality of life, permanent habit change (both eating and life style). In addition to this treatment, complementary therapies are applied for the sustainability of the treatment (Çalık and Kapucu, 2017: 79-84).

Herbal treatments are one of the most preferred complementary treatments for diabetes patients. In these herbal treatments applied by patients, it has been shown to slow down diabetes (Çalık and Kapucu, 2017: 79-84). Thistle, which is one of the important plants used by these patients, is of great importance for diabetes. Because it is an antioxidant and prevents oxidative stress (Voroneanu et al., 2016: 1-10). Active ingredients are also important in the treatment of diabetes. Silymarin has been shown to significantly lower blood sugar (Huseini et Al., 2006: 1036-1039).

DM is an important metabolic disorder. in a study for this metabolic disorder, improved the antioxidant capacity of silymarin. Even, decreased hs-CRP (high sensitive c reactive protein) level in patients with type 2 DM (Kadıyan., 2010). Although positive results were seen in studies, in another simi-

lar type of study on type 2 DM, Although the oil status and glycemic index (GI) affect positively, further studies should be done for its adaptation (Ebrahimpour et al., 2018: 39-44). In a case study, silymarin treatment was given for type 2 DM patients for 4 months. There are beneficial improvements in blood sugar. Thistle has an antioxidant effect, and an important healing improvement on diabetes mellitus. It has even been shown to reduce oxidative stress in other patients compared to placebo (Huseini et al., 2006: 1036-1039).

In another study, thistle was also observed to decrease blood sugar. It has been found that thistle can help to regulate blood sugar levels, control diabetes and prevent kidney damage caused by diabetes. It has found that it can help control diabetes by preventing the progression of diabetes-related kidney damage (Voroneanu et al., 2016: 1-10). Studies have shown mostly the effect of silymarin in thistle. Although silymarin has a positive effect on the studies, more studies are needed in order to supplement the individuals (Ebrahimpour et al., 2018: 39-44; Ebrahimpour et al., 2015: 290-6).

Cancer and Thistle

Cancer is a chronic disease which is frequently seen around the world. Treatment of cancer includes chemotherapy, radiotherapy and surgical interventions. In these treatment meth-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

ods, people are affected by harmful effects. For this reason, herbal treatment methods are also used. Herbal treatment methods cause it to be preferred both naturally and economically. Nowadays, herbal nutrition is very important. In people who are fed vegetarian; the risk of getting cancer appears to be quite low. Because the lignan substance is also protective in the plant (Bayram, 2017: 1-7).

In cancer - thistle studies have shown that thistle has positive effects on various types of cancer such as stomach, bladder, prostate, skin, leukemia, lung and colon cancer (Bayram., 2017: 1-7; Post White et al., 2007: 104-9). It means thistle have an anti-carcinogenic effect (Bayram, 2017: 1-7). Many pharmacological researches have been done on silymarin in the thistle. In these studies, it can be seen that the patient can use thistle as a medicine in their diets (Csupor et al. 2016: 301-317). It has been observed that thistle may prevent various types of cancer with appropriate amounts of it. Excessive amount of thistle may cause gastrointestinal problems and severe diarrhea is possible in the patient. Thistle should be consumed in the right amount (Post White et al., 2007: 104-9). In a study, because of silymarin's protection effect from toxic matters, it is found to be beneficial in acute lymphoblastic leukemia (Post White et al., 2007: 104-9).

High Cholesterol and Thistle

Silymarin has the ability to lower cholesterol. In hypercholesterolemia caused by high levels of hepatic cytochrome stopping, an increase in HDL cholesterol has been observed with the effect of silymarin. In addition, there is a good decrease in total cholesterol (Ebrahimpour et Al., 2018: 39-44). Silybum marianum seed extract (silymarin), which is known to have antioxidant properties on the glycemic profile in diabetic patients. A 4 month randomized double blind clinical trial was conducted in 51 type 2 DM patients. Half of them used thistle and the other group was placebo. Monthly glycosylated hemoglobin (HbA1c), fasting blood glucose (FBS), insulin, total cholesterol, LDL and HDL, triglyceride, SGOT and SGPT levels were measured during the study. The results showed a significant decrease in HbA1c, FBS, total cholesterol, LDL, triglyceride levels in thistle treated patients. In conclusion, silymarin treatment has a beneficial effect on improving cholesterol levels (Huseini et al., 2006: 1036-1039).

As it is known, thistles contain protective, cleansing and repairing compounds. In a study done for this reason, the cholesterol of the treatment provides protection for the absence of an increase in phospholipid and sphingomyelin phosphatidylcholine ratios (Atasever et al., 2017: 240-248).



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

The Gallbladder Diseases and Thistle

From past to present, the thistle, which is used on various diseases and used for gallbladder diseases. It works with organs such as liver, kidney, pancreas, gallbladder intestine. Looking at the gallbladder anatomically, on the visceral face of the liver and it is an ovoid organ located at the caudal end of the inter-lober fissure between the right and left lobes (Kozan, 2006).

Kidney stones and gallstones occurs with the combination of cholesterol and gallbladder in the waste ((Kozan, 2006). Because the active compounds in effect antioxidant activity, toxin blockage at the membrane level, increase in protein synthesis, antifibrotic activity and possible anti-inflammatory. As a result of researches, it has been observed that it protects against toxins that can form in the liver. It has even been shown to prevent damage due to medication and alcohol. For this reason, this anti-inflammatory, antioxidant and immune system structure is very important for the gallbladder (Gök et al, 2019).

Milk thistle increases bile flow. The thistle, known to have a significant effect on the liver, helps in the gallbladder. Thus, it prevents the formation of gallstones. Because these gallstones can grow and settle in gallbladder (Mulrow et al., 2000: 1998-2005).

Utilization of Thistle

It is important to maintain a quality life, change eating habits and conduct a good treatment process for sick people. In addition to this treatment, complementary therapies are applied for the sustainability of the treatment. Today, there are patients using complementary and alternative treatment. These patients, They prefer complementary treatment due to affordable and no harmful effects while avoiding over-the-counter medication (Çalık and Kapucu, 2017: 79-84).

The importance of thistle has been demonstrated by studies for human health. In these study, The diseases is great impact of healing. The reasons such as the environment in which the plant is grown and the nutritional value of the soil change the rate of silymarin. For this reason, the silymarin contained in the thistle varies according to the region (Çelik and Kan, 2013: 24-31).

Nowadays, people have use thistle oil, thistle seeds and thistle milk. In this study, tasted on animals. Although it has more positive effects on the liver. It has shown positive responses in the treatment of diabetes, high cholesterol, skin, gallbladder problems and cancer. About consumption of thistles, it is important that the thistle should be in high extract (Faydaoğlu and Sürücü, 2011: 52-67).



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Silymarin is a commonly used preservative against various liver diseases such as toxic substances, cirrhosis, hepatitis. Silymarin is given 100-300 mg / kg for 3 times a day in adults. Silymarinin was very well tolerated in acute toxicity studies (Kocaman and Dabak, 2015: 128-132). It will be more useful to consume it if we use it correctly and in moderation while applying our treatments for our diseases. Harmfull effects appear when consumed excessively (Abenavoli et al., 2010: 1423–1432.). It is mostly used as a medicine in liver problems. Milk thistle seed tea consumption is very suitable for stomach and intestinal diseases. 15 g daily is suitable for human health (Kim et Al., 2019: 2499 - 2507). It can also be used in liver problems caused by alcohol (Tao et al., 2019).

Milk thistle used widely consumption. Even today, thistle milk capsules are available. However, the amount of silymarin that can be taken daily for our body is limited. It should not exceed 420 mg (Tao et al., 2019). People used as antipyretic, nausea, low builder and diuretic among (Tütüncü and Etiler., 2017). In recent years, thistle seed oils are used in baby care products and in the cosmetic industry (Çelik and Kan, 2013: 24-31). The efficiency and quality of the raw material used in different pharmaceutical and cosmetic industries are important. Silymarin varies in the thistle plant (Çelik and Kan., 2013: 24-31). It

is frequently used in drug making in Slovakia (Özinan et al., 2017: 88–94).

Harmfull Effects of Thistle

Thistle is a herbal which can be used for treatment. Thistle may be harmful as well as its benefits. Unconscious use or overuse may causes this situation. In a study, with a non certain results, there may be some toxic effects like medication. For this reason, the use of thistles and other herbal treatments can be dangerous for public health if it is not under control (Tütüncü and Etiler, 2017). In another study, it is said that thistle seed has not fatal effect for adults. However, it may causes mild diarrhea. The active componenet Silymarin in the thistle has little harmful effect. However, these harmful effects were found to be less in studies. These effects are seen as gastrointestinal disorders, allergy symptoms and skin rashes (Kocaman and Dabak, 2015: 128-132). Harmfull effects of thistle are more common in children. These effects seen in children are liver and kidney damage. In addition, the use of thistles for skin diseases appears to cause toxicity. The toxicity seen in patients is seen after hours. People may experience more severe or mild injuries. People who have mild symptoms generally have vomiting, abdominal pain and diarrhea. However, this situation progresses a little more in people who have had heavy. Thistle can cause kidney and liver



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

diseases. It may even cause to death for children (Tütüncü and Etiler, 2017)

CONCLUSION

As a result, herbal treatment needs attention. Herbal treatments have been drawn attention to stop its progress or to protect against diseases. From past to present, the role of many plants against various diseases has been shown that they are important for life. There were studies in the effect of plants on our health. These effects are as antioxidants, anti-inflammatory, antioxidative, antifibrotic. Experts said that they should be consumed in the right amount and with the right methods. As a result of studies, thistle has been found to be beneficial for many diseases. Such as; Diabetes, liver, high cholesterol, gall bladder, and skin. Especially, Its effect on liver and gallbladder stones is most well known. In a study on animals due to its antioxidant content, good for kidney diseases. Because Silymarin has a protective effect on kidney's cell culture and drug relationship. However, studies are insufficient for effect on the kidney diseases. Generally, these studies have done on animals. However, positive result were obtained. People need more studies for certain results. With more studies, There may be a product that can be used for kidney treatment with thistle. Many studies have shown that thistle has a different effect on different diseases. They had advantages in order to stop their healing, protection and

progression against diseases. So, herbal treatments are suitable for the public and medical world with dose control.

REFERENCES

- ABENAVOLİ, L., MİLİC, N., CAPASSO, F., (2010).** "Milk Thistle in Liver Diseases: Past, Present, Future". *Phytother. Res.* 24, 1423–1432. <https://doi.org/10.1002/ptr.3207>
- ACIBUCA, V., BOSTAN, D., (2018).** "Dünya'da ve Türkiye'de Tıbbi ve Aromatik Bitkilerin Yeri ve Önemi". *Çukurova Tarım Gıda Bil. Der.* 33 (1), 37-44
- ALACA, N., ÖZBEYLİ, D., USLU, S., ŞAHİN, H.H., YİĞİTTÜRK, G., KURTEL, H., ÖKTEM, G., ÇAĞLAYAN, YEĞEN, B., (2017).** "Treatment with Milk Thistle Extract (*Silybum Marianum*), Ursodeoxycholic Acid, or Their Combination Attenuates Cholestatic Liver Injury in Rats: Role of the Hepatic Stem Cells". *Turk J Gastroenterol*, 28 (6), 476-484. <https://doi.org/10.5152/tjg.2017.16742>
- ATASEVER, A., BARAN, O., EKEBAŞ, G., (2017).** "Ratlardan Karbon Tetraklorür ile Oluşturulan Kronik Karaciğer Hasarı Üzerine Zerdeçal (*Curcuma Longa*) ve Meryemana Dikeninin (*Silybum Marianum*) Etkisi". *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 26, 240-248



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

BAYRAM, D., (2017). “Silibinin’in Vitro Ortamda CCL-228-SW 480 Kolon Kanseri Hücre Hattı Üzerine Apoptotik Etkisinin Araştırılması”. SDÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8 (2), 1-7.

BUYUK, B., PARLAK, S.N., KELES, O.N., CAN, I., YETİM, Z., TOKTAY, E., SELİLİ, J., UNAL, B., (2015). “Effects of Diabetes on Post-Menopausal Rat Submandibular Glands: A Histopathological and Stereological Examination”. Eurasian J Med, 47 (3), 199-207. <https://doi.org/10.5152/eurasianjmed.2015.80>

CAI, C.X., CARLOS, S., SOLAİMANİ, P., TRİVEDİ, B.J., TRAN, C., CASTELİNO-PRABHU, S., (2019). “Nutritional and Dietary Interventions for Nonalcoholic Fatty Liver Disease”. Dietary Interventions in Liver Disease. 357-372 <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-814466-4.00029-X>

CSUPOR, D., CSORBA, A., HOHMANN, J., (2016). “Recent advances in the analysis of flavonolignans of Silybum marianum”. Journal of Pharmaceutical and Biomedical Analysis, 130, 301-317. <https://doi.org/10.1016/j.jpba.2016.05.034>

ÇALIK, A., KAPUCU, S., (2017). “Complementary And Alternative Treatments Used in The Treatment”. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 1 (2), 79-84

ÇELİK, A.S., KAN, Y., (2013). “Konya Ekolojik Şartlarında Yetiştirilen Meryemana Dikeni Bitkisinin (Silybum marianum) Tohum Verimi, Silimarin ve Sabit Yağ Bileşenlerinin Belirlenmesi”. Selçuk Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi, 27 (1), 24-31

EBRAHİMPUR-KOUJAN, S., GARGARİ, B.P., MOBASSERİ, M., VALİZADEH, H., ASGHARI-JAFARABADİ, M., (2018). “Lower Glycemic Indices and Lipid Profile Among Type 2 Diabetes Mellitus Patients Who Received Novel Dose of Silybum Marianum (L.) Gaertn. (Silymarin) Extract Supplement: A Triple-blinded Randomized Controlled Clinical Trial”. Phytomedicine, (44), 39-44. <https://doi.org/10.1016/j.phymed.2018.03.050>

EBRAHİMPUR-KOUJAN, S., GARGARİ, B.P., MOBASSERİ, M., VALİZADEH, H., ASGHARI-JAFARABADİ, M., (2015). “Effects of Silybum Marianum (L.) Gaertn. (Silymarin) Extract Supplementation on Antioxidant Status and hs-CRP in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus: A Randomized, Triple-Blind, Placebo-Controlled Clinical Trial”. Phytomedicine. 22 (2) , 290-6. <https://doi.org/10.1016/j.phymed.2014.12.010>

FAYDAOĞLU, E., SÜRÜCÜOĞLU, M.S., (2011). “Geçmişten Günümüze Tıbbi ve Aromatik Bitkilerin Kullanılması ve Eko-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

nomik Önemi”. Orman Fakültesi Dergisi, 11 (1), 52-67

GÖK, S., ERDOĞDU, Y., PEHLİVAN, E.C., (2019). “Nutrasötik Bir Bitki: Meryemana Dikeni (*Silybum marianum*)”, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

HAYDAROĞLU, S.M., (2009). “Devedikeni ve Yoncanın Anthelmentik Özelliği ve Ekonomik Etkinliği”. Erciyes Üniv Vet Fak Derg, 6 (2), 85-88

HUSEINI, H.F., LARIJANI, B., HESHMAT, R., FAKHRZADEH, H., RADJABIPOUR, B., TOLİAT, T., RAZA, M., (2006). “The Efficacy of *Silybum marianum* (L.) Gaertn. (*silymarin*) in the Treatment of Type II Diabetes: a Randomized, Double-blİnd, Placebo - Controlled Clinical Trial”. *Phytother Res*, 20 (12), 1036-1039. <https://doi.org/10.1002/ptr.1988>

KADİYORAN, C., (2010). Gastrointestinal Maligniteli Hastalıklarda Karaciğer Metastazlarının Manyetik Rezonans ile Saptamasında Gatoksetik Asit ve Gadopentate Dimegluminin Etkinliğinin Karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi, Radyoloji Anabilim Dalı Uzmanlık Tezi, Konya

KIM, J.Y., KIM, J.Y., JENIS, J., LI, Z.P., BAN, Y.J., BAISEITOVA, A., PARK, K.H., (2019). “Tyrosinase Inhibitory Study of Flavonolignans From The

Seeds Of *Silybum marianum* (Milk Thistle)”. *Bioorg Med Chem*, 27 (12) , 2499 - 2507. <https://doi.org/10.1016/j.bmc.2019.03.013>

KIM, M.S., ONG, M., QU, X., (2016). “Optimal Management for Alcoholic Liver Disease: Conventional Medications, Natural Therapy or Combination?”. *World J Gastroenterol*, 22 (1), 8-23. <https://doi.org/10.3748/wjg.v22.i1.8>

KOCAMAN, N., DABAK, D.Ö., (2015). “Hepatoprotektif bir ajan: *Silymarin*”. *Fırat Tıp Dergisi*, 20 (3), 128-132

KOZAN, B.R., (2006) “Biliyer Sistemin Anatomik Varyasyonlarında Manyetik Rezonans Kolanjiyopankreatografi Bulguları” T.C. Sağlık Bakanlığı Fatih Sultan Mehmet Eğitim ve Araştırma Hastanesi Radyoloji Kliniği, uzmanlık tezi, İstanbul

MULROW, C., LAWRENCE, V., JACOBS, B., et al., (2000). “Milk Thistle: Effects on Liver Disease and Cirrhosis and Clinical Adverse Effects: Summary”. *AHRQ Evidence Report Summaries*. Rockville (MD): Agency for Healthcare Research and Quality (US); 1998-2005. 21

ÖZİNAN, L., ALATÜRK, F., GÖKKUŞ, A., (2017). “Meryemana Dikeni [*Silybum marianum* (L.) Gaertner]’nin Silaj Ola-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:502 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

rak Kullanım Olanakları”. Türk Tarım ve Doğa Bilimleri Dergisi, 4 (1), 88–94

POLACHI, N., BAI, H., LI, T., ZHU, Y., WANG, X., LI, S., GU, N., WU, J., ZHANG, Y., ZHOU, S., SUN, H., LIU, C., (2016). “Modulatory Effects of Silybin in Various Cell Signaling Pathways Against Liver Disorders and Cancer”. European Journal of Medicinal Chemistry, 123, 577-595. <https://doi.org/10.1016/j.ejmech.2016.07.070>

POST WHITE, J., LADAS, E.J., KELLY, K.M., (2007). “Advances in the Use of Milk Thistle (Silybum marianum)”. Integr Cancer Ther, 6 (2), 104-9. <https://doi.org/10.1177/1534735407301632>

RADY, M.R., SAKER, M.M., MATTER, M.A., (2018). “In vitro Culture, Transformation and Genetic Fidelity of Milk Thistle”. J Genet Eng Biotechnol, 16 (2), 563-572. <https://doi.org/10.1016/j.jgeb.2018.02.007>

SHARKEY, L., LORING, B., COWAN, M., RILEY, L., KRAKAUER, EL., (2018). “National Palliative Care Capacities Around the World: Result From the World Health Organization noncommunicable Disease Country Capacity Survey”. Palliative Medicine, 32 (1), 106-113. <https://doi.org/10.1177/0269216317716060>

TAO, L., QU, X., ZHANG, Y., SONG, Y., ZHANG, SX . (2019). “Prophylactic Therapy of Silymarin (Milk Thistle) on Antituberculosis Drug-Induced Liver Injury: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials”. Can J Gastroenterol Hepatol, 2019 (3192351) <https://doi.org/10.1155/2019/3192351>

TÜTÜNCÜ, S., ETİLER, N. (2017). “Tıbbın Alternatifi Olmaz! Geleneksel Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları”. Türk Tabipleri Birliği Yayınlar, Ankara

VAN DEEL, E., et al. (2007). “Extracellular Superoxide Dismutase Protects the Heart Against Oxidative Stress and Hypertrophy After Myocardial Infarction”. Free Radical Biology and Medicine, 44 (7), 1305-1313. <https://doi.org/10.1016/j.freeradbiomed.2007.12.007>

VORONEANU, L., NISTOR, I., DUMEA, R., APETRII, M., COVIC, A., (2016). “Silymarin in Type 2 Diabetes Mellitus: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials” Journal of Diabetes Research 3, 1-10. <https://doi.org/10.1155/2016/5147468>

YARDAN, T., EDEN, A.O., BAYDIN, A., ARSLAN, B., VURAL, K., (2008). “Mantar Zehirlenmeleri”. O.M.Ü. Tıp Dergisi, 25 (2), 75–83

EFFECTS OF PROBIOTICS IN PREVENTION AND TREATMENT OF
MICROBIOTA RELATED DISEASES ⁽¹⁾MİKROBİYOTA İLİŞKİLİ HASTALIKLARIN ÖNLENMESİ VE
TEDAVİSİNDE PROBİYOTİKLERİN ETKİLERİ*Ece ATEŞ¹, Burcu YEŞİLKAYA²*¹ *İstanbul Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye*² *Serbest Diyetisyen, İstanbul / Türkiye***ORCID ID: 0000-0001-6754-2144¹, 0000-0001-9986-6119²**

Öz: Mikrobiyota ile ilgili hastalıkların önlenmesi ve tedavisi için faydalı mikroorganizmaların veya “probiyotiklerin” kullanımına ticari ve bilimsel ilgi artmıştır. Bu yararlı mikroorganizmalar, patojenik bakterilerin kolonizasyonunu engeller ve mikrobiyal dengeyi sağlar. Mikrobiyotadaki mikrobiyal denge, bağışıklık sisteminin gastrointestinal sistem dengesi, enerji homeostazi, lipid ve karbonhidrat metabolizması, beyin fonksiyonları ve davranışlarında önemli rol oynar. Probiyotikler çeşitli hastalıklarda enfeksiyon hastalıklarında ve hatta atopik hastalıklarda ve kolorektal kanserde kullanılmıştır. Bu nedenle probiyotik içeren besinleri tüketmek ve probiyotik mikroorganizma içeren besin takviyelerini kullanmak belirli sağlık problemleriyle karşılaşma riskini azaltabilir veya önleyebilir. Probiyotiklerin besinler üzerinde suşa bağlı koruyucu etkisi ve farklı hastalıkları tedavi etme potansiyeli vardır. Diğer yandan hastalıkların önlenmesi ve tedavisinde probiyotikler için etki mekanizmasını somut bir şekilde açıklayan ve olumlu sonuçları klinik denemelerle kanıtlanan birçok çalışmanın yapılması gerekmektedir. Bu derlemenin amacı, hastalıkların önlenmesi ve tedavisinde kullanılan probiyotiklerin belirlenmesi ve probiyotiklerin terapötik potansiyelini ve suş seçim kriterlerini belirlemektir.

Anahtar Kelimeler: Probiyotikler, Lactobacillus, Bifidobacterium, Microbiota, Besinler

Abstract: There is an increasing commercial and scientific interest in the use of beneficial microorganisms, or “probiotics”, for the prevention and treatment of microbiota related diseases. These beneficial microorganisms prevent the colonization of pathogenic bacteria and provide the microbial balance. The microbial balance in the microbiota plays an important role in the function of the gastrointestinal tract balance of the immune system, energy homeostasis, lipid and carbohydrate metabolism, brain functions and behaviors. Probiotics have been used in various diseases to infection diseases and even to atopic diseases and colorectal cancer. Therefore, consuming foods containing probiotics and using food supplements containing probiotic microorganisms can reduce or prevent the risk of encountering certain health problems. Probiotics have strain dependent protective effect on food and potentials for treatment of different diseases. On the other hand, many studies which explain mechanism of action concretely and proven positive results with clinical trials need to be done for probiotics in the prevention and treatment of diseases. The purpose of this review is identification of probiotics which have been used in the prevention and treatment of diseases and determine the therapeutic potential and strain selection criteria of probiotics.

Keywords: Probiotics, Lactobacillus, Bifidobacterium, Microbiota, Nutrients

Doi: 10.17363/SSTB.2020.37.2

(1) *Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Burcu YEŞİLKAYA “Dr. Öğr. Üye, Asist. Prof”, İstanbul Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye, burcuayavunc@hotmail.com, Geliş Tarihi / Received: 08.10.2020, Kabul Tarihi/ Accepted:28.12.2020, Makalenin Türü: Type of article (Derleme / Review) Çıkar Çatışması / Conflict of Interest: Yok / None) Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi - Ethical Board Report or Institutional Approval, Yok/None*



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

INTRODUCTION

World Health Organization (WHO): Health is not just the absence of disease and disability; it has been defined as a physical, spiritual, and social well-being. Human health is under the influence of many factors like nutrition, heredity, and environmental conditions. There is a strong relationship between nutrition and health. Malnutrition reduces body resistance, the probability of contracting diseases increases, and diseases are more severe (Canbulat ve Özcan, 2007: 69-79). It is important that the gastrointestinal system is structurally and functionally normal for a healthy life. Microbiota which consist of a wide variety of bacteria, viruses, and other single-celled in the digestive system has a very important role on the health of people and animals. Human Microbiome Project (HMP) is a study project initiated in 2008 to determine the characteristics of the factors affecting the distribution and evolution of microorganisms that make up the human microbiome and microbiota. Other purposes of the project are to better understand human nutritional needs and to set microbiome-based targets for the production, consumption, and distribution of nutrients. Today, more than 10,000 bacteria and fungi and more than 3000 virus species have been detected in human body. Microbiota has an important role in human, disease and health conditions. The digestive system constitutes a

large part of the microbiota, especially colon due to its large surface area and rich nutrients for microorganisms. The colon contains more than 70% of the microorganisms in our body. The flora of the gastrointestinal tract affects many biochemical, physiological and immunological features of the host (Doğan, 2012: 20-27). In general, the optimum balance in the microbial population in the digestive system is related to good nutrition and health. However, when this balance is disrupted for certain reasons, health problems that may require treatment may arise (İkinci, 2011: 80-83). Studies have reported that probiotic microorganisms positively affect health by restoring intestinal microflora balance and have a therapeutic or protective effect in many diseases (Gülmez ve Güven, 2002: 83-89).

Microbiota

In recent years, the terms microbiota and microbiome are used frequently. Microbiota refers to all the special species that live with humans. Therewithal, microbiome refers to the genes carried by microorganisms living commensally with humans. Human microbiota consists of viruses, fungi and many eukaryotic microorganisms, especially bacteria (Tuğ vd., 2002: 56-57). Also, the bacterial genome is 150 times more than the human genome in the human body. This association of human and microbial genome is called hologenoma. The number of microorganisms is 10



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

times higher than the number of human cells in the human body (Whitman et al., 1998: 6578-6583). Most of the human microbiota is colonized in the digestive system, the skin, reproductive organs, and respiratory system. The digestive system, especially the colon is the largest part of the microbiota. Because it provides appropriate conditions for microorganisms. Intestinal microbiota plays a role in many biochemical processes such as synthesis of some vitamins and cofactors, destruction of short chain fatty acids, conjugated linoleic acid production, digestion of complex polysaccharides, and modulation of the immune system. Disruption or change of the balance in the microbiota for any reason is called dysbiosis. This process has been found associated with many diseases (Altunbaş ve Batman, 2017: 286-296).

Formation of Intestinal Microbiota

Intestinal microbiota is individual specific. Microbiota varies depending on factors such as geographic origin, genetics, mode of delivery, age, lifestyle, nutrition, antibiotic usage, and diseases passage. At birth, the intestines are considered sterile. In recent years, the presence of bacteria has been determined in the intrauterine environment and it is assumed that this colonization is caused by meconium colonization. There are many factors that affect the type and number of bacteria that make up the baby's intestinal flora. External

factors such as whether the mother consumes foods and foods containing probiotic bacteria, the types of birth [vaginal or surgical], gestational age and the initial feeding style of the baby [breast milk or formula], low birth weight babies, antibiotic therapy, preterm birth, geographic region affect the development of bacteria. In addition, internal factors such as the health condition of the newborn baby, immunological status, transit time of the gastrointestinal tract, pH and stress affect the development of bacteria (Dominguez-Bello et al., 2010: 11971-11975). The type of birth is very important in the variation of the intestinal microbiota. Babies born with Caesarean do not pass through the birth canal. So their microbiota development is late and includes more microorganisms from the environment. Bacterias of Klebsiella, Enterobacter and Clostridium genus are dominant. Bifidobacterium amount is low. Therefore, they are more prone to gastrointestinal and immunological disorders (Ventura et al., 2012: 467-476). In the intestinal microbiota of babies, bacterias appear to be similar to the vaginal microbiota in vaginal birth. Diet [breast milk, formula], antibiotic using in the infantile period and hygiene conditions are very effective in shaping the microbiota in the early colonization period after birth (Wall et al., 2009: 4554). In the intestinal flora of breast-fed babies in the first weeks of life, the number of Bifidobacterium increases significantly while the number of E.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

coli and Streptococcus decrease. The intestinal microbiota begins to resemble the gastrointestinal tract microbiota of a young person after the first year of life. The maturation of the gastrointestinal tract microbiota towards the adult-type is reached by the age of 3 years (Özdemir vd., 2017:25-33).

Probiotics and Probiotic Microorganisms

Probiotics are living microorganisms that have many beneficial effects on health when taken in a certain number by digestion. Probiotics were first described by Lily and Stillwell in 1965. The probiotic is derived from the Latin roots “pro” and “bios” and means “for life”. Digestive tract microorganisms or products belonging to these microorganisms that are beneficial to the host’s health. Among the benefits of probiotics; preventing the development and reproduction of pathogens, balancing the intestinal and urogenital system flora after antibiotic treatment, ensuring their reconstruction, relieving lactose intolerance, decreasing serum cholesterol level, preventing colon cancer and activating the immune system (Roberfroid, 2000: 162-168). Microorganisms that are generally included in the scope of probiotics are divided into 3 groups as bacteria, fungi, or yeast. The most common lactic acid bacteria used as probiotics are divided into 6 groups in classification. These are Lactobacillus, Streptococcus, Enterococcus, Leuconostoc, Pediococcus and Bifidobacteri-

um. Other microorganisms used as probiotics besides lactic acid bacteria are Bacillus, Saccharomyces, and Aspergillus (Başyigit, 2004: 96). Among these, Bifidobacterium and Lactobacillus species are the safest and widely used probiotic microorganisms (Blackstone et al., 1981: 366-374). Probiotics used in the clinic consist of Lactobacillus, Bifidobacterium, Streptococcus and Saccharomyces boulardii (Yeşilova, 2010: 49-56). In some products, a few microorganisms are combined. For example, in the product named VSL # 3, four separate Lactobacillus strains [L. casei, L. plantarum, L. acidophilus and bulgaricus strain of L. delbrueckii], three separate Bifidobacterium strains [B. longum, B. breve and B. infantis] and the thermophilus strain of Streptococcus salivarius.

Features of Probiotic Microorganisms

The properties sought in microorganisms used as probiotics must be reliable. They should not cause side effects on humans and animals. They must be stable to metabolized in the intestine without environmental conditions such as low pH, bile salts. Probiotic microorganisms must stick to intestinal cells and colonize. Also, they should have antagonist effect to the carcinogenic and pathogenic bacteria. Therefore, they must produce antimicrobial agents. They must be capable of generating beneficial effects such as increased resistance to diseases in the host. They should



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

be resistant to antibiotics; It can be used to fix the intestinal flora in patients with antibiotic associated diarrhea. Therewithal, they must be suitable for industrial treatment, remain alive and stable for a long time in storage conditions. When added to foods, they should not decrease quality and contain highly live microorganism [16].

Complementary of Probiotics: Prebiotics

The development of probiotics depends on the presence of complex carbohydrates known as oligosaccharides in the environment. Oligosaccharides [short-chain carbohydrates] are known as prebiotics. Prebiotics are defined as low-energy foods that can reach the colon without digesting in the upper gastrointestinal tract, limit the number of pathogenic bacteria in the colon and support the development of probiotic bacteria, can be fermented but not digestible (Gibson and Roberfroid, 1995: 1401-1412).

Postbiotics

Postbiotics are metabolic by-products of probiotics. These metabolites affect health positively, such as short-chain fatty acids. Each of the short chain fatty acids [propionate, acetate and butyrate] have different functions. There are more detail about some postprobiotic and their potential local and systemic positive ef-

fects in the host (Aguilar-Toalá, et al., 2018: 105-114). Propionic acids contributes to the lowering serum LDL levels by inhibiting hepatic fatty acid synthesis. It has important role in controlling hyperlipidemia which is known that the increase in the rate of blood lipid levels because of diabetes and providing healthy blood lipid levels. The low lipid level in the blood reduces the risk of heart disease. Acetate lowers intestinal pH because of it is a strong acid. Pathogenic microorganisms cannot multiply in the acidic environment, while beneficial microorganisms can multiply. Butyrate is the fuel of colon cells, it suppresses the proliferation of cancerous cells, affects colon carcinogenesis, and increases apoptosis of these cells (İkinci, 2011: 80-83).

Use of Probiotics in Microbiota Related Diseases

Many years, it has been known that the probiotic bacterias play an important role in supporting and strengthening the immune system, improving the microbiota. In a research, it has been proven by clinical experiments that probiotic consumption is required to lead a healthier life, increase body resistance and combat intestinal irregularities and diseases (Gülmez vd., 2002: 83-89).



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

CLINICAL RESEARCH CONSEQUENCES

Irritable Bowel Syndrome

Irritable bowel syndrome (IBS) is a common disorder that affects the large intestine. Signs and symptoms include cramping, abdominal pain, gas, bloating, and diarrhea or constipation, or both. Intestinal microflora in IBS patients was found to be different from healthy individuals. Several studies have shown the efficacy of different probiotic species on IBS, *Lactobacillus plantarum* 299v was found to reduce abdominal pain and gas accumulation in IBS. Another study has investigated the effect of *L. plantarum* MF 1298 on IBS treatment. There are no positive effects of *L. plantarum* MF 1298 on IBS symptoms were detected. The recovery time of symptoms was significantly higher in the placebo group than in the *L. plantarum* group (Ligaarden et al., 2010: 6-10). Most randomized, placebo-controlled studies have suggested that *Bifidobacterium* have beneficial effects on IBS symptoms. In a trial with 77 IBS patients, ingestion of *Bifidobacterium infantis* 35624 reduced pain and bowel movement difficulty for 8 weeks (O'Mahony et al., 2005: 541-551). In a different study, the beneficial effects of *Bifidobacterium animalis* DM 173010 (contained in fermented milk) were determined. It has been shown that the quality of life increases in 6 months, and the frequency of

defecation increases in individuals who have less than 3 defecations per week (Guyonnet et al., 2007: 475-486). In a double-blind placebo-controlled study by Kim et al., VSL#3 treatment for IBS *Bifidobacterium* (*B. longum*, *B. infantis*, and *B. breve*); *Lactobacillus* (*L. acidophilus*, *L. casei*, *L. delbrueckii* ssp. *Bulgaricus*, and *L. plantarum*); *Streptococcus* (*salivarius* ssp. *Thermophilus*) efficacy was investigated. VSL#3 had no effect on gastrointestinal and colonic transit or other individual symptoms but reduce abdominal distension (Kim et al., 2003: 895-904).

Infectious Diarrhea

The most fully documented probiotic intervention is the treatment of acute infectious diarrhea. It is viral origin and its incidence is directly related to sanitation and hygiene. The purpose of treating infectious diarrhea are prevent dehydration, shorten the duration of diarrhea and prevent electrolyte imbalance. Therefore, probiotic treatment widely used besides antibiotics, oral and intravenous fluid treatments. Numerous publications on different populations have substantiated the success of specific probiotic strains (Gismondo et al, 1999: 287-292). The European Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) recommends the evaluation of probiotic administration as well as rehydration for the treatment of acute gastroenteritis in children (Sánchez et al., 2017:



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

1-8). In the guidelines developed by the ESPGHAN Working Group (WG) on Probiotics and Prebiotics provide recommendations of probiotics usage for the treatment of acute gastroenteritis, in infants and children. Using of *L. rhamnosus* GG ve *S. boulardii* CNCM I-745 has been suggested in the treatment in addition to early rehydration and avoidance of dietary restrictions. These probiotics have been confirmed to be effective in reducing the duration and severity of symptoms by 50% (Allen et al., 2010: 11)

Antibiotic Associated Diarrhea

Antibiotics can be a very powerful factor causing imbalance of the intestinal microbiota. Antibiotic using is disrupt balance of colonization. As a result, clinical findings such as diarrhea and abdominal pain. The severity of clinical findings depend on the type of antibiotic, its dosage and its effects on the immune system. Therefore, long-term antibiotic treatment causes the development of diarrhea by decreasing the beneficial bacteria and the multiplication of pathogenic bacteria (Erdeve et al., 2005: 1508-1509). In patient with antibiotic associated diarrhea, *Clostridium difficile* multiplies excessively. Two probiotic types such as *Saccharomyces boulardii* CNCM I-745, a mixture of three *Lactobacilli* strains [*L. acidophilus* CL1285 + *L. casei* Lbc80r + *L. rhamnosus* CLR2] and another single strain probiotic (*L. casei* DN114001)

had strong evidence for the prevention. *Saccharomyces boulardii* is effective by binding toxins of *Clostridium difficile* (Erdeve et al., 2005: 1508-1509).

Traveler's Diarrhea

Traveler's diarrhea (TD) is the most predictable travel-related illness. Diarrhea can be seen in travelers who goes to countries with low hygiene and sanitation standards. There are data that probiotics can prevent travelers' diarrhea. Efficacy of the probiotic varies on the strain, traveled region, and the agent that caused the diarrhea. Various studies have been conducted to evaluate prevention of traveler diarrhea with probiotics. In most of these, *Lactobacillus* GG was used, and traveler diarrhea significantly reduced the incidence. In a double-blind, placebo-controlled trial with *S. boulardii*, travelers that taking active yeast preparation, experienced a modest but statistically significant reduction in diarrhea (Goossens et al., 2003: 15-23).

Constipation

Constipation can happen for many reasons, such as when stool passes through the colon too slowly. The slower the food moves through the digestive tract, the more water the colon will absorb and the harder the feces will become. *Bifidobacteria*, *Bacteroides* and *Clostridia* decreased in the fecal flora of individuals with constipation. Therefore, pro-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

biotics are thought to be beneficial in constipation by balancing the flora (Gürsoy et al., 2005: 136-148). There are data that lactic acid bacteria regulate intestinal motility and relieve symptoms of constipation by lowering intestinal pH. Studies have found that the usage of *L. acidophilus* NCFM 1748, *L. casei* and *Lactobacillus GG* (in the fermented whey) has positive effects in treating constipation and alleviating its symptoms. Another studies has been conducted with 45 children with chronic constipation between the ages of 1-10, *L. rhamnosus* was found to be effective in preventing constipation. Organic acids produced by bifidobacterium are thought to promote peristaltic movement of the intestine and support normal bowel movement. It has been observed that patients with constipation, bowel movement improved and the amount of water in the stool increased when they consumed milk and dairy products containing Bifidobacterium. In the intestines of the elderly individuals, lack of Bifidobacterium population is one of the factors causing constipation (Arunachalam, 1999: 1559-1597).

Inflammatory Bowel Disease (IBD)

Inflammatory Bowel Disease (IBD) is chronic and recurrent inflammations that usually occur in the colon and small intestines. Crohn's disease and ulcerative colitis are examples of IBD. The etiology of IBD has not been precisely defined yet. The intestinal microbiota

is considered to be the beginning and center of the disease. It has been reported that probiotic can be used easily. Chronic inflammatory bowel diseases are divided into ulcerative colitis and Crohn's disease (Oktay, 2001: 199-206). Ulcerative colitis: Ulcerative colitis is a chronic disease that causes long-term inflammation of mucosa of the rectum and colon. The dysregulation of the gut microbiota plays an important role in the pathogenesis of UC. Defects in renewal and formation of the inner mucus layer allow bacteria to reach the epithelium and have implications for the causes of colitis. Human-Animal studies show that the rate of beneficial microorganisms decreases in inflammatory bowel diseases. However, beneficial bacteria such as *Lactobacillus* spp. promote inflammation (Bullock et al., 2004: 59-64). Tamaki et al.(2016: 67-74) conducted a randomized, double-blinded, placebo-controlled trial to investigate the efficacy of Bifidobacterium longum 536 supplementation for induction of remission in patients with active ulcerative colitis. 56 patients with mild to moderate UC were enrolled. 17 had proctitis, 3 patients had pancolitis and 36 had left-sided colitis. They treated 56 cases with Bifidobacterium longum 536 supplementation 3 times a day for 8 weeks. In total, 63% of patients receiving BB536 showed clinical remission at week 8 compared to 52% of those receiving placebo. Overall, this study demonstrated that giving BB536, in addition to standard



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

treatment, improved clinical symptoms (rectal bleeding, stool frequency, mucosal findings etc.) and endoscopic findings in patients with mild to moderately active UC (Tamaki et al., 2016: 67-74)

Crohn's disease: Type of inflammatory bowel disease and chronic condition that may recur at various times over a lifetime. It usually involves the small intestine, lower part called the ileum. However, in some cases, both the small and large intestine are affected. Sometimes, inflammation may also affect the entire digestive tract, including the mouth, esophagus, stomach, duodenum, appendix or anus. Symptoms often include diarrhea, fever, weight loss, abdominal pain, anemia, skin rashes, arthritis and tiredness (Wang et al., 2012: 2405-2410). Bacterias are very different in the intestines of individuals with Crohn's disease from normal individuals. Therefore, studies have been considered to bring the flora closer to that of normal individuals using probiotics. The results obtained were not possible in reaching a definitive judgment. After *Saccharomyces boulardii* and antibiotic treatment, VSL # 3 has been able to maintain the remission in some cases. Successful results could not be achieved with *L. rhamnosus* GG (Penner et al., 2005: 1-8). Although there are some studies showing that probiotics have a positive effect on Crohn's patients, it has been shown that they are in-

effective in preventing the acute period. For this reason, probiotics are currently not recommended according to ESPEN guidelines (Ateş-Özcan ve Yeşilkaya, 2019: 309).

Helicobacter Pylori Infection

Helicobacter pylori (*H. pylori*) is a gram (-), microaerophilic bacterium, located in various areas of the stomach and duodenum. *H. pylori* spreads through the contaminated food and juices, saliva, direct mouth-to-mouth contact. Duodenal ulcer, stomach ulcer and stomach cancer may develop because of this (Eshraghian, 2014: 17618-17625). In recent years, *Helicobacter pylori* infection affects more than half of the world's population. Resistant of strains have been developed for common antibiotic using. *L. acidophilus* and *Bifidobacterium* stay alive as they pass through high-acid (pH: 3.0) areas such as the esophagus, stomach, and duodenum. Thus, they can prevent the development of *H. pylori*, which causes peptic ulcer. It has been concluded that it is possible to restore microbial balance and strengthen the immune system by taking probiotics containing *Bifidobacterium* and *Lactobacillus* species (Turgut, 2006: 168). In a meta-analysis evaluating fourteen studies, *H. pylori* positive 1671 adult cases were treated. It was concluded that adding probiotics to the treatment increases the success rate and reduces the side effects of antibiotics. Some trials have examined the potential role



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

of different probiotics in children and yielded conflicting results. In studies, Bifidobacterium animalis, L. Casei and L. Reuteri ATCC 5573 positively affected the treatment, while L. Acidophilus and S. Boulardii were not successful in treatment (Gotteland et al., 2005: 1747-1751).

Oral Health

The main features required for a microorganism to become a mouth probiotic are its ability of stick to the oral cavity and to colonize. Lactobacilli constitute about 1% of the cultivable oral microbiota in humans. The species most found in saliva for instance Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus plantarum, Lactobacillus casei, Lactobacillus salivarius, Lactobacillus rhamnosus and Lactobacillus fermentum (Teapaisan and Dahlen, 2006: 79-83). Probiotic bacteria should be able to stick to the tooth surfaces and join the bacterial communities that make up the biofilm To be useful in preventing or slowing tooth decay. As an example, it has been conducted to help support that cheese can help increase the pH level in the oral cavity by reducing bacteria which in the long term could reduce decay and support remineralization. In a study of 23 bacterial species used in dairy products, it was reported that Streptococcus thermophilus NCC1561 and Lactobacillus lactis NCC2211 bacteria were able to stick to biofilms on the hydroxyapatite surface and prevent the devel-

opment of the cariogenic species of S. sobrinus (Comelli et al. 2002: 218-224). In some other studies, it has been shown that L. rhamnosus and L. casei bacteria can suppress the development of two important pathogens, S. mutans and S. sobrinus, in vivo and in vitro (Meurman et al., 1995: 253-258). Krasse et al. (2006: 55-60) investigated whether L. reuteri has beneficial effect on gingivitis. In this study, the action mechanism of L. reuteri cannot be explained but the researchers focused on three possible causes. First, L. reuteri can secrete Reuterin and Reutericycline stop the development of many pathogens. The second reason is L. reuteri competes with pathogenic microorganisms due to its strong adhesion to the hard tissues of the tooth. The third reason, L. reuteri prevents the secretion of inflammatory cytokines on the intestinal and oral mucosa due to its anti-inflammatory effect. It has the potential to provide beneficial effects to individuals with periodontal disease (Krasse et al., 2006: 55-60).

Lactose Intolerance

Lactose intolerance (LI) is a common digestive disorder which is due to the inability to digest and absorb dietary lactose caused by decreased β -galactosidase activity in the intestine. Lactose consists of two monosaccharides known as glucose and galactose. It is a carbohydrate of milk and cannot be easily metabolized. This causes problems such



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

as gas, abdominal pain, cramping, bloating, nausea, vomiting, diarrhea and fluid loss. Lactose-intolerant individuals can often tolerate yogurt. The reason is beta-galactosidase activity in bacteria of yogurt. There is beta-galactosidase [lactase] enzyme in *S. thermophilus* and *Lactobacillus delbrueckii* subsp. *bulgaricus*, which improves lactose digestion in yogurt. These bacteria are not resistant to bile and stomach acidity. Therefore, they are not expected to live and grow in the intestines. However, it provides the release of β -galactosidase enzyme that will increase bile cell permeability and hydrolysis of lactose because they are resistant to bile salts. *L. acidophilus* and *Bifidobacterium* species can be colonized in the intestines and metabolize lactose easily. Probiotic bacteria such as *L. acidophilus* and *B. bifidum* can reduce the sensitivity to dairy products by creating the enzyme β -galactosidase (Zubillaga et al., 2001: 569-579). Roskar et al. (2017: 1-8) randomized double-blind, placebo-controlled study, probiotic supplements were tried in 44 (test:22, placebo:22) individuals with lactose intolerance. Participants in both groups consumed a capsule containing *Bifidobacterium animalis* IM386 (at least 5×10^9 CFU) and *Lactobacillus plantarum* MP2026 (at least 5×10^9 CFU) twice daily during 6 weeks of treatment. After the 6 weeks of treatment, both groups tended to improve on all symptoms. This result showed a strong

placebo effect on the severity of symptoms during treatment (Roskar et al., 2017: 1-8).

Colorectal Cancer

In Turkey, colorectal cancer is placed in the diagnosis of cancer ranks at the second. The greatest effect of probiotics mechanism is in the intestines. Therefore, studies usually concentrated on colorectal cancer. The findings of some animal studies and in vitro studies have shown that probiotic bacteria reduce the risk of cancer because they prevent mutagenic and genotoxic effects. Diet plays an important role in the development of colorectal cancer. the diet which is poor in fiber and rich in animal source fat, changes the colon flora. *Bifidobacterium* strains are decreasing, while *Clostridium* and *Bacteroides* strains are increasing. Studies in animals have shown that some of *L. acidophilus* and *Bifidobacterium* species can reduce the level of enzymes responsible for the activation of procancerogens and consequently reduce the risk of tumor formation. In a study, it was observed that the bacterial activity changed in the intestines by taking *L. acidophilus* and *Bifidobacterium* in humans. It has been demonstrated that the activity of bacterial enzymes associated with the conversion of procancerogens into carcinogens is reduced. Lactic acid bacteria and fermented milk products have anticarcinogenic activity. Also, *B. longum* and *B. infantis* have antitumor effect (Sağdıç vd., 2004: 221-228).



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

Serum Cholesterol

Cholesterol is an organic substance found in the cell membrane of all living things in the animal. High level of blood cholesterol is an important risk factor for cardiovascular diseases. The most accepted opinion: probiotics are rapidly removed from the intestinal system by breaking bile salts into free acids. Lactic acid bacteria have been found to lower LDL cholesterol and fibrinogen levels, which increase the risk of cardiovascular diseases. There are anti-cholesterol effects of many probiotic bacteria such as *L. acidophilus*, *L. bulgaricus*, *L. reuteri*, *B. bifidum*, *B. longum*, *B. breve*, *B. animalis* and *S. thermophilus* have been demonstrated (Eren, 2009:). Hypercholesterolemic mice were given a low dose of *L. reuteri* for seven days. While cholesterol and triglyceride levels decreased by 38% and 40%, respectively, HDL / LDL ratio increased by 20%. *L. sporogenes* were given to hyperlipidemic patients for three months. Serum cholesterol levels decreased by 32%, LDL levels decreased by 35%. When overweight individuals were given yogurt containing *S. thermophilus* and *E. faecium* for eight weeks (450 ml / day), LDL level decreased by 8.4% (Asgerholm-Larsen et al., 2000: 288-289).

Allergy

An allergy is immune system reacts to a foreign substance, called an allergen. It could be

food, something inhale into the lungs, inject into the body or touch. This reaction could cause coughing, sneezing, itchy eyes, a runny nose and a scratchy throat. In severe cases, it can cause rashes, hives, low blood pressure, breathing trouble, asthma attacks and even death (Thomsen, 2015: 24642). Allergic symptoms and signs can be controlled more quickly when allergic children are given food with *Lactobacillus rhamnosus* GG and *Bifidobacterium lactis* Bb-12 as well as standard allergy treatment. When *L. rhamnosus* GG was given to pregnant women and newborn babies, there was a 50% reduction in atopic eczema compared to those given placebo (Kalliomaki et al., 2001: 1076-1079). Atopic dermatitis is an allergic skin disease called eczema. This condition, disease which is seen in 1-3% of children, is 27% in newborns with an allergic disease in their mother. Some studies have suggested that supplementation of food with *L. rhamnosus* GG may prevent or improve atopic dermatitis in children and cow milk allergy in first 1 year. When pregnant women and newborn babies were given *L. rhamnosus* GG, the rate of atopic dermatitis decreased by 50% in the following period (Capurso, 2019: 1-41).

CONCLUSION

Changing dietary habits and metabolic disorders are becoming more common problems in the world. The most important factor that determines the survival fight against acute



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

and / or chronic diseases is the inflammatory and immune response. The most important immunomodulator in both responses are the large intestine and its flora. Conditions that threaten flora integrity (antibiotics, fiber-free diet) affect the form and degree of the immune response inevitably. The World Health Organization recommended limiting the use of antibiotics in Geneva in 1994 to speed up growth in animals. In humans, vaccines, bacterial relationships, serum therapy and the use of macrophages have been suggested preventing infections by increasing immunity. It has been proven that human and animal model studies that probiotics have many beneficial effects in the organism, especially in the gastrointestinal system. For this reason, the place of probiotic bacteria has become indisputable for treatment of disease and healthy life. Especially, probiotic species belonging to Bifidobacterium and Lactobacillus genus, prebiotics as inulin and oligofructose show significant anticarcinogenic effect. There are clinical studies that include positive results in the prevention of cancer, control of side effects and complications related to cancer treatment. It has been reported that only certain probiotic bacteria show potential activity in the prevention and / or treatment of colorectal cancer. Proven data about probiotic using is very few. However, depending on food and environmental factors, they can repair the damage that occurs in the flora and resist for infections. More studies

are needed for probiotics to be widely used in therapeutic medicine.

REFERENCES

- AGERHOLM-LARSEN, L., RABEN, A., HAULNIK, N., HANSEN, A.S., MANDERS, M., ASTRUP, A., (2000).** Effect of eight week intake of probiotic milk products on risk factors for cardiovascular diseases. *Eur J Clin Nutr*, 54:288-289
- AGUILAR-TOALÁ, J.E., (2018).** Trends in Food Science and Technology, 75:105-114.
- ALLEN, S.J., MARTINEZ, E.G., GREGORIO, G.V., DANS L.F., (2010).** Probiotics for treating acute infectious diarrhoea. *Cochrane Database Syst Rev*, 11:CD003048
- ALTUNBAŞ, Y., BATMAN, A., (2017).** Mikrobiyot ve metabolik sendrom. *Türk Kardiyoloji Derneği Arşivi*, 45(3):286-296. doi: 10.5543/tkda.2016.72461
- ARUNACHALAM, K.D., (1999).** Role of Bifidobacteria in Nutrition, Medicine and Technology. *Nutrition Research*, 19(10), 1559-1597.
- ATEŞ-ÖZCAN, B., YEŞİLKAYA, B., (2019).** Crohn's disease and nutritional therapy. *Türkiye Klinikleri J Health Sci*. 2020;5(2), 306. DOI: 10.5336/healthsci.2019-71838



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

- BAŞYİĞİT, G., (2004).** Bazı Laktik Asit Bakterilerinin Probiyotik Olarak Kullanılma Özellikleri, Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, sayfa: 96, Isparta
- BLACKSTONE, M.O., RIDDELL, R.H., ROGERS, B.H.G., et al., (1981).** Dysplasia-associated lesion or mass [DALM] detected by colonoscopy in long-standing ulcerative colitis: an indication for colectomy. *Gastroenterology*, 80:366-374
- BULLOCK, N.R., BOOTH, J.C., GIBSON, G.R., (2004).** Comparative composition of bacteria in the human intestinal microflora during remission and active ulcerative colitis. *Curr Issues Intest Microbiol*, 5:59-64
- CANBULAT, Z., ÖZCAN, T., (2007).** Bebek Mamaları ve Çocuk Ek Besinlerinde *Lactobacillus rhamnosus* GG Kullanımının Sağlık Üzerine Etkileri. *Uludağ Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 21(1), 69-79
- CAPURSO, L., (2019).** Thirty Years of *Lactobacillus rhamnosus* GG: A Review. *J Clin Gastroenterol*, 53(1):1-41. Doi:10.1097/MCG.0000000000001170
- COMELLI, E.M., Guggenheim, B., Stingle, F., Neeser, J.R., (2002).** Selection of dairy bacterial strains as probiotics for oral health. *Eur J Oral Sci*, 110:218-224
- DOĞAN, M., (2012).** Probiyotik Bakterilerin Gastrointestinal Sistemdeki Etki Mekanizması. *Gıda Teknolojileri Elektronik Dergisi*, 7(1), 20-27
- DOMINGUEZ-BELLO, MG., COSTELLO, E.K., CONTRERAS, M., et al., (2010).** Delivery mode shapes the acquisition and structure of the initial microbiota cross multiple body habitats in newborns. *Proc Natl Acad Sci*, 107:11971-11975
- ERDEVE, O., TIRAS, U., DALLAR, Y., SAVAŞ, S., (2005).** *Saccharomyces boulardii* and antibiotic-associated diarrhoea in children. *Aliment Pharmacol Ther*, 21:1508-1509
- EREN, L., (2009).** Sodyum Aljinatla Kapşülenmiş Bazı Probiyotik Bakterilerin Stirred Tıp Meyveli Yoğurtlarda ve In Vitro Koşullarda Canlı Kalma Sürelerinin Araştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Harran Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, sayfa:78, Şanlıurfa.
- ESHRAGHIAN, A., (2014).** Epidemiology of *Helicobacter pylori* infection among the healthy population in Iran and countries of the eastern Mediterranean region: a systematic review of prevalence and risk factors. *World J. Gastroenterol*, 20 (46), 17618-17625.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

GIBSON, G.R., ROBERFROID, M.B., (1995). Dietary modulation of the human colonic microbiota: introducing the concept of prebiotics. *J Nutr*, 125:1401-1412.

GISMONDO, M.R., DRAGO, L., LOMBARDI, A., (1999). Review of probiotics available to modify gastrointestinal flora. *Int J Antimicrob Agents*, 12:287-292

GUYONNET, D., CHASSANY, O., DUCROTTE, P., PICARD, C., MOURET, M., MERCIER, C.H., et al., (2007). Effect of a fermented milk containing *Bifidobacterium animalis* DN-173 010 on the health-related quality of life and symptoms in irritable bowel syndrome in adults in primary care: a multicentre, randomized, double-blind, controlled trial. *Aliment Pharmacol Ther*, 26:475-486.

GÜLMEZ, M., GÜVEN, A., (2002). Probiyotik, Prebiyotik ve Sinbiyotikler. *Kafkas Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, 8(1), 83-89

GOOSSENS, D., JONKERS, D., STOBBERINGH, E., VAN DEN BOGAARD, A., RUSSEL, M., STOCKBRUGGER, R., (2003). Probiotics in gastroenterology: indications and future perspectives. *Scand J Gastroenterol Suppl*. 239:15-23

GOTTELAND, M., POLIAK, L., CRUCHET, S., BRUNSER, O., (2005). Effect

of regular ingestion of *Saccharomyces boulardii* plus inulin or *Lactobacillus acidophilus* LB in children colonized by *Helicobacter pylori*. *Acta Paediatr*, 94:1747-1751

GÜRSOY, O., KINIK, Ö., GÖNEN, İ., (2005). Probiyotikler ve Gastrointestinal Sağlığa Etkileri. *Türk Mikrobiyol Cem Dergisi*. 35:136-148

İKİNCİ, Ö., (2011). Probiyotik ve Prebiyotiklerin 'Sağlık'lı İşbirliği. *Bilim ve Teknik*, 44(523), 80-83

KALLIOMAKI, M., SALMINEN, S., ARVILOMMI, H., KERO, P., KOSKINEN, P., ISOLAURI, E., et al., (2001). Probiotics in primary prevention of atopic disease: a randomized placebo-controlled trial. *Lancet*, 357:1076-1079

KIM, H.J., CAMILLERI M, MCKINZIE, S., LEMPKE, M.B., BURTON, D.D., THOMFORDE, G.M., et al., (2003). A randomized controlled trial of a probiotic, VSL#3 on gut transit and symptoms in diarrhoea-predominant irritable bowel syndrome. *Aliment Pharmacol Ther*, 17:895-904

KRASSE, P., CARLSSON, B., DAHL, C., PAULSSON, A., NILSSON, A., SINKIEWICZ, G., (2006). Decreased gum bleeding and reduced gingivitis by the pro-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

biotic Lactobacillus reuteri. Swed Dent J., 30:55-60.

LIGAARDEN, S.C., AXELSSON, L., NATERSTAND, K., LYDERSEN, S., FARUP P.G., (2010). A candidate probiotic with unfavourable effects in subjects with irritable bowel syndrome: a randomised controlled trial. BMC Gastroenterol, 10:10-6

MEURMAN, J.H., ANTILA, H., KORHONEN, A., SALMINEN, S., (1995). Effect of Lactobacillus rhamnosus strain GG [ATCC 53103] on the growth of Streptococcus sobrinus in vitro. Eur J Oral Sci, 103:253-258

OKTAY, E., (2001). İnflamatuvar Bağırsak Hastalıkları: Etyopatogenezi, Semptomatoloji, Tanı ve Komplikasyonlar. Gastrointestinal Sistem Hastalıkları Sempozyumu. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Report No:199-206

O'MAHONY, L., MCCHARTY, J., KELLY, P., HURLEY, G.J., LUO, F., CHEN, F., et al., (2005). Lactobacillus and Bifidobacterium in irritable bowel syndrome: symptom responses and relationship to cytokine profiles. Gastroenterology, 128:541-551

ÖZDEMİR, A., BÜYÜKTUNCER, D.Z., (2017). Beslenme ve mikrobiyota ilişkisi.

Journal of Biotechnology and Strategic Health Reserach, 1:25-33

PENNER, R., FEDORAK, R.N., MADSEN, K.L., (2005). Probiotics and nutreuticals: non-medicinal treatments of gastrointestinal diseases. Curr Opin Pharmacol, 5:1-8

ROBERFROID, M.B., (2000). Prebiotics and probiotics. American Journal of Clinical Nutritional, 71:162-168

ROSKAR, I., ŠVIGELJ, K., ŠTEMPELJ, M., VOLFAND, J., ŠTABUC, B., MALOYRH, Š., et al., (2017). Effects of a probiotic product containing bifidobacterium animalis subsp. Animalis IM386 and lactobacillus plantarum MP2026 in lactose intolerant individuals: randomized, placebo-controlled clinical trial. Journal of Functionel Foods, 35:1-8. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jff.2017.05.020>

SAGDIÇ, O., KÜÇÜKÖNER, E., ÖZÇELİK, S., (2004). Probiyotik ve Prebiyotiklerin Fonksiyonel Özellikleri. Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi. 35(3-4), 221-228

SÁNCHEZ, B., DELGADO, S., BLANCO-MIGUEZ, A., LOURENÇO, A., GUEIMONDE, M., MARGOLLES, A., (2017). Probiotics, gut microbiota, and their influence on host health and disease.



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:501 K:504

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

- Moleküler Nutrition and Food Reserach. 61(1), 1-8. Doi: 10.1002/mnfr.201600240
- TUĞ, A., HANCI, İ.H., BALSEVEN A., (2002).** İnsan genom projesi: Umut mu, kabus mu?. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 11:56-57
- TAMAKI, H., NAKASE, H., INOUE, S., KAWANAMI, C., ITANI, T., OHANA, M., KUSAKA, T., et al., (2016).** Efficacy of probiotic treatment with *Bifidobacterium longum* 536 for induction of remission in active ulcerative colitis: A randomized, double-blinded, placebo-controlled multicenter trial. *Dig Endosc.* 28(1), 67-74. Doi:10.1111/den.12553
- THOMSEN, S.F., (2015).** Epidemiology and natural history of atopic diseases. *Eur. Clin. Respir. J.* 2:24642
- TURGUT, T., (2006).** Bazı Probiyotik Bakterilerin Dondurma Üretiminde Kullanım İmkanları, Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, 168, Erzurum
- TEANPAISAN, R., DAHLEN, G., (2006).** Use of polymerase chain reaction techniques and sodium dodecyl sulfate-polycrylamide gel electrophoresis for differentiation of oral *Lactobacillus* species. *Oral Microbiol Immunol.* 21(2), 79-83
- YEŞİLOVA, Y., (2010).** Probiyotikler. Kartal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi, 21(1), 49-56
- VENTURA, M., TURRONI, F., MOTHERWAY, M.O., MACSHARRY, J., VAN SINDEREN, D., (2012).** Host-Microbe Interactions That Facilitate Gut Colonization by Commensal Bifidobacteria, *Trends in Microbiology*, 20(10), 467-476
- WALL, R., ROSS, R.P., RYAN, C.A., et al., (2009).** Role of gut microbiota in early infant development. *Clin Med Pediatr*, 3:4554
- WANG, G.F., REN, J.A., LIU, S., CHEN, J., GU, G.S., WANG, X.B., et al., (2012).** Clinical characteristics of non-perianal fistulating Crohn's disease in China: a single-center experience of 184 cases. *Chinese Medical Journal*, 125 (14), 2405-2410
- WHITMAN, W.B., COLEMAN, D.C., WIEBE, W.J., (1998).** Prokaryotes: the unseen majority. *Proc Natl Acad Sci USA*, 95:6578-6583
- ZUBILLAGA, M., WEILL, R., POSTAIRE, E., GOLDMAN, C., CARO, R., BOC-CIO, J., (2001).** Effect of probiotics and functional foods and their use in different diseases. *Nutr Res*, 21:569-579

COVID-19 SIRASINDA ADOLESANLARDA DEĞİŞEN
YEME ALIŞKANLIKLARI VE YAŞAM TARZI DEĞİŞİKLİKLERİ ⁽¹⁾EATING HABITS AND LIFESTYLE CHANGES IN ADOLESCENT
DURING COVID-19İrem ÇELİKEL¹, Yahya ÖZDOĞAN²¹ Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Y.L., Ankara / Türkiye² Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü,
Ankara / TürkiyeORCID ID: 0000-0002-3837-9090¹, 0000-0002-4697-8042²

Öz: Amaç: Bu çalışma COVID-19 sırasında alınan önlemlerin ve karantina uygulamalarının adolesanlarda değişen yaşam tarzı ve beslenme alışkanlıklarına yönelik etkilerini incelemek amacıyla hazırlanmıştır. **Yöntem:** Bu derleme çalışma, birincil verilerden; yani son bir yıla ait adolesanlarda COVID-19'un etkisine yönelik yapılmış çalışmalardan elde edilmiş ikincil verilerin toplanmasıyla bir araya getirilmiştir. **Bulgular:** Tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 salgını yetişkinler kadar çocukları da önemli ölçüde etkilemiştir. Yapılan karantina uygulamaları; yiyecek erişimi ve tüketimi, açık hava etkinlikleri, seyahat, eğitim hayatı, fiziksel aktiviteye erişim dahil olmak üzere bireylerin günlük rutinleri ve yaşam tarzı davranışları üzerinde ciddi yansımalar yol açmıştır. Adolesanlarda salgının sonuçları değerlendirildiğinde fiziksel aktivite, beslenme alışkanlıkları, uyku düzeni ve ekran süresinde değişikliklerin yaşandığı görülmüştür. Bu nedenle, gençler için pandemi sürecinin etkilerini dikkate almak ve değişen yaşam tarzı değişikliklerini araştırmak önemli görülmektedir. **Sonuç:** COVID-19 salgını dünya çapında milyonları enfekte etmiş ve özellikle adolesan dönemde önemli yaşam tarzı değişikliklerine yol açmıştır. Hem salgın sırasında hem de salgın neticesinde olası yan etkileri azaltmak ve koruyucu sağlık hizmetlerini geliştirmek adına diyetisyenlerin, halk sağlığı uzmanlarının adolesan dönemdeki çocuklara ve ailelere yönelik eğitimler vermesinin etkili olacağı düşünülmüştür. Mevcut literatürün büyük bir kısmının şu anda anket verilerinden veya yorum tartışmalarından oluştuğu düşünüldüğünde, yaşam tarzı değişikliklerinin nesnel ölçülerle incelendiği daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, Koronavirüs, Adolesan, Yeme Alışkanlıkları, Yaşam Tarzı

Abstract: Aim: This study was prepared to investigate the effects of was taken the prevention and quarantine practices during COVID-19 pandemic on lifestyle changes and eating habits of adolescents. **Methods:** This review is from primary data; in other words, by collecting secondary data obtained from studies conducted on the effect of COVID-19 on adolescents for the last year. **Results:** The COVID-19 epidemic which has affected the whole world, has significantly affected children as well as adults. Quarantine process has affected to food access and consumption, outdoor activities, travel, education and access to physical activity. This situation has caused serious reflections on the daily routines and lifestyle behaviors of individuals. It was observed that there were change in physical activity, eating habits, sleep patterns and screen time when the results of the epidemic were evaluated. Therefore, it seems important for young people to consider the effects of the pandemic process and to investigate the changing lifestyle changes. **Conclusion:** The COVID-19 epidemic which has affected the whole world, has significantly affected children as well as adults. It was thought that it would be effective for dieticians and public health specialists to provide trainings for children and families in adolescence in order to reduce possible side effects and improve preventive health services both during and after the epidemic. Given that much of the current literature currently consists of survey data or comment discussions, further research is needed to examine lifestyle changes with objective measures.

Keywords: COVID-19, Coronavirus, Adolescent, Eating Habits, Lifestyle

Doi: 10.17363/SSTB.2020.37.3

(1) Sorumlu Yazar, Corresponding Author: İrem ÇELİKEL "Öğrenci, Student", Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Y.L., Ankara / Türkiye, dyt.iremcelikel@gmail.com, Geliş Tarihi / Received: 09.10.2020, Kabul Tarihi / Accepted: 28.12.2020, Makalenin Türü: Type of article (Derleme / Review) Çıkar Çatışması / Conflict of Interest: Yok / None Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi - Ethical Board Report or Institutional Approval, Yok/None

(Not: Yayın Kurulumuz ve Alan Editörlerimiz tarafından bu çalışmanın ilgili danışman hocanın kontrolünde çalışmanın izlendiği ve kontrol edildiğine yönelik bilgi sahibidir. Bu nedenle çalışma ilgili çalışmanın danışmanı tarafından kontrol edilerek dergimize gönderilmiş ve izlenmiştir)



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

GİRİŞ

2019 yılından beri gündemimizde olan Koronavirüs hastalığının (COVID-19) ilerlemesini yavaşlatmak için ülkeler sosyal izolasyona ihtiyaç duymuş ve bu durum günlük aktivitelerin aksamasına neden olmuştur. Virüsün yayılmasını engellemeye yönelik temel önlemlerden biri olan karantina uygulamaları, tüm kıtalardaki ülkeler tarafından desteklenmiş olup; ek olarak, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) sağlıklı bir yaşam tarzının hastalığın önlenmesinde ve tedavisinde yardımcı olabileceğini önermiştir. Bu sebeple de karantina uygulamaları sırasında birçok ülke, yaşam tarzı alışkanlıklarında değişikliklere yol açan olumsuzluklardan kaçınmak için özellikle sağlıklı gıda tüketimi ve fiziksel aktiviteye yönelik öneriler geliştirmiştir (Scarmozzino ve Visioli, 2020).

Yetişkinliğe geçişte önemli bir basamak olan adolesan dönem çeşitli psikolojik ve sosyal değişikliklerin meydana geldiği insan gelişiminin önemli bir aşamasıdır. Aynı zamanda adolesan dönem, sosyal çevre ile etkileşimin bireyin yetişkin dönemde yaşamına taşıdığı yeteneklerini şekillendirdiği dinamik bir gelişme ile karakterizedir (Ruiz-Roso et al., 2020). Bu dönemde bireyler, gelecekteki yaşam sağlığının ve refahın temeli olan fiziksel, bilişsel, duygusal, sosyal ve ekonomik kaynakları edinir. Kısacası bugün adolesan dönemin sağlığına ve refahına yapılan yatırımlar,

önümüzdeki yıllarda ve gelecek nesillerde faydalar sağlamaktadır (Wu et al., 2017).

COVID-19 salgınının mevcut senaryosu ve çeşitli ülkeler tarafından alınan sosyal izolasyon önlemleri göz önüne alındığında, adolesanlar arasında yeme alışkanlıklarının ve yaşam tarzı değişikliklerinin araştırılmasına, gelecekteki kronik hastalıkların önlenmesinde ve potansiyel risk faktörlerinin belirlenmesi amacıyla ihtiyaç vardır. Bu sebeple çalışmanın amacı COVID-19 sırasında alınan önlemlerin ve değişen yaşam tarzlarının adolesanlarda beslenme alışkanlıklarına yönelik etkisini araştırmak ve değişen sağlık politikalarına yönelik bakış açısı sunmaktır. Bu derleme makalede adolesanlarda COVID-19 salgınında alınan önlemlerin etkileri; beslenme alışkanlıkları, uyku süresi, fiziksel aktivite, ekran süresi başlıkları altında değerlendirilmiş ve konu kanıta dayalı bilgiler eşliğinde tartışılmıştır.

YÖNTEM

Bu derleme çalışmada, birincil verilerden elde edilen ikincil veriler yani; adolesanlarda son bir yıla ait COVID-19'un etkisine yönelik yapılmış çalışmaların sonuçları değerlendirilmiştir. Bu verilerin elde edilmesinde, "COVID-19, koronavirüs, adolesan, yeme alışkanlıkları, yaşam tarzı, obezite" ve "coronavirus, adolescent, eating habits, lifestyle, obesity vb." gibi Türkçe ve İngilizce



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

anahtar kelimeler kullanılarak yapılan ulusal ve uluslararası literatür taramasından yararlanılmıştır. COVID-19 salgını neticesinde adolesanlarda beslenme, fiziksel aktivite, uyku ve ekran süresindeki değişikliklerin ne yönde olduğu yapılan çalışmalar yardımı ile incelenmiştir. COVID-19'un henüz çok yeni bir salgın olarak dünya gündemini meşgul etmesi sebebiyle, yapılan çalışmaların bir araya getirilip değerlendirildiği makale sayısının yetersiz olduğu görülmüştür. Çalışmada kaynak taramasında dikkat edilen noktalar ve kısıtlılıklar bu şekilde ifade edilebilir. Yapılan çalışmaların her geçen gün artması ve yeni bilgiler eklenmesi mevcut durumun tespiti açısından önem arz etmektedir.

BULGULAR

COVID-19 salgını neticesinde yapılan araştırmalar her ne kadar yetişkinlere yönelik olsa da adolesanlar için de oldukça endişe verici sonuçlara neden olabilmektedir. Yapılan karantina uygulamaları, yiyecek erişimi ve tüketimi, açık hava etkinlikleri, seyahat, okul-la ilgili işlevler ve birçok egzersiz biçimine erişim dahil olmak üzere bireylerin günlük rutinleri ve yaşam tarzı davranışları üzerinde ciddi yansımalar yol açmaktadır (Hossain, Sultana ve Purohit, 2020). Bu gibi durumlar dünya genelinde 150 milyondan fazla çocuk ile adolesanların daha çok kapalı alanlarda vakit geçirmesine, fiziksel aktivitelerinin azalmasına, uyku ve beslenme alışkanlıkla-

rının değişmesine, ekran maruziyetlerinin artmasına neden olmuştur (Scully, Dixon ve Wakefield, 2009). Bu nedenle, gençler için pandemi sürecinin etkilerini dikkate almak ve değişen yaşam tarzı değişikliklerini araştırmak önemlidir.

Azalan Fiziksel Aktivite

Çocukluk döneminde olduğu kadar adolesan dönemde de büyüme ve gelişme sırasında sağlığın korunması için adolesanların fiziksel olarak aktif kalmaları gerekir. Fiziksel aktivite günlük enerji harcamasına katkıda bulunarak kas kütlelerini artırır. Böylece enerji alımını dengeler; metabolik ve psikolojik profilleri iyileştirir (Kohl ve Cook, 2013).

Pandemi sürecinde azalan fiziksel aktivite kayıtları neticesinde İtalya'da yapılan bir çalışma ile evde çocuk ve adolesanlara yönelik fiziksel aktivite, oyun önerileri yayınlanmış ve bu konuda önlemler alınmıştır. Çalışmada yapılan program sayesinde aktivite ve oyunların adolesanlarda karantina kurallarıyla başa çıkmalarına yardımcı olacak olumlu duygulara, stres tepkilerine, kilo kontrolüne ve sağlıklarına katkıda bulunabileceği belirtilmiştir (Calcaterra, Vandoni, Pellino ve Cena, 2020).

Pandemi, toplumlarda gelecekte daha az fiziksel aktiviteye yol açabilecek yapısal değişiklikleri beraberinde getirmiş ve bu durum da yeni yaklaşımları beraberinde gerektirmiş-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

tir. Örneğin fiziksel aktivite değerlendirilirken ‘fiziksel okuryazarlık’ kavramı da önem kazanmıştır. Fiziksel okuryazarlık, insanların yaşam boyu fiziksel aktiviteye katılmak için değer vermeleri ve fiziksel aktivite yapmaları için gereken motivasyon, güven, fiziksel yeterlilik, bilgi olarak tanımlanmıştır. COVID-19’dan sonra büyük oranda evlerinden eğitime devam eden çocuklara ve adolesan döneme yönelik olarak da çalışmalar geliştirilmiş ve bu yönde teknolojik araçlardan da yararlanılmıştır. Örneğin Kanada’da ‘PLAYBuilder’ programı¹ ile koronavirüs salgını sırasında çocukları aktif ve zihinsel olarak meşgul tutmak için evde gerçekleştirilebilecek aktiviteler sunan bulut tabanlı bir sistem geliştirilmiştir. Benzer şekilde İngiltere’de ‘SIMPLE Movement’² Programı ile hem ebeveynlere hem de gençlere yönelik eğitimler verilerek gençlerin spor faaliyetlerine katılımlarını arttırmak amaçlanmıştır (Shahidi, Stewart Williams ve Hassani, 2020).

Değişen Beslenme Alışkanlıkları

COVID-19 öncesinde yapılan çalışmalarda veriler çocukların sağlıksız kilo alımının okul yılı içinde değil, daha çok okula gitmedikleri yaz aylarında gerçekleştiğini göstermiştir (Franckle, Adler ve Davison, 2014; Wang, Vine, Hsiao, Rundle ve Goldsmith, 2015). Özellikle von Hippel ve ark. (2016)

yapmış olduğu çalışmada 3 yıl boyunca öğrenci ağırlığında obezite prevalansındaki artışlar belgelenmiş, bu artışların sadece yaz tatili sırasında meydana geldiği belirtilmiştir.

Son zamanlarda ise karantina sürecinin evde kalan çocuk ve ergenlerde işlenmiş ve aşırı kalorili besinlerin tüketiminin yeme alışkanlıklarını kötüleştirdiği çalışmalarda belirtilmiştir (Rundle et al., 2020). Her ne kadar COVID-19 enfeksiyonu herhangi bir gıda veya diyet takviyesi ile önlenemese de enfeksiyon öncesinde, sırasında ve sonrasında iyi beslenme güçlü bir bağışıklık sistemini desteklemenin en önemli parçasıdır (Wang et al., 2015).

Pietrobelli ve ark. (2020) karantina sürecinde obez ergenlerde görülen yaşam tarzı değişikliklerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmaya İtalya’nın Verona kentinde bulunan 41 obez çocuk ve ergen katılmıştır. Çalışmanın verileri 3 hafta içinde toplanmış ve katılımcılara beslenme, fiziksel aktivite, uyku davranışlarını içeren yaşam tarzı bilgileri karantina öncesi ve sonrası olmak üzere sorulmuştur. Çalışma sonucunda sebze alımında herhangi bir değişiklik olmazken meyve tüketimi önemli ölçüde artmıştır. Ayrıca patates çipsi, kırmızı et ve şekerli içecek alımında da önemli ölçüde artışlar gözlemlenmiştir. Çalışmanın bir diğer çıktıları olan spor aktivitelerinde geçirilen süre azalmış, uyku ile ekran süresi ise artmıştır. Çalışmanın sonunda COVID-19 pandemisinin, doğrudan viral enfek-

1 <https://sportforlife.ca/>

2 <https://www.simplephysicalliteracy.com/>



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

siyonun ötesine uzanan yan etkileri olduğu belirtilmiş, karantina sürecinin obezitesi olan gençler üzerindeki zararlı yaşam tarzı etkilerini değerlendirmenin faydasından bahsedilmiştir.

İspanya, İtalya, Brezilya, Kolombiya ve Şili'den 820 ergen ile gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise COVID-19 salgını sırasında 10 ila 19 yaş arasındaki ergenlerde beslenme değişikliklerini incelemek, bunları normal diyetleriyle karşılaştırmak amaçlanmıştır. Çalışmanın sonucunda ergenlerinin sebze ve meyve tüketim alışkanlıklarındaki değişiklikleri özellikle vurgulanmış olup, karantina öncesi her gün sebze meyve tüketen ergenlerin oranı %35,2; karantina sonrası ise bu oran %43 bulunmuştur. Benzer şekilde, ergenlerin yalnızca %25,5'i COVID-19'dan önce günde en az bir meyve tüketirken; karantina sonrası bu oran %33,2 bulunmuştur. Bu sonuçlar yiyecek içecek satışının azalması ve nüfusun evde yemek pişirmek için daha fazla zamana sahip olması şeklinde yorumlanmıştır. Ek olarak, COVID-19 salgını sırasında ergenlerde fast food alımının önemli ölçüde arttığı bildirilmiştir. Pandemiden önce ergenlerin sadece %44,6'sı haftada bir kereden fazla fast food tüketirken, bu rakam pandemi sırasında %64'e yükselmiştir. Benzer şekilde kızartılmış ve tatlı yiyecek alımları önemli ölçüde artmış olup ergenlerin %14'ü, COVID-19'dan önce her gün tatlı yiyecek tüketirken

bu oran salgın sırasında %20,7'ye yükselmiştir. Çalışmada bu sonuçların, karantina sürecinin ergenlerde can sıkıntısı ve stres nedeniyle düzensiz yeme alışkanlıklarına ve sık atıştırmaya yol açabileceğini öne süren önceki çalışmaları doğruladığı belirtilmiştir (Ruiz-Roso et al., 2020).

Değişen Uyku Düzeni

Uyku, günümüzde sağlıklı yaşamın önemli bir bileşeni olarak kabul edilmekte ve uykusuzluk durumunda adolesanlarda huzursuzluk, dikkat güçlükleri ve hafıza sorunları görülebilmektedir. Ayrıca yetersiz uykunun, yüksek tansiyon, obezite, depresyon ve diyabet riskini arttıracak da çalışmalarda yer edinmiştir. Amerikan Uyku Tıbbı Akademisi, 6 ila 12 yaşındakilerin 9 ila 12 saat ve gençlerin 8 ila 10 saat uyku almalarını önermektedir (Stern, Wagner ve Thompson, 2020).

Nisan 2020'de gerçekleştirilen 600 kişiden oluşan bir çalışmanın katılımcıları 10-19 yaş arası bireylerden seçilmiştir. Araştırmanın verileri telefon görüşmeleri neticesinde elde edilmiş olup Filistin'deki ergenlerin COVID-19 süresince beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıkları değerlendirilmek istenmiştir. Çalışmanın sonunda, 448 kişi (%74,7) karantina sırasında öncesine göre televizyon seyretmek (1-3 saat) ve bilgisayar / tablet/ cep telefonu kullanmak (4 ve üzeri saat) için daha fazla zaman harcadığını bildirmiştir. Ayrıca



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

karantina öncesi günlük ortalama uyku saati dokuz olarak belirlenmiş olup 418 kişi (%69,7) salgın sonrasında bu süreden daha fazla uyuduğunu bildirmiştir (Allabadi et al., 2020).

COVID-19 salgınından Çinli ergenler ve genç yetişkinler arasındaki uykusuzluk semptomlarının yaygınlığını ve sosyo-demografik ilişkilerini değerlendirmek yapılan bir başka çalışmada 11.835 ortaokul, lise ve üniversite öğrencisi çevrimiçi ankete katılmaya dahil edilmiştir. COVID-19'dan önce Çinli ergenlerde uykusuzluk semptomlarının yaygınlığı %3,4 ile %12,2 arasında değişmektedir ve uykusuzluk belirtileri yaşayan Çinli genç yetişkinlerin yüzdesi %20,3'tür. Çalışmanın sonunda örneklemin %23,2'si uykusuzluk belirtileri yaşarken, sırasıyla ortaokul, lise öğrencileri ve üniversite öğrencilerinin %18,0'ı, %25,3'ü ve %25,7'si uykuda zorluk yaşamıştır. Buna ek olarak lise son sınıf öğrencileri için uyku süresinin en kötü olduğu ve lise öğrencilerinin yarısından fazlası gecede 7 saatin altında uyuduğu belirlenmiştir (Zhou et al., 2020).

Ekran Süresinde Artış

COVID-19 sırasındaki mevcut yasalar ve politikalar göz önüne alındığında eğitim ve sosyalleşmenin yeni bir yolu olan ekran süresindeki artışlar kaçınılmaz olmaktadır. Bu durumun faydası kadar zararları da önemlidir.

Her ne kadar sosyal medya, çocukların ve ergenlerin sosyal mesafeyi uygularken arkadaşları ile bağlantıda kalmaları için ideal bir platform olarak görülse de COVID-19'dan önce yapılan bir çalışmada günlük 2 saatten az sosyal medya kullanımının lise öğrencilerinde yüksek düzeyde okula başarısı ile ilişkili olduğunu belirtilmiştir (Sampasa-Kanyinga, Chaput ve Hamilton, 2019).

Kuzey Amerikalı çocukların (6-11 yaş) yaklaşık yarısı COVID-19'dan önce günde 2 saatten fazla ekran (ör. TV izleme, video oyunları oynama, sosyal medyada gezinme) maruziyetinde kalırken COVID-19 başlangıcından itibaren kanıtlar ekran süresinde büyük (%20-66) artışlar olduğunu göstermiştir (Fakhouri, Hughes, Brody, Kit ve Ogden, 2013; Guan et al., 2020; Salmon, Tremblay, Marshall ve Hume, 2011).

2427 Çinli çocuk ve ergenlerle (6-17 yaş arası) yapılan bir ankette ise, COVID-19 öncesi (Ocak 2020) ve sonrasında (Mart 2020) ekran süresi değerlendirildiğinde yaklaşık haftada 30 saat artış bildirilmiştir. Ayrıca toplam ekran süresinde ise %23,6 artış bulunmuştur (Xiang, Zhang ve Kuwahara, 2020).

Covid-19 Sırasında Adölesanlara Yönelik Öneriler

Pandemi hızla kötüleşerek küresel bir krize dönüştüğü için, çeşitli ulusal ve yerel halk sağlığı otoriteleri ve uluslararası kuruluşlar



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

(özellikle WHO)³ düzenli olarak güncellenmiş ve COVID-19 tavsiyeleri sunmuştur.

1. Multidisipliner ekipler (diyetisyenler, halk sağlığı uzmanları, akademisyenler) adolesanlar için teknolojik alt yapıları kullanarak çevrimiçi randevular yapmalıdır.
2. Sağlıklı yiyecekler karantina sırasında artırılmalı, aşırı işlenmiş gıdalardan kaçınılmalı, evde pişirme tavsiye edilmeli ve ev yapımı yiyeceklerin tüketimi artırılmalıdır.
3. Karantina sırasında fiziksel egzersiz şarttır. Evde kalan ergenler için fiziksel aktiviteyi arttıran ve internet üzerinden kolay erişim sunan birkaç özel çevrimiçi kanal ya da dijital egzersiz uygulamaları kullanılmalıdır.
4. Karantina ve önlemler evde geçirilen zamanın artmasına, daha uzun ekran süresine ve uyku sorunlarına neden olabilir. Bu sırada uykunun düzenlenmesi ve ekran süresi ebeveyn kontrolü ile güçlendirilmelidir.
5. Eğitim ve sağlık departmanları, evde gençleri motive etmek için egzersiz rehberleri geliştirmeli ve bunun için üniversiteler ile birlikte çalışmalıdır.

6. Mahalle düzeyinde çocuklar ve gençler için sosyal mesafenin korunmasına dikkat edilerek belirli açık hava etkinlikleri düzenlenmelidir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

COVID-19 salgını dünya çapında milyonları enfekte etmiş ve tahminen 1,5 milyar çocuk ve ergen, okulların kapanmasının ardından uzaktan eğitime geçiş yapmıştır. Bu süreçte yapılan çalışmalar, COVID-19'un yayılmasını azaltmak için gereken sosyal kısıtlamaların hareketsiz davranışı artırdığını, bozulmuş uyku düzenine sebep olduğunu, dengesiz ve sağlıksız beslenme alışkanlıklarının yaygınlaştığını göstermiştir. Bu sebeple yaşam tarzı değişikliklerinde kalıcı önemli stratejiler geliştirilmeye başlanmıştır. Mevcut literatürün büyük bir kısmının şu anda anket verilerinden veya yorum tartışmalarından oluştuğu düşünüldüğünde, yaşam tarzı değişikliklerini nesnel ölçülerle inceleyen daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir. Özellikle, bu küresel sağlık krizi muhtemelen 2022'e kadar devam edeceğinden, COVID-19 ile yaşam tarzı aktiviteleri arasındaki etkileşimlerin ergenlerde 24 saat boyunca dikkate alınması kritik bir ihtiyaç haline gelmektedir. Bu tür araştırmaların, uzaktan veya hibrit (bazı yüz yüze eğitim) öğrenmenin devamı konusunda rehberlik arayan birçok ebeveyn rehberlik edeceği düşünülmektedir. Bununla birlikte diyetisyenler ve halk sağlığı uzmanları tara-

3 <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/healthy-parenting>



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

findan hem COVID-19 salgını süresince hem de hastalık sonrası salgının olası etkileri göz önüne alınarak özellikle adolesan dönemdeki çocuklara ve ailelerine yönelik eğitimler verilmelidir.

KAYNAKÇA

ALLABADI, H., DABIS, J., AGHABEKI-AN, V., KHADER, A., KHAMMASH, U., (2020). Impact of COVID-19 lockdown on dietary and lifestyle behaviours among adolescents in Palestine. *Dynamics of Human Health*

CALCATERRA, V., VANDONI, M., PELLINO, V.C., CENA, H., (2020). Special Attention to Diet and Physical Activity in Children and Adolescents With Obesity During the Coronavirus Disease-2019 Pandemic. *Frontiers in Pediatrics*, 8, 407. doi:10.3389/fped.2020.00407

FAKHOURI, T.H.I., HUGHES, J.P., BRODY, D.J., KIT, B.K., OGDEN, C.L., (2013). Physical activity and screen-time viewing among elementary school-aged children in the United States from 2009 to 2010. *JAMA Pediatrics*. doi:10.1001/2013.jamapediatrics.122

FRANCKLE, R., ADLER, R., DAVISON, K., (2014). Accelerated weight gain among children during summer versus school year and related racial/ethnic disparities:

A systematic review. *Preventing Chronic Disease*, 11(12), 1–10. doi:10.5888/pcd11.130355

GUAN, H., OKELY, A.D., AGUILAR-FARIAS, N., DEL POZO CRUZ, B., DRAPER, C.E., EL HAMDouchi, VELDMAN, A., (2020). Promoting healthy movement behaviours among children during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Child and Adolescent Health*. doi:10.1016/S2352-4642(20)30131-0

HOSSAIN, M.M., SULTANA, A., PUROHIT, N., (2020). Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: a systematic umbrella review of the global evidence. *Epidemiology and Health*. doi:10.4178/epih.e2020038

KOHL, H.W., COOK, H.D., (2013). Educating the student body. *Educating the Student Body*. doi:10.17226/18314

PIETROBELLI, A., PECORARO, L., FERRUZZI, A., HEO, M., FAITH, M., ZOLLER, T., ... HEYMSFIELD, S.B., (2020). Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity*. doi:10.1002/oby.22861

RUÍZ-ROSO, M.B., DE CARVALHO PADILHA, P., MATILLA-ESCALANTE,



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

- D.C., BRUN, P., ULLOA, N., ACEVEDO-CORREA, D., DÁVALOS, A., (2020).** Changes of physical activity and ultra-processed food consumption in adolescents from different countries during covid-19 pandemic: An observational study. *Nutrients*, 12(8), 2289. doi:10.3390/nu12082289
- RUIZ-ROSO, M.B., PADILHA, P., DE, C., MANTILLA-ESCALANTE, D.C., ULLOA, N., BRUN, P., ACEVEDO-CORREA, D., DÁVALOS, A., (2020).** Covid-19 confinement and changes of adolescent's dietary trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. *Nutrients*. doi:10.3390/nu12061807
- RUNDLE, A.G., PARK, Y., HERBSTMAN, J.B., KINSEY, E.W. WANG, Y.C., (2020).** COVID-19–Related School Closings and Risk of Weight Gain Among Children. *Obesity*. doi:10.1002/oby.22813
- SALMON, J., TREMBLAY, M.S., MARSHALL, S.J., HUME, C., (2011).** Health risks, correlates, and interventions to reduce sedentary behavior in young people. *American Journal of Preventive Medicine*. doi:10.1016/j.amepre.2011.05.001
- SAMPASA-KANYINGA, H., CHAPUT, J.P., HAMILTON, H.A., (2019).** Social Media Use, School Connectedness, and Academic Performance Among Adolescents. *Journal of Primary Prevention*. doi:10.1007/s10935-019-00543-6
- SCARMOZZINO, F., VISIOLI, F., (2020).** Covid-19 and the subsequent lockdown modified dietary habits of almost half the population in an Italian sample. *Foods*, 9(5), 675. doi:10.3390/foods9050675
- SCULLY, M., DIXON, H., WAKEFIELD, M., (2009).** Association between commercial television exposure and fast-food consumption among adults. *Public Health Nutrition*. doi:10.1017/S1368980008002012
- SHAHIDI, S.H., STEWART WILLIAMS, J., HASSANI, F., (2020).** Physical activity during COVID-19 quarantine. *Acta Paediatrica, International Journal of Paediatrics*. doi:10.1111/apa.15420
- STERN, M., WAGNER, M.H., THOMPSON, L.A., (2020).** Current and COVID-19 Challenges with Childhood and Adolescent Sleep. *JAMA Pediatrics*, 174(11), 2020. doi:10.1001/jamapediatrics.2020.2784
- VON HIPPEL, P.T., WORKMAN, J., (2016).** From Kindergarten Through Second Grade, U.S. Children's Obesity Prevalence Grows Only During Summer Vacations. *Obesity*. doi:10.1002/oby.21613



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

WANG, Y.C., VINE, S., HSIAO, A., RUNDLE, A., GOLDSMITH, J., (2015). Weight-Related Behaviors When Children Are in School Versus on Summer Breaks: Does Income Matter? *Journal of School Health*. doi:10.1111/josh.12274

WU, X.Y., HAN, L.H., ZHANG, J.H., LUO, S., HU, J.W., SUN, K., (2017). The influence of physical activity, sedentary behavior on health-related quality of life among the general population of children and adolescents: A systematic review. *PLoS ONE*, 12(11). doi:10.1371/journal.pone.0187668

XIANG, M., ZHANG, Z., KUWAHARA, K., (2020). Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. *Progress in*

Cardiovascular Diseases. doi:10.1016/j.pcad.2020.04.013

ZHOU, S.J., WANG, L.L., YANG, R., YANG, X J., ZHANG, L.G., GUO, Z.C., CHEN, J.X., (2020). Sleep problems among Chinese adolescents and young adults during the coronavirus-2019 pandemic. *Sleep Medicine*. doi:10.1016/j.sleep.2020.06.001

İNTERNET KAYNAKLARI

<https://sportforlife.ca/> (E.T. 03/12/202)

<https://www.simplephysicalliteracy.com/> (E.T. 03/12/202)

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/healthy-parenting> (E.T. 03/12/202)



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

EXTENDED ABSTRACT

Introduction: Coronavirus disease (COVID-19) has been on our agenda since 2019. Countries have needed social isolation to slow the progression of the disease, which has caused daily activities to be disrupted. Quarantine is one of the main measures to prevent the spread of the virus and quarantine practices have been supported by countries on all continents. Additionally, the World Health Organization (WHO) has suggested that a healthy lifestyle can help prevent and treat the disease. For this reason, during quarantine practices, many countries wanted to avoid adversities that led to changes in lifestyle habits, and countries developed initiatives specifically for healthy food consumption and physical activity (Scarmozzino & Visioli, 2020). Adolescence is an important step in the transition to adulthood and is an important stage of human development where various psychological and social changes occur during this period. At the same time, adolescence is characterized by a dynamic development in which interaction with the social environment shapes the abilities that the individual carries into adult life (Ruíz-Roso et al., 2020). In this period, individuals acquire physical, cognitive, emotional, social and economic resources that are the basis of future life health and well-being. In short, investments in the health and well-being of adolescents today will bring benefits for the coming decades and the next generation (Wu et al., 2017). **Aim:** The aim of the study is to investigate the effects of the measures taken during COVID-19 and the changing lifestyles on the eating habits of adolescents and to provide perspectives on changing health policies. **Method:** In this review study, secondary data obtained from primary data were evaluated. In other words, the results of the studies conducted on the effect of COVID-19 in adolescents for the last year were evaluated. This review article was created as a result of the national and international literature review using the keywords “coronavirus, adolescent, eating habits, lifestyle, obesity”. As a result of the COVID-19 epidemic, the changes in nutrition, physical activity, sleep and screen time in adolescents have been examined with the help of studies. Since COVID-19 is still occupying the world agenda as a very recent epidemic, it has been observed that the number of articles in which the studies have been brought together and evaluated are insufficient. Considerations and limitations in the literature review can be expressed in this way. Increasing studies and adding new information are important in terms of determining the current situation. **Finding and Results:** Although the studies conducted as a result of the COVID-19 outbreak are aimed for adults, it can cause quite alarming results for adolescents. With quarantine, food access and consumption, outdoor activities, travel, school-related functions, and access to many forms



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

of exercise are restricted. This situation causes serious reflections on the daily routines and lifestyle behaviors of individuals (Hossain, Sultana, & Purohit, 2020). Such situations have caused more than 150 million children and adolescents to spend more time indoors, decrease their physical activity, change their sleeping and eating habits, and increase screen exposure (Scully, Dixon, & Wakefield, 2009). Therefore, it is important for teens to consider the effects of the pandemic process and to explore changing lifestyle changes. As a result of the decreasing physical activity records during the pandemic process, physical activity and game suggestions for adolescents were published in a study conducted in Italy and measures were taken in this regard. It was observed that the activities and games included in the program of the study helped adolescents cope with quarantine rules. In addition, it has been stated that the study may contribute to positive emotions, emotional stress responses, weight control and health in adolescents (Calcaterra, Vandoni, Pellino, & Cena, 2020). It has been reported in studies that the quarantine process worsens the eating habits of processed and excessive calorie foods in children and adolescents staying at home (Rundle et al., 2020). 41 obese children and adolescents from Verona, Italy participated in the study in order to examine the lifestyle changes observed in obese adolescents during the quarantine process. The data of the study were collected within 3 weeks and the participants were asked questions about nutrition, physical activity and sleep behavior. As a result of the study, while there was no change in vegetable intake, fruit consumption increased significantly. Significant increases have also been observed in potato chips, red meat, and sugary drinks (Pietrobelli et al., 2020). Sleep is considered an important component of healthy life today, and in cases of insomnia, restlessness, attention difficulties and memory problems can be seen in adolescents (Stern, Wagner, & Thompson, 2020). Participants of a study consisting of 600 people carried out in April 2020 were selected from individuals between the ages of 10-19. In this study, it was aimed to evaluate nutrition and lifestyle habits during COVID-19. At the end of the study, 448 people (74.7%) reported that they watched more TV and used computers / tablets / mobile phones during the quarantine. In addition, the average daily sleep time of the people before quarantine was determined as nine hours and 418 people (69.7%) reported that they slept more than this period after the epidemic (Allabadi et al., 2020). In a survey conducted with Chinese children and adolescents (6-17 years old), screen time was evaluated before (January 2020) and after (March 2020) COVID-19. As a result, a 30-hour increase in screen time per week was reported. In addition, an increase of approximately 23.6% in total screen time was found (Xiang, Zhang, & Kuwahara, 2020). The COVID-19 pandemic has infected millions worldwide, and an estimated 1.5 billion children and adolescents have made the transition to



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:500 K:589

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

distance learning after school closures. In this process, studies conducted to reduce the rate of spread of COVID-19 have shown that it increases sedentary behavior, causes impaired sleep patterns, and unbalanced and unhealthy eating habits are common. Much of the available literature currently consists of survey data or comment discussions. For this reason, more research is needed to examine lifestyle changes with objective measures. In particular, it becomes a critical need to consider interactions between COVID-19 and lifestyle activities in adolescents around the clock, as this global health crisis will likely continue until 2021. In addition, dietitians and public health specialists should be given trainings especially for adolescent children and their families, taking into account the possible effects of the epidemic both during the COVID-19 outbreak and after the disease.

SPORCU ÖĞRENCİLERİN SOSYO-EKONOMİK PROBLEMLERİ
ÜZERİNE YAPILAN ARAŞTIRMALAR ⁽¹⁾RESEARCHES ON SOCIO-ECONOMIC PROBLEMS OF ATHLETE
STUDENTSEda AL¹, Özbay GÜVEN²¹Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı,
Ankara / Türkiye²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara / TürkiyeORCID ID: 0000-0003-0421-2097¹, 0000-0002-4024-6789²

Öz: Son yıllarda çocuklar ve gençler arasında hareketsiz yaşam tarzının arttığı, zararlı alışkanlıkların görülme sıklığının yükseldiği, bunun yanında sosyolojik açıdan yozlaşmaya paralel olarak olumsuz davranışların (akran zorbalığı, şiddet, saldırganlık vb.) arttığı görülmektedir. Bunun yanında teknolojik gelişmelere paralel olarak gençlerin internet ve sosyal bağımlılığı haline geldikleri, buna paralel olarak anti-sosyal kişilik yapısının yükseldiği gözlenmektedir. Söz konusu problemlerin azaltılmasında düzenli olarak spor yapmanın faydalı sonuçlar verdiği bilinmektedir. Bu noktada gençlerin spora katılımlarının artırılması gelecek nesillerin fiziksel ve psikolojik açıdan sağlıklı olmalarında oldukça önemlidir. Buna karşılık gençlerin spora katılımlarının önünde birçok engel bulunmaktadır. Benzer şekilde düzenli olarak spor yapan ve gelecekte spordan beklentileri olan gençlerin de antrenman ve müsabakalara katılım sürecinde çeşitli sorunlarla karşılaştıkları görülmektedir. Gerek rekreatif amaçlı gerekse de lisanslı olarak spor yapan gençlerin spora katılımlarını olumsuz yönde etkileyen unsurlar içerisinde sosyo-ekonomik problemler geniş bir yer tutmaktadır. Sosyo-ekonomik sorunların en aza indirilmesi gençlerin spora katılımlarının artırılmasında oldukça önemlidir. Bunun sağlanabilmesi için de öncelikli olarak aktif spor yapan gençlerin yaşadıkları sosyo-ekonomik sorunların belirlenmesine ve sorunların en aza indirilmesine yönelik çalışmalar yapılması oldukça önemlidir. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik problemleri üzerine yapılan araştırmaların incelenmesi amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sporcu Öğrenci, Sosyo-ekonomik, Problem

Abstract: In recent years, it is observed that the sedentary lifestyle among children and young people has increased, the prevalence of harmful habits has increased, and in parallel with sociological corruption, negative behaviors (peer bullying, violence, aggression, etc.) have increased. In addition, it is observed that in parallel with technological developments, young people become Internet and social addiction and parallel to this, anti-social personality structure has increased. It is known that regular exercise gives beneficial results in reducing these problems. At this point, increasing the participation of young people in sports is very important for the future generations to be physically and psychologically healthy. On the other hand, there are many obstacles to the participation of young people in sports. Similarly, it is observed that young people who regularly participate in sports and have expectations from sports in the future face various problems in the process of training and participation in competitions. Socio-economic problems have a large place among the factors that negatively affect the participation of young people who do sports both for recreational and licensed sports. Minimizing socio-economic problems is very important in increasing the participation of young people in sports. In order to achieve this, it is very important to work on determining the socio-economic problems experienced by young people who do active sports and to minimize these problems. In this research, it is aimed to examine the researches on the socio-economic problems of athlete students.

Keywords: Sport, Athlete Student, Socio-Economic, Problem

Doi: 10.17363/SSTB.2020.37.5

(1) Sorumlu Yazar, Corresponding Author: Eda AL “Öğrenci, Student”, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara / Türkiye, z.edaalan@gmail.com, Geliş Tarihi / Received: 11.10.2020, Kabul Tarihi / Accepted: 28.12.2020, Makalenin Türü: Type of article (Derleme / Review) Çıkar Çatışması / Conflict of Interest: Yok / None Etik Kurul Raporu veya Kurum İzin Bilgisi - Ethical Board Report or Institutional Approval, Yok/None

(Not: Yayın Kurulumuz ve Alan Editörlerimiz tarafından bu çalışmanın ilgili danışman hocanın kontrolünde çalışmanın izlendiği ve kontrol edildiğine yönelik bilgi sahibidir. Bu nedenle çalışma ilgili çalışmanın danışmanı tarafından kontrol edilerek dergimize gönderilmiş ve izlenmiştir)



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

GİRİŞ

Spor kavramı; insanların bedensel, ruhsal ve fikir anlamında gelişimini destekleyen, vücudun bütünlüğünü bozmadan dengeli bir biçimde gelişimini sağlayan, bireyi hem kendisine hem de topluma yararlı bir fert olma yolunda şekillendiren bedensel etkinlikler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Açık, 2006: 1). Performans sporu kapsamında değerlendirildiği zaman spor kavramı ise “müsabakayı kazanmak amacıyla fizikseli zihinsel ve teknik efor gerektiren, seyircilerde estetik duygusu oluşmasına katkı sağlayan, psikoloji, biyomekanik ve fizyoloji gibi bilim dalları ile yakından ilişkili olan olgu” biçiminde tanımlanmaktadır (Çoban ve Ünveren, 2007: 1). Yapılan tanımlara göre spor kavramı oldukça geniş kapsamlı ve birçok bilim dalını yakından ilgilendiren bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu noktada insanların da spora farklı anlamlar yükledikleri belirtilmektedir (Seippel, 2006: 52).

Spor etkinliklerine katılım, tarihin her döneminde yoğun bir biçimde gerçekleşmiş olmakla beraber, son yıllarda özellikle gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde insanların spora katılım düzeylerinin arttığı görülmektedir. Her yaş grubundan birey spor etkinliklerine farklı amaçlar ile katılmaktadır. Gençler açısından ele alındığı zaman da spor etkinliklerine katılımın oldukça çeşitli amaçlar dahilinde gerçekleştirildiği görülmektedir. Özel-

likle ilköğretim ve ortaöğretim kademesinde öğrenim gören bireyler ile lisanslı sporcular üzerinde yapılan çalışmalarda spora yönelme nedenlerinin başında sağlıklı bir yaşama sahip olma, millî sporcu olma, ilgili spor dalında başarılı olarak spora devam etme (Alibaz ve diğerleri, 2006: 91; Ünlü, 2013: 43), spor yaparak üniversitelerin spor bölümlerini kazanma (Salar, 2015: 25), başarı kazanmaktan zevk duyma, millî sporcu olarak farklı ülkeleri görme isteği, yaptığı sporu sevme, dünyaca ünlü tanınmış bir sporcu olma (Yıldırım ve Sunay, 2009: 103) ve yakın çevrede spor yapan bireyler olması (İmamoğlu, 2009: 83) gibi nedenlerin geldiği görülmektedir.

Spora katılım amaçları ne olursa olsun genç bireylerde düzenli olarak spora katılımın birçok açıdan faydası bulunmaktadır. Geçmiş dönemlerde spora katılımın sadece fiziksel sağlığı koruma ve geliştirme noktasında faydalı olduğu görüşü hâkim olmakla beraber, günümüzde spora katılımın fiziksel gelişimin yanında psikolojik, motorik ve genel sağlık üzerinde de olumlu etkileri olduğu bilinmektedir. Bunun temelinde yatan nedenlerin başında sporun faydalarına ilişkin olarak yapılan bilimsel çalışmaların artması ve insanların bu konuda bilinçlenmelerinin yattığı düşünülebilir. Genç bireylerde spora katılımın faydaları üzerine yapılan çalışma bulguları değerlendirildiği zaman; gençlerde düzenli olarak spora katılımın fiziksel sağlığı koruduğu ve



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

geliştirdiği (Lee ve diğerleri, 2018: 62; Vicente-Rodriguez, 2006; 561; Hills ve diğerleri, 2011: 866), sosyal gelişime katkı sağladığı (Sami ve diğerleri, 2015: 51; Hills ve Walker, 2017: 39), psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediği (Rodriguez-Ayllon ve diğerleri, 2019: 1383; Vella ve diğerleri, 2015: 304; Seippel, 2006: 51) ve temel motorik özelliklerin gelişmesine katkı sağladığı (Saygın ve diğerleri, 2005: 205; Zeng ve diğerleri, 2007: 1) görülmektedir.

Literatürde yer alan bilgiler değerlendirildiği zaman gençlerde spora katılım nedenlerinin birbirinden farklı olduğu, bunun yanında spora katılımın gençler üzerinde birçok olumlu etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu noktada spor alanında farklı beklentilere ve amaçlara sahip olan gençlerin spora katılımlarının artırılması önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Buna karşılık gençlerde spora katılımın önünde birçok engel bulunmaktadır. Rekreatif amaçlı spor yapan yetişkinler ve profesyonel düzeyde spor yapan ve spordan maddi kazanç sağlayan insanlar ile kıyaslandığı zaman, özellikle sporcu öğrencilerin karşılaştıkları sorunlar oldukça çeşitlilik göstermektedir. Literatürde yer alan çalışmalarda da sporcu öğrencilerin spor yaşamlarına devam etmeleri noktasında birçok sorunla mücadele ettiklerini göstermektedir. Bu sorunların başında ders dışı zamanlarda dershaneye gitme, spor ile eğitim hayatını

aynı anda devam ettirememeye, spor yapacak zamanın kısıtlı olması, amaca uygun spor yapacak alan bulunmaması, ailelerin spor yapmaya izin vermemesi, spor yapacak malzeme bulma konusunda sorunlar yaşama, beraber spor yapacak arkadaşına sahip olmama, düzenli olarak spor yaptıracak antrenör bulamama ve ders dışı zamanlarda para kazanmak için çalışma gibi problemlerin geldiği belirtilmektedir (Selçuk: 2006: 8; Kaya, 2016: 65; Bayram ve diğerleri, 2016: 75).

Görüldüğü gibi literatürde yer alan bulgular sporcu öğrencilerin spora katılım sürecinde birçok sorunla karşı karşıya olduklarını göstermektedir. Spor yapan öğrencilerin ilgilendikleri spor dalını sevmeleri, spor yapma alışkanlığı olmayan öğrencilerin spora teşvik edilmesi, öğrencilerin sporu bir yaşam tarzı haline getirmeleri ve öğrencilerin spor sayesinde olumlu davranışlar sergilemeleri spora katılım sürecinde karşılaşılan zorlukların çözülmesi ile mümkündür (Selçuk, 2006: 3). Sporcu öğrenciler genellikle ailelerinin sahip oldukları sosyo-ekonomik koşullara göre spora yönelmekte ve branş seçimi yapmaktadır (Devecioğlu ve Sarıkaya, 2006: 11; Kara, 2006: 1; Ayılğan, 2017: 8; Öz, 2014: 3; Vakıf-Durmuşoğlu, 2011: 67). Bunun yanında karşılaşılan sosyo-ekonomik sorunların spora katılımın ve sporu devam ettirmenin önündeki en büyük engellerden olduğu göz önünde bulundurulduğunda (Filiz ve Pepe, 2005:



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

996), sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik özelliklerinin ve bu konuda karşılaştıkları sorunların incelenmesi önemli bir çalışma konusu olarak ortaya çıkmaktadır. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik problemler üzerine yapılan araştırmaların incelenesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Yapılan bu çalışmada nitel araştırmalarda yaygın olarak kullanılan doküman analizinden yararlanılmıştır. Doküman analizinden yararlanılan bu çalışmada da konu ile ilgili olarak yapılan çalışmalara YÖK Ulusal Tez Merkezi ile Google Akademik veri tabanlarından erişilmiştir. Çalışma kapsamında konu ile ilgili yapılan araştırma bulguları kronolojik sıraya göre özetlenmiştir.

Konu İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Literatürde yer alan birçok çalışmada sporcu öğrencilerin karşılaştıkları sosyo-ekonomik problemlerin ele alındığı görülmektedir. Literatürde konu ile ilgili yapılan bazı araştırma bulguları aşağıda kronolojik olarak açıklanmıştır.

Günel (2018: 60) tarafından yapılan çalışmada sporcu öğrencilerin spor yaşamında karşılaştıkları sorunların belirlenmesi amaçlanmış, çalışmaya spor yapmaya ilkokul ve ortaokul döneminde başlamış olan 1000 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda sporcu öğrenci-

lerin yaşadıkları en büyük maddi sorunların başında spor sayesinde para kazanamama probleminin geldiği, öğrencilerin %85,9 gibi önemli bir bölümünün spor sayesinde pazara kazanamadığı tespit edilmiştir.

Görmez (2017: 32) tarafından yapılan çalışmada ortaöğretimde öğrenim gören sporcu öğrencilerin beklenti ve sorunlarının incelenmesi amaçlanmış, çalışmaya Ankara il merkezinde bulunan ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 2000 sporcu öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik açıdan yaşadıkları problemlerin başında spora hiç bütçe ayırma fırsatlarının olmamasının geldiği tespit edilmiştir.

Kaya (2016: 65) tarafından yapılan çalışmada lisanslı olarak tenis sporu ile ilgilenen öğrencilerde hem tenis sporuna katılım hem de tenis sporunu devam ettirme noktasında kendilerini olumsuz yönde etkileyen unsurların incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma Isparta ve Burdur illerinde bulunan gençlik merkezlerinde düzenli olarak tenis sporu yapan öğrenciler üzerinde yürütülmüş, çalışmaya 7-16 yaş aralığında bulunan 153 erkek ve 161 kadın olmak üzere toplam 341 tenis oyuncusu katılmıştır. Çalışmanın sonunda sporcu öğrencilerin karşılaştıkları sosyo-ekonomik sorunlar iki başlık altında ele alınmıştır. Bu kapsamda öğrencilerin %7'sinin spor malzemesinin bulunmadığı, %8,3'ünün ise ailesine



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

destek olmak için okul dışı zamanlarında para kazanmak için çalıştığı tespit edilmiştir.

Pehlivan (2013: 210) tarafından yapılan çalışmada okullar arası spor müsabakalarına katılan öğrencilerin sporu bırakmalarına neden olan sosyo-ekonomik unsurların incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmaya hem ilköğretim hem de ortaöğretim kademesinde öğrenim gören 154 kadın ve 337 erkek olmak üzere toplam 491 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın sonunda sporcu öğrencilerin sporu bırakma nedenlerinin başında spordan maddi kazanç elde edememe faktörünün geldiği tespit edilmiştir.

Ünlü (2013: 48) tarafından yürütülen çalışmada ilköğretim çağında spor yapan çocukların ailelerinin spordan beklentilerinin incelenmesi ve öğrencilerin spora katılım sürecinde katılım sorunlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma Nevşehir ilinde bulunan ilköğretim okullarında lisanslı olarak spor yapan öğrenciler üzerinde yürütülmüştür. Çalışmanın sonunda sporcu öğrencilerin düşük, orta ve yüksek gelir düzeyine sahip ailelerde yaşadıkları, bu kapsamda sosyo-ekonomik açıdan ele alındığı zaman her kesimden sporcu öğrenci bulunduğu belirlenmiştir. Sosyo-ekonomik açıdan ele alındığı zaman sporcu öğrencilerin spora devam etmelerine engel olan unsurların başında %26,3 ile spor malzemelerinin pahalılığı ve %14,4 ile yoksulluğun geldiği belirlenmiştir.

Sarı (2012: 81) tarafından yapılan çalışmada ortaöğretim öğrencilerinde spor etkinlikleri de dahil olmak üzere ders dışı etkinliklere katılım düzeyi üzerinde belirleyici olan faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır, Adana il merkezinde bulunan ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler üzerinde yürütülen çalışmaya 9, 10 ve 11'inci sınıflarda öğrenim gören 309 öğrenci katılmıştır. Çalışmada hem okulların hem de ailelerin sosyo-ekonomik yapıları ile ders dışı etkinliklere katılım düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki olduğu bulunmuş, bu kapsamda gelir düzeyinin düşük olmasının öğrencilerin spor etkinlikleri de dahil olmak üzere ders dışı faaliyetlere katılımlarını olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Aslan-Esen (2010: 77) tarafından yapılan çalışmada ilköğretimde öğrenim gören ve voleybol sporu ile ilgilenen çocuklarda branş seçiminde etkili olan unsurlar ile sosyo-demografik değişkenlerin spora katılım üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya ilköğretim 4, 5, 6, 7 ve 8'inci sınıflarda öğrenim gören kız ve erkek sporcu öğrenciler katılmıştır. Çalışma toplam 1000 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada sporcu öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumlarına ilişkin bulgular değerlendirildiği zaman, genel olarak öğrenci ailelerinin yüksek gelir grubunda bulunan ailelerden meydana geldiği tespit edilmiştir. Aile gelir



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

düzeyine göre ebeveynlerin spora bakış açıları değerlendirildiği zaman, aile gelir düzeyi düşükçe ebeveynlerin çocuklarını spora yönlendirme konusunda isteksiz oldukları tespit edilmiş, bu kapsamda aile gelir düzeyinin düşük olmasının öğrencilerin spora yönelmesini olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Kızılkaya (2009: 70) tarafından yapılan çalışmada ortaöğretim öğrencilerinde ailenin spora katılımdaki etkisinin incelenmesi ve ailelerin spora yönelme sürecinde çocuklarına ekonomik olarak katkı sağlama durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya ortaöğretimde öğrenci olan 200 birey katılmıştır. Araştırmanın sonunda aile gelir düzeyine göre ele alındığı zaman öğrencilerin büyük bir bölümünün orta gelir düzeyine sahip ailelerde yaşadığı tespit edilmiştir. Çalışmanın sonunda ailelerin spora yönelme sürecinde çocuklarına maddi destek sağlama durumları incelendiği zaman, annelerin %23,2'sinin, babaların ise %39,8'inin özellikle spor malzemesi alma konusu dışında çocuklarına spora yönelme sürecinde maddi destek sağlamadıkları tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin büyük bir bölümünün ise çocuklarına eşofman ve spor ayakkabı alarak destek oldukları belirlenmiş, ancak söz konusu gereksinimlerin karşılanmasının ailelerin temel görevleri olduğu belirtilmiş, bu kapsamda ailelerin spora katılım sürecin-

de çocuklarına yeterli düzeyde maddi destek sağlamadıkları belirtilmiştir.

Canal (2008: 2) tarafından yapılan çalışmada sporcu öğrencilerin yaşadıkları sosyo-ekonomik sorunların incelenmesi amaçlanmış, çalışma spor lisesi öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Araştırmaya Sivas, Malatya, İstanbul, Eskişehir ve Elazığ illerinde bulunan spor liselerinde öğrenim gören 490 sporcu öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin spora katılım konusunda sosyal ve çevresel açıdan birçok olumsuzlukla mücadele ettiği, bunun yanında ekonomik sorunlar nedeniyle spor yaşamlarını devam ettirme konusunda problem yaşadıkları tespit edilmiştir. Aynı çalışmada sporcuların yaşadıkları ekonomik sorunların başında spor malzemelerinin çok pahalı olmasının, bu nedenle spor malzemesi alma konusunda maddi sorun yaşamalarının geldiği tespit edilmiştir.

Hergüner (2001: 165) tarafından yapılan araştırmada farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenim göre sporcuların beklenti ve problemlerinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmaya Ankara il merkezinde bulunan ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 1073 sporcu katılmıştır. Araştırmada sporcu öğrencilerin spor yaşamlarını devam ettirme sürecinde karşılaştıkları sosyo-ekonomik sorunlar incelendiği zaman, birçok sporcunun spor sayesinde maddi kazanç sağlayamadığı için sporu bırakmak zorunda kaldığı, spor malzemeleri



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

pahalı olduğu için alamadıkları ve ekonomik durumun ilgilendiği spor dalına özgü beslenme giderlerini karşılamadığı tespit edilmiştir.

Güçlü (2000: 98) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrenimi gören sporcu öğrencilerin spor yaşamlarını devam ettirme sürecinde yaşadıkları ekonomik sorunların incelenmesi amaçlanmıştır, araştırmaya Ankara ilinde bulunan devlet üniversitelerinde öğrenim gören 500 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin maddi sorunlar nedeniyle yaşadıkları problemlerin düşük gelir düzeyine sahip ailelerde yaşayan öğrencilerin sahip olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, düşük gelir düzeyine sahip ailelerden gelen sporcu öğrencilerin özellikle maddi konularda ve barınma konusunda önemli sorunlar yaşadıkları bulunmuştur.

Literatürde yer alan araştırma bulguları farklı düzeylerde de olsa sporcu öğrencilerin ekonomik sorunlar yaşadıklarını ortaya koyuyor olsa da, gelir ve eğitim düzeyi yüksek olan aileler ise çocuklarını spora yönlendirme konusunda daha istekli oldukları için gelir düzeyi yüksek ailelerde yetişen öğrencilerin spora yönelmelerinde ekonomik sorunlar önemli bir yer tutmamaktadır. Bu konuda yapılan bir çalışmada yaz spor okullarına katılan öğrencilerin sosyo-ekonomik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır, çalışmaya yaz spor okullarına kayıt yaptırmış olan 115 kız ve 175 erkek olmak üzere toplam 290 öğrenci

katılmıştır. Araştırmanın sonunda çocuklarını yaz spor okullarına yönlendiren ailelerin gelir düzeyinin yüksek olduğu, bunun yanında ebeveynlerin %94,1 gibi önemli bir bölümünün çocuklarının spor yapmasını desteklediği tespit edilmiştir (Mamak ve Koç, 2011: 357).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik problemleri üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde; değerlendirildiğinde; sporcu öğrencilerin hem spora yönelmede hem de spor dalına devam etmelerinde sosyo-ekonomik faktörlerin önemli bir yere sahip oldukları görülmektedir. Sporcu öğrencilerin karşılaştıkları ekonomik problemlerin başında spor malzemelerinin pahalı olması, bu nedenle spor malzemesi alma konusunda sorunlar yaşanması, ailelerin spor malzemesi almaları konusunda öğrencilere maddi destek sağlamaması, ilgililenen spor dalı sayesinde para kazanma konusunda problemler olması, bunun yanında spor dalına özgü beslenme ürünlerini alacak maddi imkâna sahip olmama gibi sorunların geldiği tespit edilmiştir.

Sporcu öğrencilerin spor yaşamlarına devam etmelerini olumsuz yönde etkileyen sosyo-ekonomik unsurların başında ailelerin ekonomik durumlarının iyi olmaması gelmektedir. Literatürde yer alan çalışma bulguları değerlendirildiği zaman; gelir düzeyi yüksek ailelerin çocuklarını spora yönlendirme konusunda



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

İstekli oldukları göze çarpmaktadır (Mamak ve Koç, 2011: 357). Bu noktada gerek sporcu öğrencilerin spora devam etmeleri gerekse de daha fazla sayıda öğrencisinin spor yaşamına başlaması için öncelikli olarak ülkenin sosyo-ekonomik yapısının güçlendirilmesine ve hane halkı gelir seviyesinin arttırılmasına gereksinim duyulduğu söylenebilir.

Yapılan bazı çalışma bulguları ailelerin gelir düzeylerinin düşük olmasının spor malzemesi alma konusunda sorunlar yaşanmasına neden olduğu, bunun yanında sporcu öğrencilerin spor sayesinde maddi kazanç sağlayamadıkları için sporu bırakmak zorunda olduklarını göstermektedir (Hergüner, 2001: 165). Bilindiği gibi spor malzemesi bazı spor dallarında performansı ya da spora katılımı doğrudan etkilemese de bazı spor dallarında doğru malzeme kullanılması oldukça önemlidir. Bu noktada sporcu öğrencilere malzeme desteği sağlanmasının spora katılımın arttırılması noktasında önemli bir konu olduğu görülmektedir. Sporcu öğrencilerin spor sayesinde maddi kazanç sağlayamamaları nedeniyle sporu bırakmaları da günümüzde oldukça yaygındır. Bilindiği gibi devlet her sporcuya maddi destek sağlamamaktadır. Başarılı sporculara destek sağlanması için de sporcunun uzun yıllar antrenman yapması ve müsabakalarda derece elde etmesi gerekmektedir. Yetenekli bir sporcu bu düzeye gelinceye kadar

genellikle maddi kazanç sağlayamadığı için sporu bırakmaktadır.

Maddi kazanç sağlayamadığı için sporu bırakan öğrencilerde genellikle aile baskısı sporun bırakılmasına zemin hazırlamaktadır. Çünkü maddi durumu kötü olan birçok aile çocuklarının yeteneği olsa bile ev ekonomisine katkı sağlaması için çocuğunu okul dışı işlerde çalıştırmaktadır. Literatüre yer alan çalışmalarda da (Kaya, 2016: 65) sporcu öğrencilerin aile ekonomisine katkı sağlamak için okul dışı işlerde çalıştıklarını göstermektedir.

İlköğretim ve ortaöğretim kademesinde yer alan öğrencilerde aile gelir düzeyinin düşük olması spora devam etme sürecini olumsuz yönde etkilerken, üniversite eğitimi alan sporcu öğrencilerde gelir düzeyinin düşük olması barınma ihtiyacı gibi temel gereksinimlerin karşılanmasına engel olmaktadır (Güçlü, 2000: 98). Bilindiği gibi insanlar temel gereksinimlerini karşılayamadıkları sürece spor etkinliklerine yönelme ve düzenli antrenman yapma fırsatları da azalmaktadır. Bu kapsamda özellikle üniversite öğrenimi gören sporcu öğrencilere yönelik maddi desteklerin arttırılmasına yönelik düzenlemeler yapılmasının öğrencilerin yükseköğretim boyunca da spora devam etmelerine katkı sağlayacağı söylenebilir.

Sonuç olarak; son yıllara Türkiye’de gençlerin spora katılım düzeylerinin arttığı gö-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

rılmekle beraber, sporcu öğrencilerin spor yaşamlarını devam ettirme konusunda birçok sorunla karşılaştıkları da bilinmektedir. Sosyo-ekonomik sorunlar sporcu öğrencilerin spora devam etmelerinin önündeki en büyük engeller arasında yer almaktadır. Literatürde yer alan araştırma bulguları değerlendirildiğinde; sporcu öğrencilerin spora devam etmelerini sağlamak için hane halkı gelir düzeyinin yükseltilmesi, sporcu öğrencilere maddi destek ve malzeme yardımı yapılması, ailelerin çocuklarını spora yönlendirme konusunda bilinçlendirilmesi ve sporda sponsorluk faaliyetlerinin geliştirilmesi gibi önlemler alınması gerektiği söylenebilir.

KAYNAKÇA

AÇAK, M., (2006). Beden Eğitimi Öğretmenin El Kitabı. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları

ALİBAZ, A., GÜNDÜZ, N., ŞENTUNA, M., (2006). Türkiye’de Üst Düzey Taekwondo, Karate Ve Kick-Boks Sporcularının Bu Spor Branşına Yönelmelerine Teşvik Eden Unsurlar, Yapma Nedenleri Ve Geleceğe Yönelik Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 91-102

ASLAN-ESEN, S., (2010). İlköğretim Okullarında Okuyan Ve Voleybol Sporucusu Olmayı Seçen Öğrencilerin Bu Seçimindeki Nedenler Ve Okul, Aile, Toplum

Faktörlerinin Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul

AYILGAN, E., (2007). Kadın Sporcuların Seçilmiş Bazı Branşlara (Güreş, Halter, Boks, Taekwondo) Katılım Nedenleri Ve Beklentilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Aksaray

BAYRAM, L., KESKİN, D.Ö.Y., KABADAYI, M., BOSTANCI, Ö., (2016). Üniversitede Eğitim Gören Millî Sporcuların Sorunlarının İncelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 1(2), 75-84

CANAL, E., (2008). Spor Liselerindeki Öğrencilerin Problemleri Ve Beklentilerinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

ÇOBAN, B., ÜNVEREN, A., (2007). Beden Eğitimi Ve Oyun Öğretimi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

DEVECİOĞLU, S., SARIKAYA, M., (2006). Sporcu Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Değişkenler Işığında Profillerinin Belirlenmesi. Sosyal Bilimler Dergisi, 16(2), 301-314

FİLİZ, K., PEPE, K., (2005). Burdur İlinde Spora Katılımın Sosyo Ekonomik Boyu-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

tunun Araştırılması. I. Burdur Sempozyumu Bildiri Kitabı. Burdur

Obesity İn Children. British Journal of Sports Medicine, 45(11), 866-870

GÖRMEZ, A., (2017). Ankara İli Merkez İlçelerinde Öğrenim Gören Ortaöğretim Öğrencilerinin Spora Yönelmelerini Etkileyen Etmenlerin CHAID Analizi İle İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara

HİLLS, S., WALKER, M., (2017). Sport And Social Development: Evaluating A Professional Sport League's Domestic Violence And Sexual Abuse Camp. Journal of Applied Sport Management, 9(4), 39-49

GÜÇLÜ, M., (2000). Kulüplerde Aktif Spor Yapan Üniversite Öğrencilerinin Problemleri Ve Beklentilerinin Belirlenmesi (Ankara İli Örneği). Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara

İMAMOĞLU, R., (2009). Samsun İli'nde Tenis Sporu İle Uğraşanların Bu Sporu Seçme Sebeplerinin Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kütahya

GÜNEL, C., (2018). Türkiye'de 11-16 Yaş Arası Çocuk Ve Gençlerin Spora Katılım Sürecinde Karşılaştıkları Engellerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul

KARA, D., (2006). Sporun Toplumla Yaygınlaştırılmasında Sosyo-Ekonomik Faktörlerin Araştırılması (Niğde İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü. Niğde

HERGÜNER, G., (2001). Farklı Liselerdeki Sporcu Öğrencilerin Problem Ve Beklentilerinin Belirlenmesi Ve Karşılaştırılması (Ankara İli Örneği). Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul

KAYA, N., (2016). Lisanslı Tenis Sporcularının Tenis Sporuna Başlama Nedenleri, Beklentileri ve Beklentilerinin Önündeki Engellerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Burdur

HİLLS, A.P., ANDERSEN, L.B., BYRNE, N.M., (2011). Physical Activity And

KIZILKAYA, A., (2009). Lise Öğrencilerinin Spora Katılımında Ailenin Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Mersin

LEE, J.E., POPE, Z., GAO, Z. (2018). The Role Of Youth Sports İn Promoting



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

Children's Physical Activity And Preventing Pediatric Obesity: A systematic review. Behavioral Medicine, 44(1), 62-76

MAMAK, H., KOÇ, H., (2011). Yaz spor okullarına katılan öğrencilerin sosyo-ekonomik durumlarının incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 13(3), 352-358

ÖZ, G., (2014). Kahramanmaraş'ta Spora Katılımı Etkileyen Faktörlerin İlköğretim İkinci Kademe (Ortaokul) Öğrencileri Boyutunda İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kahramanmaraş

PEHLİVAN, Z., (2013). Okullararası Spor Yarışmalarına Katılanların Sporu Bırakma ve Devam Etme Nedenleri. Spor Bilimleri Dergisi, 24(3), 209-225

RODRİGUEZ-AYLLON, M., CADENES-SANCHEZ, C., ESTEVEZ-LOPEZ, F., MUNOZ, N. E., MORA-GONZALEZ, J., MİGUELES, J. H., CATENA, A., (2019). Role Of Physical Activity And Sedentary Behavior İn The Mental Health Of Preschoolers, Children And Adolescents: A Systematic Review And Meta-Analysis. Sports Medicine, 1-28

SALAR, B., (2015). Ortaöğretim Öğrencilerinin Ders Dışı Sportif Faaliyetlere Katılım

Düzeyleri ve Sorunları – Burdur, Isparta, Denizli Örneği. Yüksek Lisans Tezi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Burdur

SAMİ, S., MAHMOUDİ, S., AGHAEİ, S., (2015). Social Development Of Students Participating İn Physical Activity And Computer Games. Annals of Applied Sport Science, 3(2), 51-56

SARI, M., (2012). An Investigation Of High School Students' Participation İn Extracurricular Activities. Journal of Theoretical Educational Science, 5(1), 72-89

SAYGIN, Ö., POLAT, Y., KARACABEY, K., (2005). Çocuklarda hareket eğitiminin fiziksel uygunluk özelliklerine etkisi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi, 19(3), 205-212

SEİPPEL, O., (2006). The meanings of sport: fun, health, beauty or community? Sport in Society, 9(1), 51-70

SELÇUK, T., (2006). Ortaöğretim Öğrencilerinin Ders Dışı Spor Faaliyetlerine Katılımı Ve Sorunları (Mersin İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Mersin

ÜNLÜ, İ.T., (2013). İlköğretim Okullarında Spor Yapan Öğrencilere Yönelik Ailelerin Beklentileri Çocuklarda Gözlenen Davranış Değişimleri Ve Spora Katılı-



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

mın Önündeki Engellerin Araştırılması.
Yüksek Lisans Tezi. Aksaray Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü. Aksaray

VAKIF-DURMUŞOĞLU, M., (2011). İlköğ-
retimdeki Sporcu Öğrencilerin Branş Ter-
cihlerinde Rol Oynayan Sosyo-Ekonomik
Faktörler ile Fiziksel Uygunluk Ve Men-
tal Sağlıklarının Araştırılması. Yüksek
Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü. Samsun

**VELLA, S.A., CLIFF, D.P., MAGEE, C.A.,
OKELY, A.D., (2015).** Associations Bet-
ween Sports Participation And Psycho-
logical Difficulties During Childhood: A
Two-Year Follow Up. Journal of Science
And Medicine in Sport, 18(3), 304-309

VICENTE-RODRIGUEZ, G., (2006). How
Does Exercise Affect Bone Development
During Growth?. Sports Medicine, 36(7),
561-569

YILDIRIM, Y., SUNAY, H., (2009).
Türkiye’de Performans Tenisi Yapan
Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri Ve
Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve
Spor Bilimleri Dergisi, 8(3), 103-109

**ZENG, N., AYYUB, M., SUN, H., WEN, X.,
XIANG, P., GAO, Z., (2017).** Effects Of
Physical Activity On Motor Skills And
Cognitive Development In Early Child-
hood: A systematic review. BioMed Rese-
arch International, 1-14



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yılı: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315-2015-GE-18972)

EXTENDED ABSTRACT

Introduction and Purpose: It is observed that the sedentary lifestyle among children and young people, who are under the influence of various social factors such as the development and widespread use of technology, increases the prevalence of harmful habits, and in parallel with sociological corruption, negative behaviors (peer bullying, violence, aggression, etc.) have increased. In addition, it is observed that in parallel with technological developments, young people become Internet and social addiction and parallel to this, anti-social personality structure has increased. It is known that exercising regularly gives beneficial results in eliminating or reducing these problems. Although participation in sports activities has occurred intensively in every period of history, it is observed that the participation level of people in sports has increased especially in developed and developing countries. At this point, increasing the participation of young people in sports is very important for future generations to be physically, mentally, socially, and psychologically healthy. Although, in the past, the opinion that participation in sports was beneficial only in terms of protecting and improving physical health, it is known that participation in sports has positive effects on psychological, motor, and general health as well as physical development. On the other hand, there are many obstacles to the participation of young people in sports. Similarly, it is observed that young people who regularly participate in sports and have expectations from sports in the future face various problems in the process of training and participating in competitions. Socio-economic problems have a large place among the factors that negatively affect the participation of young people who do sports both for recreational and licensed sports. At the beginning of these problems, it is stated that there are problems such as not being able to find a coach to regularly make sports, and working to earn money outside of the classroom, not going to the classroom during extracurricular times, not being able to continue sports and education at the same time, the limited time to do sports, the lack of suitable sports areas, the families not allowing to do sports, having problems in finding sports equipment, having friends to do sports together ((Selçuk: 2006: 8; Kaya, 2016: 65; Bayram and others, 2016: 75). Minimizing socio-economic problems is very important in increasing the participation of young people in sports. In order to achieve this, it is very important to work on determining the socio-economic problems experienced by young people who do active sports and to minimize these problems. In this research, it is aimed to examine the researches on the socio-economic problems of athlete students. **Method:** Document analysis, one of the qualitative research methods, was used in this research. Within the scope of the research, the research



SSTB

www.sstbdergisi.com

International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences

October - November - December Issue: 37 Autumn Winter Term Year: 2020

Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi

Ekim - Kasım - Aralık Sayı: 37 Sonbahar Kış Dönemi Yıl: 2020

ID:503 K:593

ISSN Print: 2146-8508 Online 2147-1711

(ISO 18001-OH-0090-13001706 / ISO 14001-EM-0090-13001706 / ISO 9001-QM-0090-13001706 / ISO 10002-CM-0090-13001706)

(TRADEMARK)

(2015/04315- 2015-GE-18972)

findings related to the subject are summarized in chronological order. **Discussion and Conclusion:** When the information obtained is evaluated; The most important economic problems faced by athletes are that sports equipment are expensive, so there are problems in purchasing sports equipment, families do not provide financial support to students in purchasing sports equipment, there are problems in earning money thanks to the sports branch of interest, as well as financial opportunity to buy sports nutrition products. The fact that the state does not provide financial support to every athlete and the pressure of the families to quit sports due to the lack of financial gain can cause a talented athlete to leave sports completely. When the research findings in the literature are evaluated; It can be said that measures such as raising the household income level, providing financial support and material aid to the athlete students, raising the awareness of families about directing their children to sports, and developing sponsorship activities in sports should be taken in order to enable the athlete students to continue sports.

DERGİ HAKKINDA

Dergimiz 2011 yılında yayın hayatına başlamıştır. Başta spor bilimleri olmak koşulu ile sağlık bilimleri ve spor bilimlerinin ortak kabul ettiği alandan yayınlar kabul edilmektedir. Günümüz koşullarında teknolojinin getirdiği kolaylık ve bilimsel çalışmalara duyulan ihtiyaç nedeni ile dergimiz bu anlamda duyulan eksikliği bir nebze olmak koşulu ile gidermeye çalışmak amacıyla yayın hayatına girmiştir. Dergimiz başta spor bilimleri, spor eğitimi, sporcu sağlığı, sağlık yönetimi, spor hekimliği, tıp tarihi ve etik, sporcu beslenmesi, spor psikolojisi, spora yönelik tıbbi ve biyolojik bilimler “doping” gibi bilim dallarından yayın kabul etmektedir. Ayrıca bu ana bilim anabilim dallarının alt bilim dallarında yapılan çalışmaları kendi alanında uzman hakemlerin değerlendirmesi ve olumlu sonuç alan çalışmaların yayını kabul etmektedir. Farmakoloji bilimi içerisinde yer alan fakat sporcu ve sporcu sağlığına yönelik çalışmalar da yine dergimizde kabul edilip değerlendirmeye alınmaktadır. Spor ve sporculara yönelik adli bilimler alanında yapılan çalışmalar da yine dergimiz bünyesinde kabul edilerek değerlendirmeye alınmaktadır. Gerçek anlamda bilimsel nitelik taşıyan, bilim dünyasına bilimsel anlamda hizmet edecek ve katkı sağlayacak çalışmalar ve bu çalışmalara ilişkin araştırma, derleme ve çeviri içerikli yayınları dergimiz kabul etmekte olup bünyesinde yayınlamaktadır.

Dergimiz yılda dört sayı çıkarmakta olup her bir sayı yılın üç ayında bir basılı olarak yayınlanmaktadır. Dergimiz çalışma prensibi doğrultusunda her alana ait çalışmaya eşit ve adil şekilde yer vermektedir. Dergimize gelen çalışmalar iki ayrı alan uzmanı hakem tarafından değerlendirilmekte olup bu değerlendirme süresi hakemlerin iş yoğunluğu kapsamında iki aylık süreci kapsamaktadır. İki ayrı hakemden onay alan çalışmalar dergimizin yayın kurulu onayı ile sıraya alınarak basılı şekilde yayınlanmaktadır. Dergimizde yazım kuralları apa sistemine göre düzenlenmekte olup, örnek bir makale formatı sistemden indirilmek koşulu ile yazarlar tarafından kullanılabilir. Editör makamı derginin her türlü sisteminden sorumlu olup, hiçbir hakem ve yazar yükümlülüğünü taşımamaktadır. Yazarlar kendi hür irade ve bilgileri doğrultusunda yayın yapma hakkına sahip olup yayına kabul edilip yayınlanan çalışmalar konusunda bütün yükümlülüğü kabul etmiş bulunmaktadır. Dergimiz yayıncı ve okuyucu arasında bir köprü vazifesi yüklenmiştir. Dergimiz ve yayınlar hakkında değerlendirme yapan hakemler yayınlanan yayın hakkında hukuki bir yükümlülüğe sahip değildir. Her türlü yükümlülük yazarlara aittir. Dergimiz hiçbir yayın hakkında hakemler üzerinde etki ve zorlayıcı bir yaptırıma sahip değildir. Hiçbir çalışma bir başka çalışmaya karşı öncelik hakkına sahip değildir. Her bir çalışma kendi açısından aynı koşul ve şartlara tabidir. Bir öncelik ve ayrıcalığı bulunmamaktadır. Hiçbir yazar değerlendirme yapan hakem hakkında bilgi sahibi olamaz ve hakemler üzerinde yüküm-

lülük oluşturamaz. Dergi yönetimi ve editör hiçbir çalışmanın öncelikli olduğunu belirleyemez ve hiçbir yazara öncelik veremez. Sistem her çalışma ve her yazar için aynı koşul ve şartlarda işletilir. Dergimizin yazım dili İngilizce'dir.

Dergimiz uluslararası nitelikte olup bu niteliklere sahip çalışmaları kabul eder. Bir başka dergiye herhangi bir nedenle gönderilmiş çalışmalar dergimizde yayınlanmak amacıyla kabul edilse bile tekzip yayınlanmak koşulu ile red edilir. Dergimize gönderilen her bir çalışmanın hakkı yazar tarafından dergimize verilmiştir. Yazar bunu peşinen kabul etmiştir. Bu durum ve koşullar; yayın dergimizin sistemine yüklendiğinde işletilmeye başlanır. Bunun için yazarlardan özel bir beyan ve imza alınmaz. Oluşan veya oluşabilecek hukuki sorunlarda dergimizin hukuk danışmanları dergimiz ve dergimiz hakemlerini korumak adına her türlü işlemi tek taraflı olarak yapma hakkına sahiptir.

T.C. Üniversitelerarası Kurul Başkanlığı, Sağlık Bilimleri Temel Alanı Doçentlik Sınavı Başvuru koşulu olarak 101 nolu madde getirilmiştir. Bu maddenin, 1-Uluslararası makale bölümünün (b) şıkkında "Uluslararası alan indeksleri tarafından taranan (1a da belirtilen indeksler dışındaki indekslerde yer alan) dergilerde yayımlanmış özgün araştırma makalesi (10 puan) iştenmektedir. Uluslararası Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi (SSTB) alan endeksli dergi kriterlerinde yer almakta ve değerlendirilmektedir.

ABOUT

Our Journal introduced its publishing activities in 2011. Publications are accepted from the fields accepted jointly by health sciences and sports sciences, especially including sports sciences. With the facilities brought by technology in today's conditions, our Journal entered into publication arena to meet the need for scientific studies, at least to some extent. It mainly accepts publications from such fields as sports sciences, sports education, sports medicine, history of medicine and ethics, nutrition for the athlete, athlete psychology, medical and biological sciences for sports, and "doping". Moreover, it accepts studies from the sub-branches of these scientific fields which are evaluated and assessed positively by referees expert in their fields. Studies which are included in the pharmacology, but are on athletes and athlete health are also accepted and evaluated in our Journal. Moreover, studies which are conducted in the field of forensic sciences for sports and athletes are accepted and evaluated in our Journal. Our Journal accepts and publishes studies which are originally scientific and will serve and contribute to the science world as well as research, collection and translation for these studies.

Our Journal publishes four issues every year, each of which is published as printed in the first quarter of the year. In line with the working principle, our Journal includes studies from all fields equally and fairly. Studies which come to our Journal are reviewed by two different field expert referees, and the time period of reviewing is two months within the scope of the workload of the referees. Studies approved by two referees are queued to be published as printed following the approval of the council of publication. Our magazine article writing rules should be prepared according to the examples in the journal website. Editorial office is responsible for all kinds of system of the Journal, no referee or author hold the responsibility of it. Authors have the right to publish in line with their independent will and knowledge, and they are regarded as accepted all the responsibility of studies which are accepted for publication and published. Our Journal serves as a bridge between publishers and readers. Our Journal and referees who review publications do not have any legal obligation for the published study. All kinds of obligations belong to authors. Our Journal does not have any impact and forcing sanction on referees in terms of publications. No study has any priority against another. Each study is subject to the same conditions and requirements. It does not have a priority or privilege. No author can have information about the referee who review and create an obligation on referees. Journal management and editor cannot decide that a study or author is priority. The system is operated with the same conditions and requirements for each study and author. Our journal writing language is English.

Our Journal is international and accepts studies with such qualities. Studies which have been sent to another journal for any reason are rejected even if they have been accepted to be published in our Journal, provided that a refutation is issued. Rights of a study which has been sent to our Journal have been given by the author to the Journal. It is regarded that the author has accepted it in advance. Such conditions and requirements begin to be operated once the publication is uploaded on our Journal's system. No special declaration or signature is requested from authors in this regard. In cases of legal problems occurring or likely to occur, legal advisors of our Journal reserve unilaterally the right to take all actions to protect our Journal and its referees.

The Article No. 101 has been brought as the condition to Apply for the Exam of Associate Professorship in the Main Area of Health Sciences by T.R. Head of Interuniversity Council. In this article, 1- (b) section of the international article part states that Original research articles (10 points) published in the journals indexed by international field indices (the journals in the indices apart from those specified in 1a) are required. International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences (SSTB) is included in the criteria for the journals indexed in its field and evaluated accordingly.



GÜVEN PLUS GRUP A.Ş.

Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok Kat 4 Daire
29 Başakşehir İSTANBUL & TÜRKİYE

V.D: İkitelli V.N: 4510317918 Mersis No: 0451031971800010

Tel: +90 (212) 801 40 61- +90 (533) 144 78 61 Fax: +90 (212) 801 40 62

E-mail: info@guvenplus.com.tr