

بررسی میزان، نوع و علل مصرف مکمل‌های غذایی در اردونشینان بازی‌های المپیک لندن و عوامل تاثیرگذار بر آن

مجری: رامین امیرساسان

عضو هیئت علمی دانشگاه تبریز-۱۳۹۲

چکیده :

مقدمه و هدف : با توجه به افزایش مصرف مکمل‌های ورزشی و اثرات مضر گزارش شده از آنها در تحقیقات مختلف، درک میزان، نوع، علل و انگیزه‌های مصرف این مواد ضروری و مهم می‌باشد. بنابراین هدف این پژوهش بررسی میزان، نوع، علل و انگیزه‌های مصرف مکمل‌های غذایی در ورزشکاران ایرانی شرکت کننده در بازی‌های المپیک ۲۰۱۲ لندن و عوامل تاثیرگذار بر آن بر اساس تئوری رفتار با برنامه بود.

روش شناسی تحقیق : جهت گردآوری اطلاعات در این پژوهش از دو پرسشنامه (پرسشنامه استاندارد زمینه‌یابی مکمل‌های ورزشی (دارای ۴ مقیاس) و پرسشنامه محقق ساخته) استفاده شد. تمامی تحلیل‌ها توسط نرم افزارهای SPSS و AMOS انجام گرفت. جهت تعیین شاخص‌های نکویی برازش از مولفه‌های Normal fit index و room mean square error of approximation استفاده شد.

یافته‌ها : ۲۴ نفر از ورزشکاران ایران (شرکت کننده در المپیک ۲۰۱۲ لندن) با میانگین سن $25/25 \pm 2/66$ سال، قد $178/57 \pm 8/09$ سانتی‌متر، وزن $82/96 \pm 17/25$ کیلوگرم و سابقه فعالیت حرفه‌ای $12/22 \pm 3/14$ سال در تحقیق حاضر شرکت کردند. اصلی‌ترین منبع پیشنهاد دهنده در بین ورزشکاران المپیکی ایران برای مصرف مکمل، متخصصین تغذیه (۴۳٪) بود. مهمترین دلایل مصرف مکمل از دیدگاه ورزشکاران افزایش سرعت و چابکی (۴۸٪)، افزایش قدرت و توان (۴۷٪) و توانایی تمرین طولانی‌تر و استقامت بیشتر و افزایش عملکرد و آرامش (هرکدام ۴۵٪) گزارش شد. مهم‌ترین مکمل‌های مصرفی در ورزشکاران به ترتیب ب کمپلکس (۹۲٪)، ویتامین C (۸۵٪)، مولتی ویتامین (۸۰٪) و گلوتامین (۸۲٪) بودند.

بحث و نتیجه‌گیری : برخلاف مطالعات قبلی، هنجارهای ذهنی قویترین شاخص پیش بین بود ($\beta=0/91$) در حالی که نگرش‌ها با ($\beta=0/23$) دومین شاخص پیش بین و کنترل رفتاری ادراک شده با ($\beta=0/13$) ضعیف‌ترین شاخص پیش بین بودند. عدم تاثیرگذاری کنترل رفتاری ادراک شده با مطالعات قبلی همخوانی دارد اما فقدان تاثیرگذاری نگرشها مبهم است زیرا اعتقاد بر این است که نیت رفتاری قویا از طریق پذیرش آنچه هنجار محسوب می‌شود کنترل می‌شود نه نگرش‌ها به سمت مکمل. این یافته‌ها نشان می‌دهند که در ورزشکاران المپیکی ایران، هنجارهای ذهنی هنگام شکل‌گیری نیت رفتاری برای مصرف مکمل‌های غذایی احتمالاً اهمیت بیشتری دارد.

واژگان کلیدی : مکمل‌های غذایی، ورزشکاران رده المپیک، مدل رفتار با برنامه.