

بررسی میزان، نوع و علل مصرف مکمل های غذایی در اردونشینان بازی های 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 مکمل های ورزشی و اثرات مضر گزارش شده از آنها در تحقیقات مختلف، درک میزان، نوع، علل و انگیزه های مصرف این مواد ضروری و مهم می باشد. بنابراین هدف این پژوهش بررسی میزان، نوع، علل و انگیزه های مصرف مکمل های غذایی در ورزشکاران ایرانی شرکت کننده در بازی های 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 زمینه یابی مکمل های ورزشی (دارای ۴ مقیاس) و پرسشنامه محقق ساخته) استفاده شد. تمامی تحلیل ها توسط نرم افزارهای SPSS و AMOS انجام گرفت. جهت تعیین شاخص های نکویی برازش از مولفه های χ^2 ، df ، $Normal$ fit index و room mean square error of approximation استفاده شد.

یافته ها: ۲۴ نفر از ورزشکاران ایران (شرکت کننده در المپیک ۲۰۱۲ لندن) با میانگین سن $25/25 \pm 2/66$ سال، قد $178/57 \pm 8/09$ سانتی متر، وزن $82/96 \pm 17/25$ کیلوگرم و سابقه فعالیت حرفه ای $12/22 \pm 3/14$ سال در تحقیق حاضر شرکت کردند. اصلی ترین منبع پیشنهاد دهنده در بین ورزشکاران المپیک 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 طولانی تر و استقامت بیشتر و افزایش عملکرد و آرامش (هرکدام ۴۵٪) گزارش شد. مهم ترین مکمل های مصرفی در ورزشکاران به ترتیب ب کمپلکس (۹۲٪)، ویتامین C (۸۵٪)، مولتی ویتامین (۸۰٪) و گلوتامین (۸۲٪) بودند.

بحث و نتیجه گیری: برخلاف مطالعات قبلی، هنجارهای ذهنی قویترین شاخص پیش بین بود ($\beta=0/91$) در حالی که نگرش ها با ($\beta=0/23$) دومین شاخص پیش بین و کنترل رفتاری ادراک شده با ($\beta=0/13$) ضعیف ترین 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 می شود کنترل می شود نه نگرش ها به سمت مکمل. این یافته ها نشان می دهند که در ورزشکاران المپیک ایران، هنجارهای ذهنی هنگام شکل گیری نیت رفتاری برای مصرف مکمل های غذایی احتمالا اهمیت بیشتری دارد.

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