

FAZLA KİLOLU VE OBEZ YETİŞKİNLERDE FİZİKSEL AKTİVİTE VE FİZİKSEL PERFORMANS DÜZEYLERİNİN POSTURAL KONTROL İLE İLİŞKİSİ

Fzt.Nurseli UYAR

Antalya Bilim Üniversitesi,Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,Antalya,Türkiye
<https://orcid.org/0000-0003-1498-0209>

Doç.Dr.Yıldız ERDOĞANOĞLU

Antalya Bilim Üniversitesi,Sağlık Bilimleri Fakültesi,Antalya,Türkiye
<https://orcid.org/0000-0002-9909-6561>

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada, fazla kilolu ve obez yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyleri ve fiziksel performans düzeylerinin postural kontrol ile arasındaki ilişkisini incelemek amaçlandı.

Yöntem: Çalışmaya, 25-60 yaş aralığında, 37 fazla kilolu ve obez birey dahil edildi. Katılımcıların sosyodemografik bilgileri kaydedildikten sonra fiziksel aktive düzeyleri Kısa form Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ) Türkçe versiyonu ile, fiziksel performans düzeyleri 6 dakika yürüme testi ile, postural konrolleri Tek bacak duruş testi ve Y denge testi ile değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalamaları $46,49 \pm 9,59$ yıl olarak bulundu. Katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri ile her iki alt extremitte gözler açık statik denge ile anlamlı ilişki olduğu bulundu ($p < 0.05$), ancak dinamik dengeyle bir ilişki yoktu ($p > 0.05$). Katılımcıların, toplam yürüme mesafesi ile her iki alt extremitenin statik dengesi (gözler kapalı ve açık) ve dominant extremitedeki dinamik denge arasında almalı ilişki bulundu ($p < 0.05$).

Sonuç: Bu çalışma sonuçları, fazla kilolu ve obez kişilerde fiziksel aktivite düzeyi ve fiziksel performansın postural kontrolü etkilediğini gösterdi. Bu sonuçların bu hasta grubunun tedavi protokolleri oluşturulurken dikkate alınması gerektiği düşünüldü.

Anahtar Kelimeler: Obezite, Fiziksel Aktivite, Fiziksel Performans, Postural kontrol

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY AND PHYSICAL PERFORMANCE LEVELS WITH POSTURAL CONTROL IN OVERWEIGHT AND OBESE ADULTS

SUMMARY

Objective : In this study, it was aimed to examine the relationship between physical activity levels and physical performance levels of overweight and obese adults with postural control.

Method: 37 overweight and obese individuals aged 25-60 years were included in the study. After recording the sociodemographic information of the participants , their physical activity levels Short form International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) Turkish version with, physical performance levels with the 6-minute walk test, postural Controls were evaluated with one leg stance test and Y balance test.

Results: The mean age of the participants was 46.49 ± 9.59 years . It was found that there was a significant correlation between the physical activity levels of the participants and static balance in both lower extremities with eyes open ($p < 0.05$), but there was no correlation with dynamic balance ($p > 0.05$). A significant correlation was found between the total walking distance of the participants and the static balance of both lower extremities (eyes closed and open) and the dynamic balance in the dominant extremity ($p < 0.05$).

Conclusion: The results of this study showed that physical activity level and physical performance affect postural control in overweight and obese individuals. It was thought that these results should be taken into account when creating treatment protocols for this patient group.

Keywords: Obesity , Physical Activity, Physical Performance, Postural control

ISSN 2757-5519

SINCE 2015