

Ergenlerde e-sigara kullanımı, üçüncü el sigara dumanı farkındalığı ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu

Giriş

Sigara ve diğer tütün ürünlerinin küresel bir halk sağlığı sorunu olması ve e-sigaraların gençler arasında yaygınlaşması, beraberinde çevresel etkileri de getirmektedir. Üçüncü el sigara dumanı, özellikle çocuklar ve ergenler için ciddi bir tehdit oluştururken, gençlerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanması da önem taşımaktadır. Bu bağlamda fiziksel aktivite, bireylerin sağlığını destekleyen önemli bir unsurdur. Bu çalışma, ergenlerde e-sigara kullanım düzeylerini, üçüncü el sigara dumanı farkındalıklarını ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını inceleyerek, bu değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı ve gelecekteki sağlık risklerini azaltmaya katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.

Araştırma Tasarımı ve Yöntemler

Tanımlayıcı ve kesitsel nitelikteki bu araştırmanın örneklemini, 2024-2025 eğitim öğretim yılında Mersin Yahya Günsur Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde bilişim teknolojileri, elektrik ve elektronik, grafik ve fotoğrafçılık ile muhasebe ve finansman alanlarında aktif öğrenim gören ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 657 öğrenci oluşturmaktadır. Veriler, "Üçüncü El Sigara Dumanı Hakkında Farkındalık Ölçeği" ve "Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği" kullanılarak toplanmış ve SPSS 26 programı ile analiz edilmiştir. Çalışmada kullanılan verilere ilişkin kategorik değişkenler sayı ve yüzde olarak hesaplanmıştır. Sayısal değişkenlerde normal dağılım çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanarak bulunmuştur. Gereken parametrik testler (bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü anova, Pearson korelasyon analizi) uygulanmış ve anlamlılık düzeyi için 0,05 ve 0,01 değerleri kabul edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişki yapılan korelasyon analizi ile belirlenmiştir.

Bulgular

Katılımcıların %79'u erkek, %21'i kadındır. Katılımcıların çoğunluğu Bilişim ve Teknoloji (%47,9) bölümünde yer alırken, sınıf dağılımında 9. sınıf öğrencileri (%36,8) en büyük grubu oluşturmaktadır. Katılımcıların %21,5'i sigara kullanmaktadır. Sigara içenlerin %43,3'ü günde 9-16 arası sigara tüketmektedir. Sigarayı bırakmayı deneyenlerin oranı %36,9 iken, sigarayı bırakma isteği olanların oranı %27,7'dir. Alkol kullanım oranı %19,9, e-sigara kullanım oranı ise %19,6'dır. E-sigaranın bağımlılık yapıcı olduğunu düşünenlerin oranı %58,4'tür. Nargile kullanım oranı %31,8, puro/pipo kullanım oranı ise %23,4'tür. Ayrıca, katılımcıların %60'ı sigara dumanına maruz kalmaktadır. Sigara içmeyen öğrencilerin fiziksel aktivite motivasyon puanları ($54,67 \pm 9,91$), sigara içenlere ($52,08 \pm 7,74$) göre anlamlı şekilde daha yüksektir ($p < 0,01$). Üçüncü el sigara dumanı farkındalık puanı ortalaması $32,44 \pm 9,38$ olup, farkındalık düzeyi ebeveynlerin eğitim düzeyi ile ilişkilidir ($p < 0,05$). Fiziksel aktivite motivasyonu ile üçüncü el sigara dumanı farkındalığı arasında zayıf pozitif bir ilişki bulunmuştur ($r = 0,153$, $p < 0,01$). Düzenli egzersiz yapan öğrencilerin fiziksel aktivite motivasyon puanları ($57,09 \pm 10,64$), yapmayanlara ($52,02 \pm 8,08$) göre anlamlı şekilde daha yüksektir ($p < 0,01$).

Sonuç

Bu çalışma, sigara ve e-sigara kullanımının gençler arasında yaygın bir halk sağlığı sorunu olduğunu ve bu davranışların erken yaşlarda başladığını ortaya koymaktadır. Sigara ve e-sigara kullanımını azaltmak, fiziksel aktiviteyi teşvik etmek ve üçüncü el sigara dumanı farkındalığını artırmak için okullarda kapsamlı eğitim programları düzenlenmeli, spor etkinlikleri teşvik edilmeli ve ebeveynlere yönelik bilgilendirme çalışmaları yapılmalıdır. Ayrıca, e-sigaraların zararları konusunda etkili iletişim stratejileri uygulanmalı ve yasal düzenlemeler güçlendirilerek gençlerin bu ürünlere erişimi sınırlandırılmalıdır.

Anahtar kelimeler: elektronik sigara, üçüncü el sigara dumanı, fiziksel aktivite, farkındalık