

*Birinci Basamak Hekimlerinin*

# **Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora İlişkin Tutumları Nelerdir?**

---

**Editör**

Canan Gülbin ESKİYECEK

**Yazar**

Fidan KILIÇ



© Copyright 2023

*Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Bu kitap; Tez Danışmanlığını Doç. Dr. Canan Gülbin ESKİYECEK'in yaptığı "Aile Hekimlerinin Spora Yönelik Tutumları ve Egzersiz Sağlık İnançlarının Değerlendirilmesi" isimli Yüksek Lisans tezinden türetilmiştir.*

**ISBN**

978-625-399-196-8

**Yayın Koordinatörü**

Yasin DİLMEN

**Kitap Adı**

Birinci Basamak Hekimlerinin Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora İlişkin Tutumları Nelerdir?

**Sayfa ve Kapak Tasarımı**

Akademisyen Dizgi Ünitesi

**Yayıncı Sertifika No**

47518

**Editör**

Canan Gülbin ESKİYECEK  
ORCID ID: 0000-0001-6987-3609

**Baskı ve Cilt**

Vadi Matbaacılık

**Yazar**

Fidan KILIÇ  
ORCID ID: 0000-0001-9057-1920

**Bisac Code**

HEA007000

**DOI**

10.37609/akya.2627

**Kütüphane Kimlik Kartı**

**Kılıç, Fidan.**

Birinci Basamak Hekimlerinin Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora İlişkin Tutumları Nelerdir? / Fidan Kılıç, editör : Canan Gülbin Eskiyecek.

Ankara : Akademisyen Yayınevi Kitabevi, 2023.

125 s. : tablo. ; 135x210 mm.

Kaynakça var.

ISBN 9786253991968

**GENEL DAĞITIM**

**Akademisyen Kitabevi A.Ş.**

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

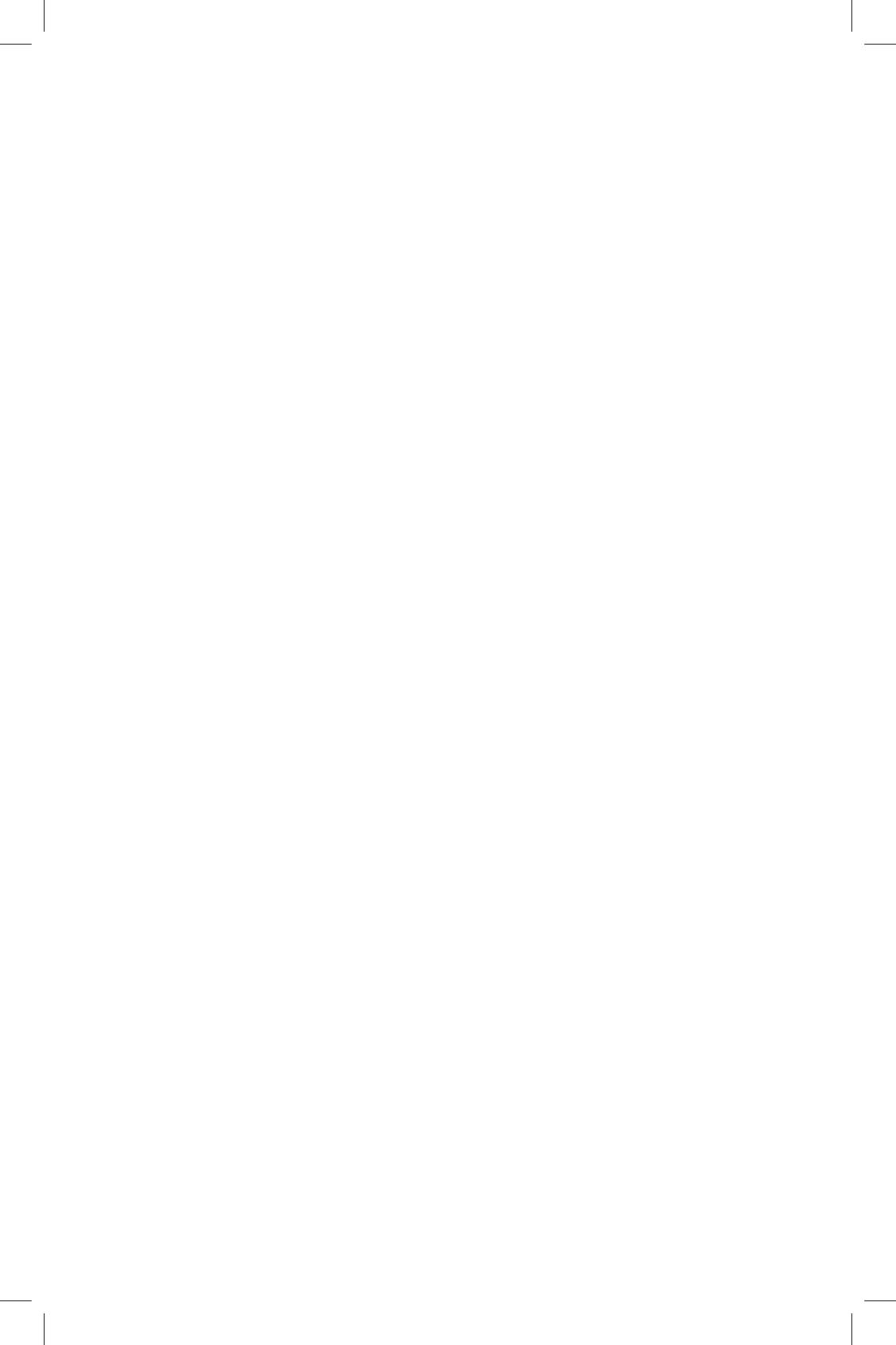
Bireylerin yaşamları boyunca kendilerinden ve çevrelerinden kaynaklı karşı karşıya kaldıkları sorunlardan biri sağlıktır. Sağlık yalnızca hastalık ve hastalıkların var olmaması durumu değil bununla beraber ruhsal ve toplumsal açıdan iyi olma halini de ifade etmektedir. Bu iyi halin sağlanabilmesi ve uzun süre korunabilmesi için, sporun yaşam biçimi olarak benimsenmesi ve sürekliliğinin korunması gerekmektedir. Bu durumda sağlık sisteminin temel yapı taşı olan aile hekimlerine büyük sorumluluk düşmektedir. Hastaların reçetelendirilmesinde spora yer vermeleri ve en önemlisi kendi yaşamlarına uygulayabilen bir tutum içerisinde olmaları gerekmektedir. Karşılaşılan sağlık sorunlarında egzersizin gerek destekleyici gerekse tedavi ediciliğine olan inanç başta bireysel sağlığa ardından toplum sağlığına katkısı bulunacaktır. Bu noktada bireylerin inançları ve tutumları arasındaki ilişkiden yola çıkarak sağlığı korumaya yönelik davranışlar üzerinde motivasyon yaratılmasını öngören egzersiz sağlık inanç modeli devreye girmektedir. Sağlıklı yaşamın gereği olmasının yanı sıra ve hastalıklardan korunmada en az beslenme, düzenli uyku faktörleri kadar büyük öneme sahip olan egzersizin faydaları evrensel olarak da kabul görülen bilgiler arasındadır. Hekimler bu bilgiler doğrultusunda yoğun çalışma hayatının neden olduğu stres, fiziksel ve mental yorgunluğun olumsuz etkilerini egzersizle azaltma eğilimi içerisinde dirler. Dolayısıyla bu kitap, birinci basamak hekimlerinin yaşamlarında egzersize ne kadar yer verdikleri, düzenli egzersiz ile hangi düzeyde olumlu geri dönüt aldıkları ve genel sağlıklarına etkisinin ne derece olduğunun anlaşılması açısından literatüre katkı sunacaktır.

*Fidan KILIÇ*



## TEŞEKKÜR ◀

Bu kitabın her aşamasında beni yönlendiren, ışık tutan hiçbir fedakârlıktan kaçınmayarak her türlü desteğini esirgemeyen değerli hocam Tez Danışmanım Doç. Dr. Canan Gülbin ESKİ-YECEK'e en içten teşekkürlerimi ve minnettarlığımı sunarım. Bu sürecin her aşamasında destek veren aileme, sevgili eşim Nurettin KILIÇ, kızlarım Defne ve İpek KILIÇ'a ve değerli arkadaşım Avukat Müzeyyen DOĞANTEKİN'e ve diğer arkadaşlarıma teşekkürü bir borç bilirim.



# İÇİNDEKİLER ◀

<b>1. Giriş .....</b>	<b>1</b>
<b>2. Kaynak Araştırması.....</b>	<b>11</b>
2.1. Sağlık Kavramı .....	11
2.2. Sağlık Hizmetleri .....	12
2.2.1. Sağlık Hizmetlerinin Amacı ve Önemi .....	14
2.2.2. Sağlık Hizmetlerinin Özellikleri.....	15
2.2.3. Sağlık Hizmetlerinin Sınıflandırılması.....	18
2.2.4. Koruyucu Sağlık Hizmetleri .....	18
2.2.5. Tedavi Edici Sağlık Hizmetleri .....	19
2.2.6. Rehabilitasyon Hizmetleri.....	20
2.2.7. Sağlığın Geliştirilmesi Hizmeti.....	20
2.3. Türkiye’de Sağlık Hizmetlerinin Gelişimi.....	20
2.4. Sağlık Hizmetlerinin Sosyalleştirilme Dönemi .....	26
2.5. Sağlık Hizmeti Sunumunda Basamaklandırma .....	26
2.5.1. Basamaklandırılmış Sağlık Sistemi .....	27
2.5.2. Birinci Basamak Sistem Özellikleri.....	28
2.5.3. Birinci Basamak Uygulama Özellikleri .....	28
2.5.4. Birinci Basamak Sağlık Bakımının Hedefleri .....	29
2.5.5. Birinci Basamak Yöntemi .....	29
2.5.6. Birinci Basamak Sağlık Kuruluşları .....	31
2.6. Sağlık Ocakları ve Sağlık Evleri .....	31
2.7. Aile Hekimleri ve Görevleri.....	32
2.7.1. Aile Hekimliğinin Gelişimsel Süreci.....	32
2.7.2. Aile Hekimlerinin Çalışma Alanları.....	36
2.7.3. Aile Hekimliğinin Olumlu Yönleri .....	36
2.7.4. Aile Hekimliğinin Olumsuz Yönleri .....	37

2.7.5. Aile Hekimliği Çekirdek Yeterlilikleri .....	38
2.7.6. Aile Hekimliği Disiplin Özellikleri .....	38
2.7.7. Dünya'da Aile Hekimliği'nin Gelişimi ve Özellikleri.....	39
2.8. Avrupa'da Uzman Aile Hekimliğinin Eğitim Yapısı ve Süresi .....	40
2.9. Türkiye'de Aile Hekimliği Uzmanlık Eğitiminin Yapısı ve Uygulaması .....	43
2.10. Egzersiz Kavramı .....	44
2.11. Egzersiz ve Sağlık İlişkisi .....	48
2.12. Egzersizin Psikolojik Boyutu .....	52
2.13. Sağlık İnanç Modeli (SİM) .....	54
2.13.1. Sağlık İnanç Modelinin Temel Bileşenleri.....	58
<b>3. Materyal ve Yöntem .....</b>	<b>61</b>
3.1. Araştırma Modeli .....	61
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	61
3.3. Veri Toplama Araçları.....	61
3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	63
<b>4. Bulgular .....</b>	<b>67</b>
4.1. Aile Hekimlerine Ait Tanımlayıcı Bulgular .....	67
4.2. Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları .....	69
4.3. Yaş Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları .....	70
4.4. Cinsiyet Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları.....	71
4.5. Gelir Durumu Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları.....	72
4.7. Görev Yeri Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları.....	74



4.8. Günlük Bakılan Ortalama Hasta Sayısı Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları.....	76
4.10. Düzenli Egzersiz Yapma Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları.....	79
4.11. Egzersiz Sıklığı Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları .....	80
4.13. Algılanan Sağlık Durumu Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları .....	83
4.14. Kronik Hastalık Durumu Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları.....	85
4.15. Koronavirüs Enfeksiyonu Geçirme Durumu Değişkeni Açısından Egzersiz Sağlık İnançları ve Spora Yönelik Tutum Bulguları .....	86
4.16. Egzersiz Sağlık İnançları ile Spora Yönelik Tutum Değişkeni Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular.....	88
<b>5. Tartışma .....</b>	<b>91</b>
5.1. Spora Yönelik Tutum Ölçeğinin Değerlendirilmesi.....	91
5.2. Egzersiz Sağlık İnanç Modelinin Değerlendirilmesi.....	94
<b>6. Sonuç.....</b>	<b>101</b>
<b>Öneriler .....</b>	<b>103</b>
<b>Kaynaklar .....</b>	<b>105</b>



## KISALTMALAR ◀

Bu tez çalışmasında kullanılmış simgeler ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda belirtilmiştir.

### **Kısaltmalar Açıklamalar**

<b>AIDS</b>	: Acquired Immune Deficiency Syndrome
<b>ABD</b>	: Amerika Birleşik Devletleri
<b>AH/GP</b>	: Aile Hekimliği/Genel Pratisyenlik
<b>BB</b>	: Birinci Basamak
<b>DSÖ</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>ESİM</b>	: Egzersiz Sağlık İnançları Modeli
<b>EURACT</b>	: European Academy of Teachers in General Practice
<b>GSS</b>	: Genel Sağlık Sigortası
<b>OECD</b>	: İktisadi İşbirliği ve Gelişme Teşkilatı
<b>PSM</b>	: Periyodik Sağlık Muayeneler
<b>PWG</b>	: Genç Doktorlar Grubu
<b>SİM</b>	: Sağlık İnanç Modeli
<b>SSK</b>	: Sosyal Sigorta Kurumu

<b>TBMM</b>	: Türkiye Büyük Millet Meclisi
<b>TUS</b>	: Tıpta Uzmanlık Sınavı
<b>TÜSİAD</b>	: Türk Sanayicileri ve İş İnsanları Derneği
<b>UEMO</b>	: Avrupa Genel Hekimler Birliği
<b>UFAA</b>	: Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi
<b>YÖK</b>	: Yükseköğretim Kurumu
<b>WHO</b>	: World Health Organization
<b>WONCA</b>	: World Organization of National College

- Akdeniz M., Urgan, M., Yaman, H. (2011). Family Medicine: A Contemporary Health Care Provision System. GeroFam-A peer Rev evidence-based Gerontol Fam Pract J. (March 2017):15–27.
- Akdur, R. (1923). “Cumhuriyet’ten Günümüze Türkiye’de Sağlık Politikaları”. *Bilanço*, 1998, 10-12.
- Akdur, R. (1999). Türkiye’de Sağlık Hizmetleri ve Avrupa Topluluğu Ülkeleri ile Kıyaslanması. Ankara, www.recepakdur.com/getfile.asp.
- Aksakoğlu, G. (2008). “Sağlıkta Sosyalleştirmenin Öyküsü”. *Memleket Siyasi Yönetim Dergisi*. Sayı. 8, 7-62.
- Aksoy, M., Subaşı, A. T. E. (2015). “Quality and Worker Satisfaction in Health Care Services: In Diyarbakır”. *The Russian Academic Journal*. Cilt. 31. Sayı. 1, 27-33.
- Aktaş, R. (2021). *Bireylerde Egzersizin Sağlıklı Olma İnancına Etkileri ve Sağlık Anksiyete Durumlarının Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gaziosmanpaşa Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, İstanbul.
- Allen, J., Gay B. (2001). A definition of the key features of the discipline of generalpractice and the role of the general practitioner. Draft document Barcelona 2001. European Society of General Practice / Family Medicine-Wonca Europe.
- Al-Naggar, R. A., Al-Kubaisy, W., Yap, B.W., Bobryshev, Y. V., Osman, M. T. (2015). Attitudes towards colorectal cancer (CRC) and CRC screening tests among elderly Malay patients. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention: APJCP*. Cilt. 16. Sayı. 2, 667-74.
- Altay, A. (2007). Sağlık Hizmetlerinin Sunumunda Yeni Açılımlar ve Türkiye Açısından Değerlendirilmesi. *Sayıştay Dergisi*. Sayı. 64, 34-35.
- Altıntaş, H. (2019). *Ankara Şehir Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği Ankara’daki Aile Hekimliği Asistanlarının Aile Hekimliği Uygulamasında Önerilen Erişkin Periyodik Sağlık Muayeneleri ve Tarama Testleri Hakkındaki Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi*. Tıpta Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Ankara.
- Amman, M. T. (2005). Kadın ve Spor. 1. Basım, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, s.17-22, 33-46.
- Aracı, H., Aracı, Ş. (2014). *Spor Bilimleri Öğretimi*. 1. Basım. Ankara: Eylül Ofset, Grafiker Rek. San. ve Tic. Ltd Şti.

- Archer, T. (2014). Health Benefits of Physical Exercise for Children and Adolescents. *Journal Nov Physiotherapy*, 4(2), pp: 1-4.
- Ardıç, F. (2014). *Egzersizın Sağlık Yararları*. Türk Fizyoterapi Tıp Rehabilitasyon Dergisi, 60 (2), 9-14.
- Arslan, M. S. (2018). *Koah'lı Hastalarda Kuadrisepskas Kuvveti, Denge ve Diz Eklem Proprioepsiyonunun Hastalık Şiddeti ve Egzersiz Kapasitesi ile İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İstanbul.
- Avcı, M., Teyyare, E. (2012). Sağlık Sektöründe Yolsuzluk: Teorik Bir Değerlendirme. *Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*. Cilt. 8. Sayı. 2, 199-221.
- Aydın, E. (2002). Türkiye Cumhuriyeti'nin Kuruluş Yıllarında Sağlık Hizmetleri. *Ankara Eczacılık Fakültesi Dergisi*. Cilt. 31. Sayı. 3, 183-192.
- Aytaç, S. (2005). Çalışanların işlerine ilişkin duygularının stres tepkileri üzerindeki etkisi. *İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Mecmuası*. Cilt. 55. Sayı. 1, 834- 851.
- Başak, O., Atay, E., Polatlı, D. (2002). Birinci Basamak Sağlık Hizmetleri ve Aile Hekimliği: Pratisyen hekimlerin yaklaşımları. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*. 6(1): 36-41.
- Bauman, A., Merom, D., Bull, F. C., Buchner, D. M., Fiatarone Singh, M. A. (2016). Updating the Evidence for Physical Activity: Summative Reviews of the Epidemiological Evidence, Prevalence, and Interventions to Promote "Active Aging". *The Gerontologist*. Cilt. 56. Sayı. 2, 268-280.
- Baykuş, Z. (2021). Taekwondo Sporcularında Covid-19 Korku Durumunun Fiziksel Aktivite Ve Yaşam Kalitesine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Konya.
- Bek, N. (2008). *Fiziksel Aktivite ve Sağlığımız*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Belek, İ. (2004). Genel Sağlık Anketi ile Ölçülen Ruhsal Sorunlar ve Sosyo Demografik Eşitsizlikler: Antalya'da Bir Alan Araştırması. *3P Dergisi*. Cilt. 12. Sayı. 2, 163-72.
- Boehm, J. K., Kivimaki, M., Trudel-Fitzgerald, C., Kubzansky, L. D. (2015). The Prospective Association Between Positive Psychological Well-Being and Diabetes. *Health Psychology*. Cilt. 34. Sayı. 10, 1013.
- Bottenburg M. Sport participation in the EU: trends and differences. 2011; 15.
- Boztok, D., Gündoğdu, H. F., Ahsen, Ü. Korkmaz, F. (2001). Sağlık Hizmetlerinin Etkinleşmesi için Temel İlke ve Politikalar. *Yeni Türkiye Sağlık-II Dergisi*. Cilt. 40. Sayı. 2, 58-61.
- Brain, K., Norman, P., Gray, J., Mansel, R. (1999). Anxiety and Adherence to Breast Selfexamination in Women with a Family History of Breast Cancer. *Psychosomatic Medicine*. Cilt. 61. Sayı. 2, 181-187.
- Buckworth, J., Kirby, T. E. et al. (2009). Effect of exercise intensity on depressive symptoms in women. *Ment Health Phys Act*. Cilt. 2. Sayı. 1, 37-43.
- Bulduk, S., Yurt, S., Dinçer, Y., Ardıç, E. (2015). Sağlık Davranışı Modelleri. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. Cilt. 5. Sayı. 1, 28-34.
- Büyükoztürk, Ş. (2012). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı (16. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

- Can, S., Arslan, E., Ersöz, G. (2019). Güncel Bakış Açısı ile Fiziksel Aktivite. *Ankara Üniv Spor Bil Fak. Cilt. 12. Sayı. 1, 1-10.*
- Çek, Z. (2021). T. C. Sağlık Bakanlığı Prof. Dr. Cemil Taşcıoğlu Şehir Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği. *Hekimlerde Covid-19 Dönemi Sonrası İlaç Kullanımının ve Yaşam Tarzı Değişikliğinin Değerlendirilmesi*. Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul.
- Celano, C. M., Beale, E. E., Moore, S. V., Wexler, D. J., Huffman, J. C. (2013). Positive psychological characteristics in diabetes: a review. *Current diabetes reports. 13(6), 917-929.*
- Cengiz, C., Aşçı, F., İnce, M. (2010). Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi. Cilt. 2. Sayı. 1, 32-37.*
- Champion, V. L., Skinner, C. S. (2008). The Health Belief Model. In: Glanz K, Rimer B.K, Viswanath K.V. eds. *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice. 4th ed. San Francisco. 46-65.*
- Cindaş, A. (2008). Yaşlılarda Egzersiz Uygulamasının Genel İlkeleri. *Turkish Journal of Geriatrics. Cilt. 4. Sayı. 2, 77-84.*
- Clark, D. W. (1983). Dimensions of the Concept of Access to Health Care. *Bulletin of the New York Academy of Medicine. Cilt. 59. Sayı. 1, 1-8.*
- Combul, K. (2021). *Covid-19 Pandemi Sürecinde Sporcu ve Sedanterlerin Egzersiz Yönelik Tutumlarının Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Craig, C. L., Mashall, A. L., Sjöström, M., et al. (2003). International Physical Activity Questionnaire: 12- Country Reliability and Validity. *Med Sci Sports Exerc. 35, 1381-1395.*
- Çavmak, Ş., Çavmak, D. (2017). Türkiye'de Sağlık Hizmetlerinin Tarihsel Gelişimi ve Sağlıkta Dönüşüm Programı. *Sağlık Yönetimi Dergisi. Cilt. 1. Sayı. 1, 48-57.*
- Çiftçi, N. (2020). *Sağlık İnanç Modeline Dayalı Eğitim Programının Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite İnanç ve Davranışlarına Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik, İstanbul.
- Daniel, K. (1999). Comparisons of UK General Practice and US Family Practice, *J Am Board Fam Pract. 12(2): 162-172.*
- Delidi, Ö., Fadioloğlu, C. (2011). Development and evaluation of The health belief model scale in obesity. *TAF Preventive Medicine Bulletein. Cilt. 10. Sayı. 5, 533-542.*
- Demir, C. N. (2019). *Acil Servis Ünitesine Başvuran Akut Koroner Sendrom Tanısı Almış Bireylerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi*. Hemşirelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans, Niğde.
- Demir, F., Ay, P. (2007). İstanbul'da Bir Eğitim Hastanesinde Çalışan Tıpta Uzmanlık Öğrencilerinde Depresyon Yaygınlığı ve İlişkili Etkenler. *Türk Psikiyatri Dergisi. Sayı. 18, 31-7.*
- Doymaz, F. (2013). *Sağlıklı kadınlarda egzersiz inancının egzersiz davranış değişimleri üzerine etkilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara,

- Döner, E. (2019). *Diyabetik Ayağı Olan Hastaların Hastalığa ve Sağlığa İlişkin Tutumları ile Hastalığı Kabul Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Nevşehir.
- Duman, A. (2021). *Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı. Öğretmenlerin Spora Yönelik Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Bayburt İli Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bayburt Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bayburt.
- Edgar, T. (1988). Evaluation Longitudinale de Traits de Personnalite de Sportifs et de Non Sportifs. *International Journal of Sport Psychology*. Sayı. 19, 2.
- Erol, H., Özdemir, A. (2014). Türkiye'de Sağlık Reformları ve Sağlık Harcamalarının Değerlendirilmesi. *Sosyal Güvenlik Dergisi*. 4(1), 9-34.
- Ersin, F., Bahar, Z. (2012). Sağlığı Geliştirme Modelleri'nin Meme Kanseri Erken Tanı Davranışlarına Etkisi: Bir Literatür Derlemesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*. Cilt. 5. Sayı. 1, 28-38.
- Ersoy, G. (2004). Egzersiz ve spor yapanlar için beslenme. 3. Baskı. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Ertaş, M. F. (2021). *Yerel Yönetimlerde Sağlık Hizmetleri Uygulamalarının Karşılaştırmalı Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Sağlık Yönetimi Ana Bilim Dalı Sağlık Yönetimi.
- Ertüzün, E., Karaküçük, S. (2014). Sağlık inanç modeli perpektifinde sportif rekreasyon aktivitelerine bakış. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt. 19. Sayı. 1-4, 1-9.
- Esparza-Del Villar, O. A., Montañez-Alvarado, P., Gutiérrez-Vega, M., Carrillo-Sacedo, I. C., Gurrola-Peña, G. M., Ruvalcaba-Romero, N. A. (2017). Ochoa-Alcaraz, S. G. Factor structure and internal reliability of an exercise health belief model scale in a Mexican population. *BMC public health*, 17(1), 229.
- Eyüboğlu, İ. Z. (2004). Türk Dilinin Etimolojisi Sözlüğü. İkinci Baskı, Sosyal Yayınlar, Ankara.
- Euract Statement on Selection of Trainers and Teaching Practices for Specific Training in General Practice. The European Academy of Teachers in General Practice, Tartu 2002, pp.11-12.
- Finfgeld DL, Wongvatunya S, Conn VS, Grando VT, Russell CL. Health Belief model and reversal theory: a comparative analysis. *Journal of Advanced Nursing* 43(3), 288-297, 2003.
- Glanz, K., Rimer, B. K., Viswanath, K. (2008). *Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice* (1st ed). London: John Wiley ve Sons.
- Gözüm, S., Çapık, C. (2014). Sağlık Davranışlarının Geliştirilmesinde Bir Rehber: Sağlık İnanç Modeli. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Elektronik Dergisi*. Cilt. 7. Sayı. 3, 230-237.
- Görpelioglu, S. (2004). Aile Hekimliği nedir? Ne değildir. *Aktüel Tıp Dergisi*. Mayıs, 9(6): 1-4.
- Güldal, D. (2002). Aile hekimliği uzmanlık eğitimi özet. V. Ulusal Aile Hekimliği Kongresi Özet Kitabı. Adana, 27-30 Mart 2002; 246-250.
- Gristwood, J. (2011). Applying the Health Belief Model to Physical Activity Engagement Among Older Adults, *Illuminare: A Student Journal in Recreation. Parks and Leisure Studies*. Cilt. 9. Sayı. 1, 59-71.



- Grubbs, L. M., Tabano, M. (2000). Use of Sunscreen in Health Care Professionals: The Health Belief Model. *Cancer Nursing*. Cilt. 23. Sayı. 3, 164-167.
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., ve Bull, F. C. (2018). Worldwide Trends in Insufficient Physical Activity From 2001 to 2016: A Pooled Analysis of 358 Populationbased Surveys With 1• 9 Million Participants. *The Lancet Global Health*. Cilt. 6. Sayı. 10, 1077-1086.
- Gümüş, Y., Kitiş, Y. (2015). Egzersiz Davranış Değişimi Ölçeklerinin Geçerlik ve Güvenirliği. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*. Cilt. 2. Sayı. 3, 1-19.
- Haase, A., Steptoe, A., Sallis, J. F., & Wardle, J. (2004). Leisure-time Physical Activity in University Students from 23 Countries: Associations with Health Beliefs, Risk Awareness, and National Economic Development. *Preventive Medicine*. Cilt. 39. Sayı. 1, 182-190.
- Halk Sağlığı Uzmanları Derneği. Türkiye Sağlık Raporu 2014. Hasuder. 2014; 8: 20-21.
- Hochbaum, G. M. (1958). *Public Participation in Medical Screening Programs: A Sociopsychological Study*. Washington: Government Printing Office.
- <http://www.bsm.gov.tr/aile/hekimligi>. Erişim Tarihi: 01.05.2021.
- [https://cdn.acikogretim.istanbul.edu.tr/auzefcontent/20\\_21\\_Bahar/saglik\\_politikalari/1/index.html#konu-3](https://cdn.acikogretim.istanbul.edu.tr/auzefcontent/20_21_Bahar/saglik_politikalari/1/index.html#konu-3). Erişim Tarihi: 04.11.2021
- <http://www.nenedir.com.tr>. Erişim Tarihi: 29.04.2021.
- <http://www.saglik.gov.tr>. Erişim Tarihi: 01.05.2020.
- <http://www.saglik.gov.tr>. Sağlık Bakanlığı, Erişim Tarihi: 11.05.2021.
- <http://www.saglik.gov.tr>. Sağlık Politikaları Erişim Tarihi: 11.05.2021
- İmamoğlu, C. (2011). *Aktif Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Karşı Tutumlarının Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Jeihoni, A. K., Hidarnia, A., Kashfi, S. M., Ghasemi, A., Askar, A. A. (2016). Health Promotion Program Based on the Health Belief Model Regarding Women's Osteoporosis. *International Journal of Musculoskeletal Pain Prevention*. Cilt. 1. Sayı. 1, 7-16.
- Joyce, P., Hilliard, M., Cochrane, K., Hood, K. K. (2012). The Impact of Positive Psychology on Diabetes Outcomes: A Review. *Psychology*. Cilt. 3. Sayı. 12, 1116.
- Kabiri, R., Kamarumazan, S., Zulnaidi, H. (2018). Perceived Yoga Exercise Benefits And Barriers Of University Students By Gender: *Results of A Survey Research*. 4(2): 39-46.
- Kahraman, G., Baş, T., Akbolat, M. (2015). Obeziteye Yönelik Tutum ve İnançların Geliştirilmesinde Sağlık Programlarının Etkisi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 6(2): 89-98.
- Kalkavan, A., Özkara, A. B., Alemdağ, C., Çavdar, S. (2016). Akademisyenlerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Düzeyleri ve Obezite Durumlarının İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*. 4(3), 329 - 339.9
- Karadağ, S. (2012). *İlköğretim 8. Sınıf ve Lise 11. Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Çeşitli Değişkenlere Bağlı Olarak Karşılaştırılması (Kırıkkale Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kırıkkale.

- Kayri, M. (2009). Araştırmalarda Gruplar Arası Farkın Belirlenmesine Yönelik Çoklu Karşılaştırma (Post-Hoc) Teknikleri. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 51-64.
- Kim, Y.-B., Park, C.-M., Kim, H.-H., ve Han, C.-H. (2010). Health Behavior and Utilization of University Health Clinics. *The Journal of Korean Society for School ve Community Health Education*. Cilt. 11. Sayı. 1, 79-91.
- Koçak, S. (2013). *Fiziksel Aktiviteye Katılmamanın Arkasında Yatan Nedenler. Türkiye'de Spor Katılımını Arttıracak Uygulamalar*. Ankara: Gökçe Karataş Vakfı Yayınları.
- Kolukısa, Ş., Başkan, A. H., Dönmez, K. H. (2019). *Yürüme Egzersizi Yapan Bireylerin Egzersiz Yapma Beklentilerinin Araştırılması Investigation of Exercise Expectations of Walking Exercises*. Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun.
- Kul, S. (2014). İstatistik sonuçlarının yorumu: p değeri, ve güven aralığı nedir?. *Plevra Bülteni*, 8(1), 11-13.
- Kumar, K. (2017). Importance of Healthy Life Style in Healthy, Sanskrit Vishwavidyalaya, Haridwar, India Submission: November 09, Published: November 15.
- Limaroon, N., Watakakosol, R. (2019). High-school Exercise Intention in Bangkok: An Application of Health Belief Model PSAKU. *International Journal of Interdisciplinary Research*. Vol. 8. No. 2, 2019.
- Lök, S., Lök, N. (2015). Demansta Fiziksel Aktivite ve Egzersiz. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. Cilt. 7. Sayı. 3, 289-294.
- Marcus-Varwijk, A. E., Madjdian, D. S., Vet, E., Mensen, M., Visscher, T., Ranchor, A., Slaets, J., Smith, C. (2019). Experiences and Views of Older People on Their Participation in a Nurse-Led Health Promotion Intervention. *Community Health Consultation Offices for Seniors PLOS ONE*. Cilt. 11. Sayı. 3, 21-36.
- Duane, M., M. D., MHA, Larry, A., Green, M. D., Susan Dovey, M. P. H., Sandy Lai, M. D., Robert Graham, M. D., George, E. (2002). Fryer, PhD. Length and Content of Family Practice Residency Training. *J Am Board Fam Pract*. 15:201- 8.
- Morris, A. S., Robinson, L.R., Hays-Grudo, J., et al. (2017). Targeting Parenting in Early Childhood: A Public Health Approach to Improve Outcomes for Children Living in Poverty. *Child Dev*. Author manuscript; available in PMC, published in final edited form as: *Child Dev*. Cilt. 88. Sayı. 2, 388- 397. doi: 10.1111/ cdev.
- Nahas, M. V., Goldfine, B., Collins, M. A. (2003). Determinants of Physical Activity in Adolescents and Young Adults: The Basics for High School and College Physical Education to Promote Active Lifestyles. *Physical Educator*. Cilt. 60. Sayı. 1, 42- 56.
- Nowosielski K, Hadzik A, Gorna J, Grabara M. (2016). Applying The Health Belief Model in Explaining the Stages of Exercise Change in Older Adults. *Pol. J. Sport Tourism*. Sayı. 23: 221-225.

- OECD. (2008). Sağlık Sistemi İncelemeleri Türkiye. Dünya Bankası.
- OECD, World Bank. (2008). OECD Sağlık Sistemi İncelemeleri, Türkiye, OECD ve IBRDE 14, 15-43.
- Olesen, F., Fleming, D. (1988). Patient registration and controlled access to Secondary care. Prerequisites for integrated care. *European Journal of General Practice*, 4(2): 81-3.
- Olgun, N., Altun, Z. (2012). Sağlık İnanç Modeli Doğrultusunda Verilen Eğitimin Diyabet Hastalarının Bakım Uygulamalarına Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*. Cilt. 19. Sayı. 2, 46-57.
- Özer, D., Baltacı, G. (2008). *İş Yerinde Fiziksel Aktivite, Fiziksel Aktivite Bilgi Serisi*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Peker, A. T., Zengin, S. (2019). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Spor Sağlık İnanç Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Ekev Akademi Dergisi*. Sayı. 77, 45-56.
- Pettee, K. K., Storti, K. L., Ainsworth, B. E., Kriska, A. M. (2009). Measurement of physical activity and inactivity in epidemiologic studies. Oxford University Press, 15-33.
- Petro-Nustas W, Mikhail BI. (2002). Factors associated with breast self-examination among Jordanian Women. *Public Health Nursing*. Cilt. 19. Sayı. 4, 263-271.
- Piercy, K. L., Troiano, R. P., Ballard, R. M., Carlson, S. A., Fulton, J. E., Galuska, D. A., Olson, R. D. (2018). The Physical Activity Guidelines for Americans. *Jama*. Cilt. 320. Sayı. 19, 2020-2028. doi:10.1001/jama.2018.14854
- Polat, Y. (2020). *Fırat Üniversitesindeki Kadın Akademisyenlerin Spora Yönelik Tutumlarının Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Rakel, R. E. (2002). The Family Physician. In Rakel RE (Ed): *Textbook of Family Practice 6 th Edition*. Philadelphia, W.B.Saunders Company, pp 3-18.
- Rao, R. S. P., Nair, S, Nair, N. S., Kamath, V. G. (2005). Acceptability and Effectiveness of a Breast Health Awareness of a Breast Health Awareness Programme for Rural Women in India. *Indian Journal Medicine Science*. Sayı. 599, 398-402.
- Redding, C. A., Rossi, J. S., Rossi, S. R., Velicer, W. F., Prochaska, J. O. (2000). Health Behavior Models. *The International Electronic Journal of Health Education*. Sayı. 3, 180-193.
- Rohleder, P. (2012). *Critical Issues in Clinical and Health Psychology*. London: SAGE Publications Ltd.
- Sağlık Bakanlığı, (SB) (2008). Türkiye Sağlıkta Dönüşüm Programı İlerleme Raporu, Ağustos 2008. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 749, Ankara.
- Salmon, J., Booth, M. L., Phongsavan, P., Murphy, N., Timperio, A. (2007). Promoting physical activity participation among children and adolescents. *Epidemiologic Reviews*. Sayı. 1, 16.
- Sarıca, M. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Spora Karşı Tutumlarının Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.

- Seif, N. Y., Aziz, M. A. (2000). Effect of Breast Self-Examination Training Program on Knowledge, Attitude and Practice of a Group of Working Women. *Journal of the Egyptian National Cancer Institute*. Cilt. 12. Sayı. 2, 105-110.
- Sevinç, S. (2016). Miyokart İnfarktüsü Geçirmiş Bireylerde Yaşam Şekli Değişikliği: Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli. *Journal of Cardiovascular Nursing*. Cilt. 7. Sayı. 14, 147-152.
- Singh, R. K. C., Devi, K. S. (2013). Attitude of Higher Secondary Level Student Towards Games and Sports. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*. Cilt. 2. Sayı. 4.
- Sipahi, B., Yurtkoru, E. S., Çinko, M. (2010). Sosyal Bilimlerde SPSS'le Veri Analizi (3. Baskı). İstanbul: Beta.
- Sivrikaya, Ö., Kılçık, M. (2017). İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının belirlenmesi (Düzce örneği). *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt. 12. Sayı. 1, 1-15.
- Skinner, T. C., John, M., Hampson, S. E. (2000). Social support and personal models of diabetes as predictors of self-care and well-being: a longitudinal study of adolescents with diabetes. *Journal of Pediatric Psychology*. 25(4), 257-267.
- Somunoğlu, S. (1999). Kavramsal Açıdan Sağlık. Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi. Cilt. 4. Sayı. 1, 51-62.
- Soyluoğlu, B. (2003). Çağdaş Sağlık Anlayışı. <http://bilheal.bilkent.edu.tr/aykonu/Ay2003/kasim03/cagdassaglik.html>. Erişim Tarihi: 15.01.2020.
- Starfield, B., Lemke, K.W., Bernhardt, T., Foldes, S.S., Forrest, C.B., & Weiner, J.P. (2003). Comorbidity: Implications for The Importance of Primary Care in 'Case' Management. *Ann Fam Med*. 1(1):8-14.
- Sülkü, S. N. (2011). Türkiye'de Sağlıkta Dönüşüm Programı Öncesi ve Sonrasında Sağlık Hizmetlerinin Sunumu, Finansmanı ve Sağlık Harcamaları. Maliye Bakanlığı Strateji Geliştirme Başkanlığı Yayın No:2011/414.
- Şekerci, Y. (2018). Egzersiz Alışkanlığına İlişkin Değişim Aşamaları Kavram Analizi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. Cilt. 15. Sayı. 2, 117-122.
- Şentürk, H. E. (2015). Sportif tutum ölçeği: geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenilirliği. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 8-18.
- Tabachnick, B., Fidell, L. (2013). Using Multivariate Statistics, 6th International Edition (Cover) edn. New Jersey: Sage Publications, Thousand Oaks.
- Taylor, C., Lillis, C., Lemane, J.P., Lynn, P. (1997). *Fundamentals of Nursing the Art and Science of Nursing Care* (3th. edition). New York: J.B. Lippincott Company.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. Sağlık İstatistikleri Yıllığı 2014. Erişim. [http://ekutuphane.sagem.gov.tr/kitaplar/saglik\\_istatistikleri\\_yilligi\\_2014.pdf](http://ekutuphane.sagem.gov.tr/kitaplar/saglik_istatistikleri_yilligi_2014.pdf) Erişim tarihi: 30.11.2021.
- T.C. 58. Hükümet Acil Eylem Planı. (2003). (<https://www.linux.org.tr/wp-content/uploads/2010/04/AcilEylemPlanı.pdf>) Erişim Tarihi: 18.08.2021
- Tekin, F. (1987). "Türkiye'de Sağlık Hizmetleri ve Finansmanı Sorunu". 3. *Türkiye Maliye Eğitimi Sempozyumu*. Gebze, 23-26 Nisan.
- Tudor-Locke, C., Craig, C. L., Aoyagi, Y. et al. (2011). How Many Steps/Day are Enough? For Older Adults and Special Populations. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. Sayı. 8, 80.

- Türkiye Aile Hekimleri Uzmanlık Derneği. 21-22 Aralık 2002 Çalıştayı Sonuç Bildirgesi, Ankara.
- TÜSİAD. (2004). Sağlık Reformu Yolunda Uygulanabilir Çözüm Önerileri. TÜSİAD Basın Bülteni, www.sgk.gov.tr; Erişim Tarihi: 13.05.2021.
- Janz, N. K., Becker, M. H. (1984). The Health Belief Model: A Decade Later. *Health Education Quarterly*. Cilt. 11. Sayı. 1, 1-47.
- UEMO 2004 Policy Document on Specialist Training. (2004). UEMO 2004/034.
- U.S. Department of Health and Human Services. (1998). Lowering Blood Pressure with Dash. National Institutes of Health. National Heart Lung and Blood Institute NIH. Publication Originally Printed Revised 2006. No: 06-4082, 1-64.
- Ünlüoğlu, İ. (2004). Dünyada ve Türkiye’de aile hekimliğinin gelişimi. *Aktüel Tıp Dergisi*. 9(6): 5-9.
- Ünsal, A. (2017). Hemşireliğin Dört Temel Kavramı: İnsan, Çevre, Sağlık ve Hastalık, Hemşirelik. *Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. Cilt. 1. Sayı. 1, 11-25.
- Van Kim, N. A., Nelson, T. F. (2013). Vigorous Physical Activity, Mental Health, Perceived Stress, and Socializing Among College Students. *American Journal of Health Promotion*. Cilt. 28. Sayı. 1, 7-15.
- Varol, R. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılımlarına Dair Görüşlerinin İncelenmesi (Bartın Üniversitesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Wonca Avrupa 2005 Aile Hekimliği Avrupa Tanımı Türkçe Çevirisi, (2003). Türkiye Aile Hekimleri Uzmanlık Derneği Yayınları-3.
- World Health Organization (WHO), (2006). Basic documents, 47th ed. World Health Organization. Erişim 01.12.2020, <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44192>.
- World Health Organization (WHO), (2009). Europe. Physical activity and health in Europe - Evidence for action. Copenhagen, Denmark.
- World Health Organization (WHO), (2017). Regional Office for Europe. The challenge of obesity - quick statistics.
- Yangı, D. T., Görpelioğlu, S., T. M. (2018). Aile Hekimlerinin Periyodik Muayene Rehberine Yönelik Bilgi Tutum Ve Davranışlarının Değerlendirilmesi. *Türk Aile Hekim Derg.* 2018;22(3):104-17.
- Yılmaz, M. D. (2019). *Egzersiz Sağlık İnanç Modeli Ölçeğinin Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirliği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Zengin, S. (2013). *Çocuk ve Gençlik Merkezlerinde Hizmet Alan 12-18 Yaş Arası Erkek Çocukların Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutum Düzeyleri ile Benlik Saygılarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Zorba, E. (2020). COVID-19 Salgını Döneminde Egzersizin Yaşam Kalitesine Etkisi. *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*. Cilt. 6. Sayı. 1, 127-135.