



Covid-19 Salgını Döneminde Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yeme Tutumu Durumlarının İncelenmesi

Emin SÜEL¹, Emrah ŞENGÜR², İzzet TURASAN³,

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin Covid-19 salgını döneminde yeme tutum durumlarının incelenmesidir. **Materyal ve Metot:** Çalışmaya Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 153'ü kız, 152'si erkek toplam 305 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Öğrencilerin Yeme Tutum durumlarının incelenmesinde Yeme Tutum Testi (YTT-26) kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24 programı kullanılmış olup ikili karşılaştırmada Independent Sample T-Testi, gruplar arası karşılaştırmalarda ise One Way Anova testi kullanılmıştır. **Bulgular:** Analiz sonucunda cinsiyet değişkenine göre YTT toplam puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu farkın kadınlar lehine olduğu tespit edilmiştir. Beslenme durumu değişkeni ve sınıf değişkenine göre YTT toplam puan ortalamalarının gruplar arası karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak Covid-19 salgını döneminde öğrencilerin düzensiz bir beslenme anlayışına sahip oldukları ve bunun neticesinde yeme tutum puanlarının olumsuz anlamda yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durumun oluşmasında online ders süreci, hareketsiz yaşam, covid-19 salgınının getirdiği zorluklar, öğrencilerin hayat şartları, aile durumları ile sosyal ve psikolojik durumlarının yeme tutumlarını olumsuz anlamda etkilediği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler

Covid-19,
Üniversite Öğrencisi,
Yeme Tutumu,

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 30.12.2021

Kabul Tarihi: 12.12.2021

Online Yayın Tarihi: 15.12.2021

DOI:10.18826/useeabd.1016716

Investigation of the Eating Attitude Status of Students Faculty of Sports Sciences During the Covid-19 Epidemic

Abstract

Aim: The aim of the study is to examine the eating attitudes of the students studying at the Niğde Ömer Halisdemir University Faculty of Sports Sciences during the Covid-19 epidemic. **Methods:** A total of 305 students, 153 of who were girls and 152 of whom were boys, attended the study voluntarily at Niğde Ömer Halisdemir University Faculty of Sports Sciences. The Eating Attitude Test (YTT-26) was used to examine the eating Attitude of the students. The SPSS 24 program was used in the analysis of the data, and the Independent Sample T-Test was used for pairwise comparisons and the One Way Anova test for intergroup comparisons. **Results:** As a result of the analysis, it was determined that there was a significant difference in the comparison of EAT total score averages according to the gender variable, and the difference was in favor of women. It was determined that there was a significant difference in the comparison of the mean EAT total score between the groups according to the nutritional status variable and the class variable. **Conclusion:** As a result, it was determined that during the Covid-19 epidemic, the students had an irregular diet and as a result, their eating attitude scores were high in a negative sense. In the formation of this situation, it is thought that the online course process, sedentary life, the difficulties brought by the covid-19 epidemic, the living conditions of the students, their family situations, and their social and psychological conditions negatively affect their eating attitudes.

Keywords

Covid-19,
University Student,
Eating Attitude,

Article Info

Received: 30.12.2021

Accepted: 12.12.2021

Online Published: 15.12.2021

DOI:10.18826/useeabd.1016716

GİRİŞ

İlk tespiti 2019 yılı aralık ayının son zamanlarında Çin'in Wuhan kentinde saptanan SARS-CoV-2 olarak adlandırılan Covid-19 salgını tüm Dünya'yı etkisi altına almıştır (Del Rio & Malani, 2020; Aktuğ vd., 2020). Bu etkileri azaltmak amacıyla birtakım önlemler alınmış olsa da bireylerin egzersiz yapmalarını engelleyen, enerji tüketimlerini azaltan ve düzensiz bir beslenme anlayışı gibi olumsuz faktörleri de meydana getirmiştir. Bu olumsuz faktörler, fiziksel aktivite düzeyinin azalmasına ve bunun neticesinde diyabet, obezite ve yeme bozukluğu gibi hastalıkların oluşmasına sebep olabilmektedir

The role and contributions of each authors as in the section of IJSETS Writing Rules "Criteria for Authorship" is reported that: **1. Author:** Contributions to the conception or design of the paper, data collection, writing of the paper and final approval of the version to be published paper; **2. Author:** Data collection, preparation of the paper according to rules of the journal, final approval of the version to be published paper; **3. Author:** Statistical analysis, interpretation of the data and final approval of the version to be published paper.

¹**Corresponding Author:** Faculty of Sports Sciences, Niğde Ömer Halisdemir University, Niğde/Turkey **ORCID ID:** 0000-0001-7783-8029

²Faculty of Sports Sciences, Niğde Ömer Halisdemir University, Niğde/Turkey, **ORCID ID:** 0000-0001-5092-2300

³Faculty of Sports Sciences, Niğde Ömer Halisdemir University, Health Sciences Institute, Niğde/Turkey, **ORCID ID:**0000-0003-4471-8922

(Kartal vd., 2020; Gökler vd., 2020). Bu dönemde sağlıklı bir beslenme seçimi, gerekli öğünlerin eksiksiz alınması, egzersiz ve düzenli uyku bağışıklık sistemini olumlu olarak etkileyecektir (Naja & Hamadeh, 2020).

Covid hastalığı en çok insanların beslenme durumlarında önemli değişikliklere yol açmıştır (FAO, 2020). Bu dönemde büyümenin, gelişmenin ve yaşamın sağlıklı bir şekilde devam ettirilebilmesi için insan bedeninin yeterli ve düzenli bir şekilde ihtiyaç duyduğu makro ve mikro besin öğelerini dengeli bir şekilde kullanılmalıdır (Soylu, 2021; Yılmaz & Şeker, 2020; Aka, 2020; Yılmaz & Karaca, 2019; Murathan vd., 2015; TUBER, 2015; Süel vd., 2009; Baysal, 2007; Süel vd., 2006). Bu besinlerden gereksinim duyulan bütün besin gruplarını kullanmalı, güçlü bir bağışıklık kazanmak için yeterli protein, mineral, vitamin, lifli gıdalar ve doymamış yağ asitlerini tüketmelidirler. Tuzlu ürünlerden, şekerden ve hızlı tüketilen fast-food tarzı besinlerden uzak durulmalıdır (FAO, 2020). Bu beslenme seçimlerinden olumlu veya olumsuz etkilenen topluluklardan biri de üniversite öğrencileridir. Yeni bir döneme başlama, aileden ve sevdikleri insanlardan uzaklaşma ile ekonomik problemler özensiz beslenme durumlarına yol açmaktadır. Bu durumda da beslenme davranışlarında birtakım farklılıklar ortaya çıkabilmektedir (Çakaroğlu vd., 2016; Kaleli vd., 2017). Bu farklılıklar covid-19 dönemi ile birlikte sağlıksız besin tüketimi ve fast-food tarzı yanlış besin tüketimi ile sağlıksız yeni bir dönem başlatacaktır (Alzahrani vd., 2020).

Bu sağlıksız dönemin en önemlilerinden biri de yeme tutum ve davranışlarının değişmesi ile ortaya çıkan yeme bozukluklarıdır. Yeme bozukluğu, sağlık ve psikolojik problemlere sebep olan, yaşam kalitesinin zarar görmesini sağlayan yeme davranış bozuklukları olarak tanımlanmaktadır (Fairburn & Harrison, 2003; Ercan, 2014; Treasure vd., 2020). Yeme bozuklukları sosyal, psikolojik ve tıbbi problemlere yol açıp, bireylerin yaşam kalitesini etkilemektedir. Yeme davranış ve tutumlarını etkileyen etmenler şişman olma, gereksiz kilo hassasiyeti, üniversite hayatına girmiş olup aileden uzaklaşım düzensiz besin alımı ile dış çevreden gelen baskıları olarak açıklanmaktadır (Büyük & Duman, 2014; Öztürk, 2019; Yıldız, 2020). Bunların sonucunda yeme bozukluğu ve sağlıksız yeme davranışları olarak tanımlanan önemli sağlık sıkıntıları ortaya çıkmıştır (Çiftçi, 2012). Yapılan çalışmanın amacı da covid-19 salgını döneminde Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin yeme tutumu durumlarının belirlenmesidir.

MATERYAL VE YÖNTEM

Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesin’de öğrenim gören farklı bölümlerden (öğretmenlik, antrenörlük ve spor yöneticiliği) rastgele örneklem yoluya seçilen 18-25 yaş arası 305 öğrenci oluştururken, çalışmanın evrenini 18-25 yaş arası üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Etik Kurul Onayı: Covid-19 Salgını Döneminde Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yeme Tutumu Durumlarının İncelenmesi adlı çalışmanın etik kurul raporu Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 2021/67 protokol kodu ile alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Üniversite Öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesinde Yeme Tutum Testi ölçeği (YTT-26) kullanılmıştır. Çalışmamızda A ve B bölümleri olmak üzere 2 bölüm vardır. Ölçeğin A bölümünde öğrencilerin yaşları, eğitimlerine devam ettikleri bölüm ve sınıf, ikamet yerleri vb. gibi genel bilgileri sorgulanmıştır. Ölçeğin B bölümünde 26 maddeden oluşan Yeme Tutum Testi (YTT) kullanılmış olup testin puanlaması “her zaman” 3 puan, “sıklıkla” 2 puan, “genellikle” 1 puan, “bazen”, “nadiren” ve “hiçbir zaman” yanıtları 0 puan olacak şekilde 6 maddelik Likert ölçeği ile puanlandırılmıştır. Tek bir madde de ise puanlama tam tersi olacak şekilde yapılmıştır. YTT-26 skoru yükseldikçe yeme tutumu bozukluğu riski artmaktadır. Toplam skoru 20’ye eşit veya 20’nin üzerinde olan bireyler yeme tutumu bozukluğu olan bireyler olarak tanımlanmaktadır.

İstatistiksel Analiz

Verilerin analiz etmek için SPSS 24 programı kullanılmış olup ölçüm sonuçları yüzde ve frekans analizleri ile verilerin normal dağılım gösterdiği Kolmogorov Smirnov Testi ile belirlenmiş, ikili karşılaştırmasında Independent Sample T-Testi ve gruplar arası karşılaştırmalarda One Way Anova testi kullanılmıştır. Çalışma anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR**Tablo 1.** Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Bilgi Durumlarına Göre Dağılımı

Demografik Bilgi	N	Min	Max	\bar{x}	Ss
Yaş (yıl)	305	18	25	21,37	2,030
Boy (cm)	305	150	191	171,16	8,507
Kilo (kg)	305	40	95	64,61	11,293

Tablo 1' e göre katılımcıların yaş ortalaması 21,37, boy ortalamaları 171,16 cm ve kilo ortalamaları 64,61 kg olarak saptanmıştır.

Tablo 2. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Beslenme Seçimleri ve Cinsiyet Durumlarına Göre Dağılımı

Beslenme	f	%	Cinsiyet	f	%
Düzenli Beslenme	125	41	Erkek	152	49,8
Düzensiz Beslenme	171	56,1	Kadın	153	50,2
Ayaküstü (fast-food)	9	3			
Toplam	305	100	Toplam	305	100

Tablo 2' göre katılımcıların beslenme durumlarına göre %56,1' inin düzensiz beslendiği tespit edilmiştir. Katılımcıların %50,2' si kadın, %49,8'inin ise erkek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Branş Seçimi Durumlarına Göre Dağılımı

Branş	f	%
Bireysel Spor	139	45,6
Takım Sportu	107	35,1
Spor yapmıyorum	59	19,6
Toplam	305	100,0

Tablo 3'e göre katılımcıların branş olarak %45,6'sı bireysel sporla ilgilendiği tespit edilmiştir.

Tablo 4. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin İkamet durumları ve Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımı

İkamet	f	%	Sınıf	f	%
Evde	101	33,1	1	74	24,3
Yurtta	91	29,8	2	76	24,9
Aile	110	36,1	3	70	23,0
Akraba	3	1,0	4	85	27,9
Toplam	305	100,0	Toplam	305	100,0

Tablo 4'e göre katılımcıların %36,1'i aile ile ikamet ederken, sınıf bazında %27,9'unu 4.sınıf öğrencilerinin oluşturduğu saptanmıştır.

Tablo 5. Cinsiyet Değişkenine Göre YTT Puanı Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	Df	T	p
Yeme Tutum Puanı	Erkek	152	21,91	8,412	303	-2,325	0,021
	Kadın	153	24,30	9,474			

(p<0,05)

Tablo 5 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre YTT puan ortalamasının karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu, farkın kadınlar lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. YTT Puanının Beslenme Durumlarına Göre Dağılımları

Değişken	Beslenme	N	\bar{x}	Ss	KT	df	KO	F	p	Post-hoc (Tukey)	
YTT Puanı	Düzenli Beslenme	125	23,03	9,762	Gruplar Arası	650,49	2	325,24	4,07	0,018	1-3
	Düzensiz Beslenme	171	22,73	7,665	Gruplar İçi	24111,7	302	79,840			2-3
	Ayaküstü (fast-food)	9	31,44	16,979	Toplam	24762,2	304				

(p<0,05)

Tablo 6 incelendiğinde beslenme durumlarına göre YTT puan ortalamalarının gruplar arası karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu farkın ayaküstü beslenen öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. YTT puanının Branş Seçimi Durumlarına Göre Dağılımı

Değişken	Spor Dalı	N	\bar{x}	Ss		KT	df	KO	F	p
YTT Puanı	Bireysel Spor	139	23,65	8,552	Gruplar Arası	79,367	2	39,684	,486	0,616
	Takım Spor	107	22,80	8,059	Gruplar İçi	24682,842	302	81,731		
	Spor Yapmıyorum	59	22,41	11,527	Toplam	24762,210	304			

(p<0,05)

Tablo 7 incelendiğinde branş değişkenine göre YTT puan ortalamasının gruplar arası karşılaştırılmasında fark saptanmamıştır.

Tablo 8. YTT puanının Sınıf Değişkenine Göre Dağılımı

Değişken	Sınıf	N	\bar{x}	Ss		KT	df	KO	F	p	Post-hoc (Tukey)
YTT Puanı	1	74	24,76	8,661	Gruplar Arası	1275,823	3	425,274	5,450	0,001	1-2
	2	76	20,04	7,119	Gruplar İçi	23486,386	301	78,028			2-4
	3	70	22,36	8,723	Toplam	24762,210	304				
	4	85	25,05	10,328							

(p<0,05)

Tablo 8 incelendiğinde sınıf değişkenine göre YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu, 1. Sınıf ile 2. Sınıf arasında 1. Sınıf lehine, 2.sınıf ile 4 sınıf arasında 4. Sınıf lehine fark olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 9. YTT Puanının İkamet Yeri Göre Dağılımı

Değişken	İkamet	N	\bar{x}	Ss		KT	df	KO	F	p
YTT Puanı	Evde	101	23,03	8,278	Gruplar Arası	173,820	3	57,940	,709	0,547
	Yurtta	91	22,20	7,730	Gruplar İçi	24588,390	301	81,689		
	Aile	110	23,85	10,419	Toplam	24762,210	304			
	Akraba	3	26,67	16,197						

(p<0,05)

Tablo 9 incelendiğinde İkamet yerlerine göre YTT puan ortalamalarının gruplar arası karşılaştırılmasında fark saptanmamıştır.

TARTIŞMA

Yeme tutum ve davranışı, besin tüketiminde meydana gelen olumsuz değişiklikler neticesinde yeme bozukluğuna yol açan fiziksel ve psikolojik açıdan bireylerde değişime yol açabilen olaylar bütünüdür (Apa, 2013). Yeme davranışı kültürel yaşam biçimiyle değişime uğrayıp, dengesiz besin tüketimine, sağlıksız besin alımına, öğün atlanması veya fazla öğün tüketimine ve çevresel baskılar neticesinde olumsuz beslenme alışkanlıkları oluşturmasına ve bunun neticesinde yeme bozukluğuna sebep olmaktadır (Celik vd., 2016). Bu çalışma üniversite öğrencilerinin yeme tutumu durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yapılan çalışma da cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin yeme tutumu puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu, farkın kadın öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında kadınların kilo kaygısının olması, beğenilme arzusu ile çevresel dış görünüş baskısının olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Soylu ve vd., (2021) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada kadın öğrencilerin Covid-19 sürecinde okula hayatından uzaklaşmasının ruhsal olarak etkilediğini belirtmişlerdir. Bu durumda kadın öğrencilerin yeme tutumlarını etkilediği düşünülmektedir. Ergün vd., (2021) yaptığı çalışma da cinsiyet değişkenine göre YTT puanları karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğunu farkın kadınlar lehine olduğunu belirtmiştir. Bu farkın oluşmasında kadınlarda zayıflık durumunun daha çok önemsenmesi ve bu yüzden yeme

tutumlarında daha kontrollü olmaya çalışmaları olarak yorumlamıştır. Yine Sarıdağ-Devran & Kızıltan (2018) ile Akdevelioğlu & Yörüsün (2019) yaptıkları çalışmalarda cinsiyet değişkenine göre YTT puanları karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğunu farkın kadınlar lehine olduğunu belirtmişlerdir. Uzdil vd., (2019) yaptıkları çalışma da cinsiyet değişkenine göre YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. YTT puanlarının kadınlarda daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bu durumu kadınlarda aşırı zayıflığın güzel olmakla özdeşleştirilmesi, toplumsal beden imajı algısı ve medyanın etkisi gösterilebilir şekilde yorumlamışlardır. Ertürk (2018) yaptığı çalışma da ise cinsiyet değişkenine göre YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı fark olmamasına rağmen erkeklerin ortalamasının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu durumu spor merkezine devam eden erkek bireylerin vücut yapmak için beslenmeleriyle ilgili daha fazla takıntılara sahip olması ve çalışmada erkek katılımcıların oranının kadınlara göre daha fazla olması gösterilebilir şekilde yorumlamıştır. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde erkeklerin YTT puan ortalamasını yüksek olduğu çalışmalar bulunmasına karşın, kadınların erkeklere göre YTT puan ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan çalışma da ikamet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. YTT puan ortalamaları incelendiğinde akraba ile ikamet edenlerin puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun üniversiteye yeni başlamak, yeni bir çevre, aileden uzaklaşıp farklı ikamet bölgelerinde öğrenciliği sürdürmek gibi faktörler, yeme tutum davranışlarını etkileyebilmektedir. Ergün vd., (2021) yaptığı çalışmada ikamet değişkeni bakımından YTT puan ortalamaları arasında fark saptanmamıştır. Yine Özekinci (2020) ve Bulut (2019) yaptıkları çalışmalar da ikamet değişkenine göre YTT puan ortalamaları karşılaştırılmasında fark olmadığını belirtmişlerdir.

Yapılan çalışma da beslenme değişkenine göre YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu farkın ayaküstü beslenen öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun fast-food besin seçiminin sağlığı olumsuz olarak etkilediği ve bu tarz bir beslenmenin yeme bozukluğu riskini artıracakı düşünülmektedir. Yapılan çalışma da spor dalı değişkenine göre sonuçlar incelendiğinde üniversite öğrencilerinin YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında fark olmamasına rağmen bireysel spor yapanların ortalamasının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum bireysel spor yapan öğrencilerde müsabaka dönemi bitince aşırı besin alımı ve müsabaka öncesi kilo vermek için fazla stres yapma gibi durumlardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Çiftçi (2018) yaptığı çalışmada spor dalına göre YTT puanları arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Bu farkın bireysel spor yapan öğrencilerde YTT puanının yüksek olduğunu saptamıştır. Çiftçi bu durumu kilo vermek amacıyla yakın zamanda diyet ya da egzersiz yapma oranı da fazla olduğu için bu sonuca ulaşıldığı şeklinde yorumlamıştır.

Yapılan çalışma da üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenine göre YTT puan ortalamalarının karşılaştırılmasında anlamlı fark olduğu, 1. sınıf ile 2. sınıf arasında 1. sınıf lehine, 2.sınıf ile 4 sınıf arasında 4. sınıf lehine fark olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun 1.sınıfların yeni bir öğrenim hayatına başlamaları ve yeni çevreye adapte olamamaları ve 4.sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı sebebi ile YTT puanlarının yüksek olabileceği düşünülmektedir. Çiftçi (2018) yaptığı çalışmada sınıf değişkenine göre YTT puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit etmiştir. 3.sınıf öğrencilerinin 1.sınıf öğrencilerine göre daha yüksek YTT puanına sahip olduğunu saptamıştır ve bu durumu okula başladıktan sonra kilo almaya başlayan öğrencilerin kilo vermek amacıyla daha çok diyet ve egzersiz yapmaları olarak açıklamıştır. Literatür incelendiğinde sınıf değişkenine göre YTT puan ortalaması karşılaştırılmasında fark olmadığını belirten çalışmalar bulunmaktadır (Özekinci, 2020; Suna, 2016; Yılmaz vd., 2013).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak yapılan çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin covid-19 pandemi döneminde düzensiz beslendiği tespit edilmiştir. Düzensiz beslenme neticesinde üniversite öğrencilerinin yeme tutum durumlarının olumsuz anlamda yüksek çıktığı düşünülmektedir. Özellikle yeme tutumundaki bozukluğun obeziteye bağlı kalp damar sağlığını etkilemesi gibi çeşitli hastalıklara yol açtığı bilinmektedir. Bu sebeple üniversite öğrencilerin pandemi döneminde sağlıklı yeme tutum ve davranışları kazanması amacıyla beslenme ile alakalı ders ve seminer sayılarının artırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

PRATİK/SAHA UYGULAMALARI

Yeme tutumu, özellikle Covid 19 döneminde sokağa çıkma yasaklarıyla beraber değişmeye başlamıştır. Beslenme ve yeme şekilleri ile alakalı ders sayısının, konferans ve seminer sayısının artırılmasının üniversite öğrencilerinin genel sağlık durumlarının korunmasında etken olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aka, H. (2020). A research on the evaluation of nutrition knowledge levels of soccer coaches. *Progress in Nutrition*, 22(1), 111-118.
- Akdevelioğlu, Y., & Yörüşün, T. Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarına ilişkin bazı faktörlerin incelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 19-28.
- Aktuğ, Z. B., İri, R., & Demir, N. A. (2020). COVID-19 immune system and exercise: COVID-19 immün system ve egzersiz. *Journal of Human Sciences*, 17(2), 513-520.
- Alzahrani, S.H., Saeedi, A.A., Baamer, M.K., Shalabi, A.F., & Alzahrani, A.M. (2020). Eating habits among medical students at King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *International Journal of General Medicine*, 13, 77– 88.
- American Psychiatric Association (APA) (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5), Arlington, Va, USA.
- Baysal, A. (2007). Beslenme. *Şahin Matbaacılık*, Ankara.
- Bulut, D.S. (2019). Uludağ Üniversitesi öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi. (Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Büyükc, E.T., & Duman, G. (2014). Farklı okullarda okuyan lise öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi. *The Journal of Pediatric Research*, 1 (4), 212-217.
- Celik, S., Yoldascan, E.B., Okyay, R.A., & Ozenli, Y. (2016). Prevalence of eating disorders in female university students and affecting. *Anatolian J Psychiatry*, 17:42–50.
- Çakaroglu, D., Arslan, C., & Sandıkçı, B. (2016). Investigation of healthy life style behavior and body mass index of university students. *Sport si Societate*. 16(1), 85-88.
- Çiftçi, B. (2018). Beden Eğitime ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin yeme tutumlarının incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi), Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.
- Çiftçi, F.S. (2012). Üniversite öğrencilerinin beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişki. (Yüksek Lisans Tezi), Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Del Rio, C., & Malani, P.N. (2020). COVID-19—New Insights on a Rapidly Changing Epidemic. *JAMA*. 323(14). 1339-1340
- Ercan, A. (2014). Yeme bozuklukları. Tüfekçi Alphan, E. (Ed.) *Hatiboğlu Basım ve Yayım San. Tic. Ltd. Şti içinde* (305-340). Ankara
- Ergün, C., Koç, B., Kök, C., Duman, S., & Ayas, S. (2021). Düzenli egzersiz ve spor yapan bireylerin yeme tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*. DOI: 10.5336/sportsci.2020-80752
- Ertürk, E. (2018). Spor merkezine devam eden bireylerin beslenme durumları ve yeme davranışlarının değerlendirilmesi. (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Fairburn, C.G., & Harrison, P.J. Eating disorders. *Lancet* 2003; 361:407-16.
- FAO. (2020). Maintaining a healthy diet during the COVID-19 pandemic.
- Gökler, M. E., Durmuş, H. & Havlioğlu, S. (2020). Food literacy can described adequate? Optimizing cut-off scores for the short food literacy questionnaire (SFLQ). *Mediterranean Journal of Nutrition and Metabolism* (Preprint), 1-8.
- Kaleli, S., Kılıç, N., Erdoğan, M., & Erdoğan, N. (2017). Sakarya Üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2(2), 12-8.
- Kartal, A., Ergin, E., & Kanmış, H. D., (2020). COVID-19 pandemik salgın döneminde yaşam kalitesini arttırmaya yönelik sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite önerileri, *Eurasian JHS*;3 (COVID-19 Special Issue):149-155.

- Murathan, F., Uğurlu, F.M. & Bayrak, E. (2015). Beslenme dersi alan üniversite öğrencilerinin (BESYO) bölüm bazında beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 21, 330-342.
- Naja, F., & Hamadeh, R. (2020). Nutrition amid the COVID-19 pandemic: a multi-level framework for action. *European Journal of Clinical Nutrition*. <https://doi.org/10.1038/s41430-020-0634-3>.
- Özekinci, A. (2020). Üniversite öğrencilerinde mevsimsel değişimin duygu durumu, yeme tutumu ve beslenme durumu üzerine etkisinin değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi), Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Öztürk T. M. (2019). Yatan Hastalarda Yeme Tutumunun Klinik Tanılara Göre İncelenmesi Psikoz, Depresyon, Alkol ve Madde Kullanım Bozukluğu (Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Sarıdağ-Devran, B., & Kızıltan, G. 2018. Ülkemizin Doğu Anadolu Bölgesinde yaşayan adolesan ve yetişkin bireylerin beslenme alışkanlıkları ile yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi. *BÜSBİD*; 2(2):47-60
- Soylu, Y. (2021). Mücadele Sporcularında Duygusal Yeme, Bilinçli Farkındalık ve Psikolojik İyi Oluş. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(3), 542-549.
- Soylu, Y., Turğut, M., Canikli, A., Kargün, M. (2021). Fiziksel Aktivite, Duygusal Yeme ve Ruh Hali İlişkisi: Kovid-19 ve Üniversite Öğrencileri [Physical Activity, Emotional Eating, And Mood State: Kovid-19 and Students], *Spor Eğitim Dergisi*, 5 (2), 88-97.
- Suna, G. (2016). Üniversite öğrencilerinde uyku kalitesi ve yeme davranışının değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Süel, E., Şahin, İ., Karakaya, MA. & Savucu, Y. (2006). Elit seviyedeki basketbolcuların beslenme bilgi ve alışkanlıkları. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 20(4), 271-275.
- Süel, E., Şahin, İ., Korkmaz, C., Süel, N., & Dağlıoğlu, O. (2009). Comparison of nutritional knowledge and habits of basketball players in young men's basketball group matches in Turkey and young sedentaries in the same age group. *Journal of Human Sciences*, 6(2), 239-251.
- T.C Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu Türkiye Beslenme Rehberi, (2015). Ankara: *Kalkınma Bakanlığı Yayınları*
- Treasure, J., Duarte, T. A., & Schmidt, U. (2020). Eating disorders. *The Lancet*, 395(10227), 899–911. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30059-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30059-3)
- Uzdil, Z., Kayacan, A. G., Özyıldırım, C., Seda, K. A. Y. A., Kılınç, G. E., Canan, A. S. A. L., & Kaya, P. S. (2019). Adolesanlarda ortoreksiya nervoza varlığı ve yeme tutumunun incelenmesi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 8-13.
- Yıldız E. (2020). “Obez kadınlara verilen baş etme eğitiminin yeme tutumu, stres ve stresle baş etme üzerine etkisi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ebelik Anabilim Dalı, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi.
- Yılmaz, D., Ayaz, A., & Demirel, Z. B. (2013). Kız üniversite öğrencilerinde yeme tutumunun kişisel beden imajı algısı ile ilişkisi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 41(3), 227-233.
- Yılmaz, G., & Karaca, S. (2019). Spor yapan ve sedanter üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi tutum ve yaşam kalitelerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 258-266.
- Yılmaz, G., & Şeker, R. (2020). The effect of nutrition course on the level of nutrition knowledge. *Progress in Nutrition*, 22(1), 175-181.

CITATION OF THIS ARTICLE

Süel, E., Şengür, E. & Turasan, İ. (2021). Covid-19 Salgını Döneminde Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yeme Tutumu Durumlarının İncelenmesi. *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences - IJSETS*, 7(4), 148-154. DOI:10.18826/useeabd.1016716.