



## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI, BEDEN ALGISI, VÜCUT KOMPOZİSYONU VE YEME BOZUKLUKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

### EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA ADDICTION, BODY PERCEPTION, BODY COMPOSITION AND EATING DISORDERS IN UNIVERSITY STUDENTS

Fatma Tayhan

Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Çankırı, Türkiye

#### ÖZ

**Amaç:** Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, beden algısı ve vücut kompozisyonu ile yeme bozukluğu arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlandı.

**Yöntem:** Kesitsel tipte olan bu çalışma 209 üniversite öğrencisi ile yapıldı. Veriler, öğrencilerin genel özelliklerini ölçmeye yönelik soruların sorulduğu bir anket formu ile Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Rezy Yeme Bozuklukları Ölçeği ve Beden Algısı Ölçeği kullanılarak toplandı. Vücut kompozisyonu Biyoelektriksel İmpedans Analizi yardımıyla ölçüldü. Bel çevresi ve kalça çevresi ölçümleri alındı.

**Bulgular:** Kızların Beden Algısı Ölçeği toplam puanı erkeklerden daha düşük bulundu ( $p<0.05$ ). Ayrıca kız öğrenciler arasında yeme bozukluğu riski yaygınlığının (%40.5) erkeklerden (%21.7) daha yüksek olduğu görüldü. Lineer regresyon analizi yeme bozukluğu riski üzerinde beden kütle indeksi (BKİ) ( $\beta= 0.247$ ,  $p<0.001$ ) ve sosyal medya bağımlılığının ( $\beta= 0.193$ ,  $p=0.005$ ) anlamlı şekilde etkisi olduğunu gösterdi. Sosyal medya bağımlılığı olan öğrencilerin %29.2'sinin beden algısı düşükken, sosyal medya bağımlılığı olmayanların yalnızca %8.3'ünün beden algısı düşüktü ( $p=0.002$ ). Beden algısı düşük olan öğrenciler arasında yeme bozukluğu riski yaygınlığı, beden algısı yüksek olanlara göre daha fazla bulundu (sırasıyla %51.0 ve %31.6,  $p=0.011$ ).

**Sonuç:** Sonuç olarak yeme davranış bozukluklarına neden olan faktörlerin farkında olmak oldukça önemlidir. Bu çalışma sosyal medya bağımlılığının ve BKİ'nin daha yüksek yeme bozukluğu riski ile ilişkili olduğunu gösterdi. Sosyal medyada gençlere sunulan gerçekçi olmayan vücut görüntülerine ve beslenmeyle ilgili yanlış bilgilere maruziyet en aza indirilerek, gençler arasında yeme bozuklukları riskini azaltmak için sosyal medya kullanımı ve içeriği hakkında eğitim verilmesi önerilebilir. Ayrıca gençlerin ideal vücut ağırlığına ulaşmaları sağlanarak yeme bozukluğu riski azaltılabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bağımlılık, Beden Algısı, Vücut Ağırlığı, Yeme Bozukluğu

#### ABSTRACT

**Objective:** In this study, it was aimed to examine the relationship between social media addiction, body image, body composition, and eating disorders in university students.

**Method:** This cross-sectional study was conducted with 209 university students. The data were collected using a questionnaire that included the general characteristics of the students and the Social Media Addiction Scale, Rezy Eating Disorders Scale, and Body Image Scale. The researcher measured the body composition of students with the Bioelectrical Impedance Analysis. The researcher measured the waist and hip circumferences of students.

**Results:** The total score of the Body Image Scale of the girls was lower than the boys ( $p<0.05$ ). In addition, the prevalence of eating disorder risk among female students (40.5%) was higher than among males (21.7%). Linear regression analysis showed that (body mass index (BMI) ( $\beta= 0.247$ ,  $p<0.001$ ) and social media addiction ( $\beta= 0.193$ ,  $p=0.005$ ) had significant effects on eating disorder risk. While 29.2% of students with social media addiction had low body image, only 8.3% of students without social media addiction had low body image ( $p=0.002$ ). The prevalence of eating disorder risk was higher among students with low body perception than those with high body perception (51.0% and 31.6%, respectively,  $p=0.011$ ).

**Conclusion:** As a result, being aware of the factors that cause eating behavior disorders is very important. This study showed that social media addiction and BMI were associated with a higher risk of eating disorders. It may be recommended to provide education about the use and content of social media to reduce the risk of eating disorders among young people by minimizing exposure to unrealistic body images and nutritional misinformation presented to young people on social media. In addition, the risk of eating disorders can be reduced by ensuring that young people reach their ideal body weight.

**Key Words:** Addiction, Body Image, Body Weight, Eating Disorder

#### Makale Bilgisi/Article Info

**Yükleme tarihi/Submitted:** 26.05.2023, **Revizyon isteği/Revision requested:** 08.08.2023, **Son düzenleme tarihi/Last revision received:** 09.08.2023, **Kabul/Accepted:** 10.08.2023

**Sorumlu yazar/Corresponding author:** Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Çankırı, Türkiye  
Email: fatmatk@karatekin.edu.tr

## GİRİŞ

Yeme bozuklukları fiziksel sağlığı ve psikolojik işleyişi bozan vücut ağırlığına, şekline ve yemeye yönelik rahatsız edici tutumlarla karakterize edilen durumlardır [1]. Yeme alışkanlıklarının pek çok faktörden etkilendiği bildirilmiştir [2]. Üniversiteye geçişle birlikte gençler ilk kez yemek hazırlama, satın alma sorumluluğunu üstlenme gibi beslenme alışkanlıklarında bir takım değişimler yaşarlar [3]. Üniversite dönemindeki gençler, özellikle hayatlarının bu döneminde meydana gelen sağlıksız vücut ağırlığı artışı sebebiyle beden memnuniyetsizliği açısından risk altında olabilirler [4]. Beden memnuniyetsizliği, kişinin gerçek beden imajı ile ideal beden imajı arasındaki algılanan tutarsızlığını ifade eder [5]. Beden memnuniyetsizliği; yeme bozukluğu, depresyon, özgüven eksikliği ve düşük yaşam doyumuna gibi çeşitli olumsuz sonuçlara yol açabilir [6]. Yeme bozuklukları üzerinde etkili olduğu saptanan bir diğer faktör de sosyal medyadır [7]. Sosyal medya platformları teknolojinin de gelişmesiyle birlikte, insanların hayatının önemli bir parçası haline gelmiştir [8]. Sosyal medya kullanımı bireylerin iletişim ve öğrenme becerilerini geliştirmek gibi pek çok fayda sağlarken bazı riskleri de beraberinde getirmektedir [9]. Bu risklerden biri de sosyal medyada uzun süreler harcayan kişilerde bağımlılık davranışının ortaya çıkmasıdır. Sosyal medya bağımlılığı, sosyal medyayı aşırı kullanmak ve sosyal medyaya girmek için karşı konulamaz bir dürtüye sahip olmak olarak ifade edilmektedir [10]. Sosyal medyanın beden algısını olumsuz etkilediği, beden memnuniyetini azalttığı ve yeme bozukluğu semptomlarını tetiklediği gösterilmiştir [11]. Sosyal medya toplumun güzellik algılarını etkileyerek, gençlerin bedenleriyle ilgili olumsuz algılarına yol açabilir ve gençlerin beden algısındaki bozukluk da onları yeme davranış bozukluklarına yönlendirebilir [7].

Sosyal medyanın uygunsuz ve uzun saatler süresince kullanımı göz önüne alındığında üniversiteli gençler için riskli olabilir. Bu bağlamda, üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, yeme davranış bozuklukları ve beden algısı arasında ilişki olup olmadığının saptanması üniversiteli gençlere yönelik önleme ve destek programları oluşturulması açısından önemli olacaktır. Literatürde sosyal medya bağımlılığının ve beden algısının yeme bozukluğu riski üzerindeki etkisini araştıran çalışma sayısı sınırlıdır. Ayrıca Türkiye’de üniversite öğrencilerinde yeme davranışları, sosyal medya bağımlılığı ve beden algısı arasındaki ilişkiye yönelik yapılmış bir çalışmaya rastlanmadı. Bu nedenle, bu çalışmada üniversite öğrencilerinde yeme davranış bozuklukları, sosyal medya bağımlılığı ve beden algısı arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amaçlandı.

## YÖNTEM

### Çalışmanın Türü ve Örneklemi

Bu çalışma Çankırı Karatekin Üniversitesinde eğitim görmekte olan öğrenciler ile yürütülen kesitsel bir çalışmadır. Örneklem büyüklüğü G\*Power 3.1.9.2 programı yardımı ile %80 güç, %5 hata payı ve 0.35 etki büyüklüğü ile en az 204 katılımcı olarak hesaplandı. Çalışmadan dışlama kriterleri 19-29 yaş aralığında olmamak, sosyal medya kullanmamak, madde bağımlılığı olmak, gebe veya emzikli olmak, kronik hastalığa sahip olmak, düzenli olarak ilaç kullanmak olarak belirlendi. Öğrencilerin genel özelliklerini ölçmeye yönelik bir anket formu yüz yüze görüşme yöntemiyle dolduruldu. Ayrıca öğrencilerin besin tüketimine ve sosyal medya kullanımına ilişkin bilgileri veri toplama formuna kaydedildi.

### Veri Toplama Araçları

Sosyal medya bağımlılığını ölçmek için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, yeme bozukluklarını ölçmek için Rezzy Yeme Bozukluğu Ölçeği, beden algısının saptanması için Beden Algısı Ölçeği kullanıldı. Ayrıca araştırmacı tarafından yöntemine uygun olarak öğrencilerin bel çevresi, kalça çevresi gibi antropometrik ölçümleri alındı ve vücut bileşimi biyoelektriksel impedans analizi (BİA) yöntemiyle analiz edildi.

*Rezzy Yeme Bozuklukları Ölçeği:* Yeme bozukluğu riskini taramak amacıyla Hill ve ark. [12] tarafından geliştirilmiştir. Aydemir ve ark. [13] tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçekte toplam 5 madde bulunmaktadır ve her maddede verilen cevabın olumlu olması sonucunda 1 puan verilmekte, olumsuz cevaplar ise 0 olarak puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan 0-5 arasında değişmekte olup, 2 ve üzeri puan yeme bozukluğu açısından risk altında olarak kabul edilmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.74 olarak bildirilmiştir [13].

*Beden Algısı Ölçeği:* Beden Algısı Ölçeği, Secord ve Jourand [14] tarafından bireylerin vücutlarına karşı hissettikleri duyguları ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Hovardaoğlu [15] tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçekte vücudun çeşitli bölümleri ve işlevleri ile ilgili 40 soru bulunmakta ve beşli likert tipinde (1=Hiç beğenmiyorum, 5=Çok beğeniyorum) puanlanmaktadır. Buna göre ölçekten alınabilecek puan 40-200 arasında değişmekte ve kesme puanı 135 olarak bildirilmektedir. Ölçekten 135’in altında puan alanların beden algısı düşük, 135 ve üzerinde puan alanların beden algısı yüksek olarak tanımlanmıştır [15].

*Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği:* Sosyal medya bağımlılığı ölçeği, üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığını ölçmek için Tutkun-Ünal ve Deniz [16] tarafından geliştirilmiş, 41 soruluk bir ölçektir. Ölçek 5’li likert tipinde (1=Hiçbir zaman, 5= Her zaman) derecelendirilmiş olup, ölçekten 41-205 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puan 41-73 arasında ise bireyler “Bağımlı değil”, 74-106 arasında ise “Az bağımlı”, 107-139 arasında ise “Orta bağımlı”, 140-172 arasında ise “Yüksek bağımlı” ve 173-205 arasında ise “Çok yüksek bağımlı” olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.967 olarak saptanmıştır [16].

*Antropometrik ölçümler:* Bireylerin vücut ağırlığı BİA ile bireyler aç karnına ve ince giysiler varken ölçüldü. Boy uzunluğu bireyler ayakta, baş frankfort düzlemde iken Stadiometre ile ölçüldü. BKİ vücut ağırlığının (kg) boy uzunluğunun metre karesine bölünmesi ile hesaplandı. Bel çevresi ölçümü alınırken ayakta duran bireyin alt kaburga kemiği ile kristailiyak arasındaki uzunluk ölçülüp, orta noktadan mezür ile çevre ölçümü yapıldı. Dünya Sağlık Örgütü’nün kesişim değerlerine göre BKİ, bel çevresi, bel çevresi/kalça çevresi, bel çevresi/boy uzunluğu, vücut yağ yüzdesi değerlendirildi. Öğrencilerin BKİ’si <18.5 kg/m<sup>2</sup> ise zayıf, 18.5-24.9 kg/m<sup>2</sup> ise normal, 25-29.9 kg/m<sup>2</sup> ise fazla kilolu, ≥30 kg/m<sup>2</sup> ise obez olarak; erkeklerde bel çevresi >94 cm ise metabolik açıdan “artmış risk” ve >102 cm ise metabolik açıdan “yüksek risk” olarak, kadınlarda ise bel çevresi >80 cm ve >88 cm olması durumunda “artmış risk” ve “yüksek risk” olarak; bel çevresi/kalça çevresi erkeklerde ≥0.90 ve kadınlarda ≥0.85 ise android şişmanlığın ve sağlık riskinin arttığını bir göstergesi olarak değerlendirildi. Vücut yağ yüzdesi sırasıyla erkeklerde ≤6 ise zayıf, 7-24 ise normal, ≥25 ise risk olarak, kadınlarda ≤8 ise zayıf, 9-31 ise normal, ≥32 ise risk olarak ele alındı [17]. Bel çevresi boy uzunluğu oranı için verilen kesim noktası her iki cinsiyet için de 0.5 olup, 0.5’in altı metabolik risk yok, ≥0.5 metabolik risk var olarak alındı [18].

### Etik Onay

Araştırmanın yapılabilmesi için Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulundan izin alındı (Toplantı No:6). Çalışmanın başında çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilere onam formu imzalatıldı. Helsinki Bildirgesine uygun olarak çalışma tamamlandı.

### İstatistiksel Analiz

Veriler SPSS 23 paket programı yardımıyla analiz edildi. Bölüm, sınıf, sigara ve alkol kullanma gibi kategorik değişkenler sayı (n) ve yüzde (%) olarak verildi. Yaş, ölçek puanları, ana ve ara öğün sayıları gibi sürekli değişkenler ise ortalama ve standart sapma (X±SS) olarak verildi. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro-Wilk testi ile tespit edildi. Kategorik değişkenlerde gruplar arasındaki farkın

incelenmesinde Pearson Ki-kare testi, iki grup arasındaki sürekli değişkenlerin karşılaştırılmasında ise parametrik verilerde Bağımsız örneklem t testi, parametrik olmayan verilerde Mann Whitney U testi kullanıldı. Yeme bozukluğu ile farklı verilerin ilişkisinin incelenmesi için lineer regresyon analizi yapıldı. Bulunan sonuçlar için  $p < 0.05$  değeri anlamlı olarak kabul edildi [19].

## BULGULAR

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması  $20.9 \pm 1.4$  yıl olarak saptandı. Öğrencilerin %27.3'ü beslenme ve diyetetik, %11.5'i hemşirelik, %12.0'si ebelik, %10.5'i fizyoterapi ve rehabilitasyon, %38.8'i diğer bölümlerde okumaktaydı. Erkek öğrencilerin yarısı, kızların %35.0'i sigara içiyordu ( $p > 0.05$ ). Erkeklerin %41.3'ü kızların %20.2'si alkol kullanıyordu ( $p < 0.05$ ). Erkek öğrencilerde düzenli egzersiz yapma sıklığı kızlara göre daha fazla bulundu ( $p < 0.05$ ). Kız öğrenciler arasında erkeklere göre sosyal medyada beslenme ile ilgili takip edilen içeriklerin beslenmeyi etkileme durumu ve beslenme ile ilgili sayfaları takip etme sıklığı daha yüksek olup, aradaki fark anlamlı değildi.

Yeme bozukluğu ve düşük beden algısı sıklığının kızlarda erkeklerden daha yaygın olduğu görüldü ( $p < 0.05$ ) (Tablo 1).

**Tablo 1.** Öğrencilerin genel özelliklerinin dağılımı

Özellik	Erkek (n=46)		Kadın (n=163)		Toplam (n=209)		p
	n	%	n	%	n	%	
<b>Öğrenim görülen bölüm</b>							
Beslenme ve diyetetik	9	19.6	48	29.4	57	27.2	
Hemşirelik	4	8.7	20	12.3	24	11.5	
Ebelik	-	-	25	15.3	25	12.0	<0.001 <sup>a</sup>
Fizyoterapi ve rehabilitasyon	11	23.9	11	6.7	22	10.5	
Diğer	22	47.8	59	36.3	81	38.8	
<b>Sınıf</b>							
1	8	17.4	39	23.9	47	22.5	
2	9	19.6	35	21.5	44	21.1	
3	15	32.6	43	26.4	58	27.7	0.728
4	14	30.4	46	28.2	60	28.7	
<b>Sigara içme durumu</b>							
İçiyor	23	50.0	57	35.0	80	38.3	
İçmiyor	23	50.0	106	65.0	129	61.7	0.093 <sup>b</sup>
<b>Alkollü içecek tüketme durumu</b>							
Tüketiyor	19	41.3	33	20.2	52	24.9	
Tüketmiyor	27	58.7	130	79.8	157	75.1	0.006* <sup>b</sup>
<b>Düzenli egzersiz yapma</b>							
Evet	19	41.3	23	14.1	42	20.1	
Hayır	27	58.7	140	85.9	167	79.9	<0.001*
<b>Depresif ruh halinde olma</b>							
Evet	17	37.0	82	50.3	99	47.4	
Hayır	29	63.0	81	49.7	110	52.6	0.151 <sup>b</sup>
<b>Sosyal medyada beslenme ile ilgili sayfaları takip etme</b>							
Evet	17	37.0	78	47.9	95	45.5	
Hayır	29	63.0	85	52.1	114	54.5	0.253 <sup>b</sup>
<b>Sosyal medyada beslenme ile ilgili takip edilen içeriklerin beslenmeyi etkileme durumu</b>							
Evet	11	31.4	43	33.1	54	32.7	
Hayır	24	68.6	87	66.9	111	67.3	0.854

Sosyal medyada beslenme ile ilgili takip edilen içeriklerin iştahı etkileme durumu							
Arttı	8	22.9	35	26.7	43	25.9	
Azaldı	5	14.2	22	16.8	27	16.3	0.795
Değişikliğe sebep olmadı	22	62.9	74	56.5	96	57.8	
Sosyal medyadan etkilenerek denenen besin olma durumu							
Evet	13	37.1	46	35.1	59	35.5	
Hayır	22	62.9	85	64.9	107	64.5	0.981 <sup>b</sup>
Yeme bozukluğu riski							
Var	10	21.7	66	40.5	76	36.4	
Yok	36	78.3	97	59.5	133	63.6	0.031* <sup>b</sup>
REZZY toplam puan (X±SS)	0.71±0.98		1.3±1.2		1.1±1.2		0.003* <sup>c</sup>
Sosyal medya bağımlılığı							
Bağımlı	31	67.4	130	79.8	161	77.0	
Bağımlı değil	15	32.6	33	20.2	48	23.0	0.118 <sup>b</sup>
SMBÖ toplam puanı (X±SS)	86.4±24.1		94.3±24.0		92.6±24.1		0.051 <sup>c</sup>
Beden algısı							
Düşük	6	13.0	45	27.6	51	24.4	
Yüksek	40	87.0	118	72.4	158	75.6	0.066 <sup>b</sup>
BAÖ toplam puanı (X±SS)	163.2±22.3		150.4±25.4		153.2±25.3		0.002* <sup>c</sup>
Yaş (yıl) (X±SS)	21.1±1.4		20.8±1.4		20.9±1.4		0.265 <sup>c</sup>

\* $p < 0.05$ , Pearson Ki-kare testi, <sup>a</sup>Likelihood oranı, <sup>b</sup>Yates (Contumity correction) ki-kare testi, <sup>c</sup>Bağımsız örneklem t testi, REZZY: Yeme Bozuklukları Ölçeği, SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, BAÖ: Beden Algısı Ölçeği

Öğrencilerin antropometrik ölçümleri değerlendirildiğinde; erkeklerin %28.3'ünün hafif şişman ve %8.7'sinin şişman olduğu, kızların ise %9.8'inin hafif şişman ve %4.9'unun obez olduğu saptandı ( $p < 0.05$ ). Erkek öğrencilerin %10.9'u, kız öğrencilerin ise %14.7'si bel çevresine göre metabolik açıdan risk altında, erkeklerin %6.5'i, kızların ise %3.7'si metabolik açıdan yüksek risk altında olarak bulundu ( $p < 0.05$ ). Bel/kaça oranına göre erkeklerin %10.9'u, kızların %3.1'i android şişmanlık ve artmış sağlık riski altındaydı ( $p < 0.05$ ). Metabolik açıdan bel/boy oranına göre erkeklerin %39.1'i, kızların %16.6'sı risk altında olarak belirlendi ( $p < 0.05$ ). Yağ yüzdesine göre dağılımları incelendiğinde ise, kızların arasında normal yağ yüzdesine sahip olanların sıklığı erkeklerden anlamlı olarak yüksek bulundu (Tablo 2).

**Tablo 2.** Öğrencilerin antropometrik ölçümlerinin değerlendirilmesi

Özellik	Erkek (n=46)		Kadın (n=163)		Toplam (n=209)		p
	n	%	n	%	n	%	
<b>BKİ sınıflaması</b>							
Zayıf	5	10.9	21	12.9	26	12.4	
Normal ağırlıklı	24	52.2	118	72.4	142	67.9	
Hafif şişman	13	28.2	16	9.8	29	13.9	0.007*
Şişman	4	8.7	8	4.9	12	5.8	

BKİ (kg/m <sup>2</sup> ) (X±SS)	23.7±3.8	22.0±3.7	22.3±3.8	0.006*			
<b>Bel çevresi</b>							
Normal	38	82.6	133	81.6	171	81.8	
Riskli	5	10.9	24	14.7	29	13.9	0.588
Yüksek riskli	3	6.5	6	3.7	9	4.3	
<b>Bel/kalça oranı</b>							
Risk yok	41	89.1	158	96.9	199	95.2	0.044* <sup>a</sup>
Riskli	5	10.9	5	3.1	10	4.8	
<b>Bel/boy oranı</b>							
Risk yok	28	60.9	136	83.4	164	78.5	0.002* <sup>b</sup>
Risk	18	39.1	27	16.6	45	21.5	
<b>Yağ yüzdesi</b>							
Zayıf	5	10.9	1	0.6	6	2.8	0.004 <sup>c</sup>
Normal	35	76.1	143	87.7	178	85.2	
Risk	6	13.0	19	11.7	25	12.0	

\*p<0.05, Pearson Ki-kare testi, <sup>a</sup>: Fisher'in Kesin Testi, <sup>b</sup>: Yates (Continuity correction) ki-kare testi, <sup>c</sup>: Likelihood oranı.

Tablo 3'te öğrencilerin cinsiyete göre genel beslenme alışkanlıklarının dağılımı incelendiğinde, erkeklerin ana öğün sayılarının kızlardan, kızların ara öğün sayılarının ise erkeklerden daha yüksek olduğu görüldü (p<0.05). Öğrencilerin %69.4'ü öğün atlama belirlendi. Erkeklerin %34.8'i, kızların %20.2'si iştahlarının çok yüksek olduğunu belirtmiş olup, erkek ve kız öğrencilerin kendi kendilerini değerlendirdikleri iştah düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklı olduğu saptandı. Öğrencilerin yarısından fazlasının tok olduğu halde yemek yediği bulundu. Öğrencilerin %29.7'si besin alımını kısıtladığını, %29.2'si iştahını kontrol edemediğini ve %65.6'sı sağlıklı beslendiğini düşünmekteydi.

**Tablo 3.** Öğrencilerin genel beslenme alışkanlıklarının dağılımı

Özellik	Erkek (n=46)		Kadın (n=163)		Toplam (n=209)		p
	n	%	N	%	n	%	
Ana öğün sayısı ( $\bar{X}$ ±SS)	2.4±0.6		2.2±0.4		2.3±0.5		<b>0.012</b> <sup>**</sup>
Ara öğün sayısı ( $\bar{X}$ ±SS)	1.2±0.8		1.6±1.0		1.5±1.0		<b>0.033</b> <sup>**</sup>
Su tüketimi (bardak/gün)	8.2±4.7		7.2±3.9		7.4±4.1		0.150 <sup>a</sup>
<b>Öğün atlama</b>							<b>p</b>
Evet	32	69.6	113	69.3	145	69.4	0.868 <sup>b</sup>
Hayır	14	30.4	50	30.7	64	30.6	

<b>İştah düzeyi</b>							
Az iştahlı	3	6.5	22	13.5	25	12.0	
Normal iştahlı	27	58.7	108	66.3	135	64.6	<b>0.028</b> <sup>**d</sup>
Çok iştahlı	16	34.8	33	20.2	49	23.4	
<b>Tok olduğu halde yeme alışkanlığı</b>							
Var	24	52.2	90	55.2	114	54.5	0.843 <sup>c</sup>
Yok	22	47.8	73	44.8	95	45.5	
<b>İştahı kontrol edebilme</b>							
Evet	39	84.8	109	66.9	148	70.8	<b>0.030</b> <sup>**c</sup>
Hayır	7	15.2	54	33.1	61	29.2	
<b>Besin alımını kısıtlama</b>							
Evet	10	21.7	52	31.9	62	29.7	0.250 <sup>c</sup>
Hayır	36	78.3	111	68.1	147	70.3	
<b>Sağlıksız beslendiğini düşünme</b>							
Evet	29	63.0	108	66.3	137	65.6	0.819 <sup>c</sup>
Hayır	17	37.0	55	33.7	72	34.4	

\*p<0.05, <sup>a</sup>: Bağımsız örneklem t testi, <sup>b</sup>: Pearson Ki-kare testi, <sup>c</sup>: Yates (Continuity correction) ki-kare testi, <sup>d</sup>: Linear by linear association testi.

Öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı olup olmamasına göre antropometrik ölçümleri incelendiğinde gruplar arasında anlamlı bir farklılık görülmedi. Sosyal medya bağımlılığı olan öğrencilerin sosyal medya kullanım süreleri (3.6±2.1 saat/gün) sosyal medya bağımlılığı olmayanlara göre (2.6±1.5 saat/gün) anlamlı olarak yüksek bulundu. Ayrıca ana ve ara öğün sayısı, öğün atlama, besin alımını kısıtlama, sağlıksız beslendiğini düşünme durumu ve yeme bozukluğu riski sosyal medya bağımlılığı olup olmamasına göre anlamlı olarak farklı değildi. Ancak sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin %29.2'sinin beden algısı düşüken, sosyal medya bağımlılığı olmayanların yalnızca %8.3'ünün beden algısı düşük olarak saptandı (p<0.05) (Tablo 4).

Öğrencilerin beden algısı düzeylerine göre antropometrik ölçümleri karşılaştırıldığında vücut yağ yüzdesinin düşük beden algısına sahip olan grupta (%28.2±35.2) yüksek beden algısına sahip olanlara göre (%21.7±7.0) anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü (p=0.032). Ayrıca yüksek beden algısına göre karşılaştırıldığında, düşük beden algısına sahip olanların günlük sosyal medya kullanım süreleri de anlamlı olarak daha yüksek bulundu. Beden algısı düşük olan öğrencilerin %51'inin, beden algısı yüksek olanların %31.6'sının yeme bozukluğu riski vardı (p<0.05) (Tablo 4).

Öğrencilerin yeme bozukluğu riski olup olmama durumuna göre antropometrik ölçümleri incelendiğinde, yeme bozukluğu riski altındakilerin BKİ, vücut yağ yüzdesi, bel ve kalça çevresi, bel çevresi boy uzunluğu oranı ortalamalarının yeme bozukluğu riski olmayanlara göre daha yüksek olduğu saptandı (p<0.05).

Yeme bozukluğu riski altındakilerin %48.7'si besin alımını kısıtladığını bildirmişken, yeme bozukluğu riski altında olmayanların %18.8'i besin alımını kısıtladığını belirtmiştir (p<0.05). Yeme bozukluğu riski altında olmayanlara göre (%59.4), yeme bozukluğu riski altındakilerin (%76.3) daha fazlası sağlıksız beslendiğini düşünmektedir (p=0.013) (Tablo 4).

Çok değişkenli lineer regresyon analizi sonuçlarına göre Model 1'de beden algısı ölçeği toplam puanı ve visceral yağ yüzdesinin yeme bozukluğu riski üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı gösterildi (p>0.05). Ancak sosyal medya bağımlılığı ölçeği puanı ( $\beta=0.193$ , p=0.005) ve BKİ ( $\beta=0.247$ , p<0.001) yeme bozukluğunun belirleyicileri olarak bulundu (Model 3) (Tablo 5).

**Tablo 4.** Öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı, beden algısı ve yeme bozukluğu riskine göre bazı özelliklerinin dağılımı

Özellik	Sosyal medya bağımlılığı			Beden algısı			Yeme bozukluğu riski								
	Bağımlı değil (n=48)	Bağımlı (n=161)	p <sup>f</sup>	Düşük (n=51)	Yüksek (n=158)	p <sup>f</sup>	Yok (n=133)	Var (n=76)	p <sup>f</sup>						
BKİ (kg/m <sup>2</sup> )	22.6±3.3	22.3±3.9	0.318	22.6±3.7	22.3±3.8	0.378	21.7±3.4	23.5±4.1	<b>0.002*</b>						
Vücut yağı (%)	22.2±6.1	23.6±20.8	0.905	28.2±35.2	21.7±7.0	<b>0.032*</b>	20.9±7.0	24.4±7.4	<b>0.001*</b>						
Bel çevresi (cm)	76.4±9.7	74.5±10.2	0.120	75.0±9.5	74.9±10.3	0.667	73.7±9.6	76.9±10.7	<b>0.019*</b>						
Kalça çevresi (cm)	99.2±7.8	97.9±9.9	0.146	97.9±11.5	98.3±8.7	0.744	96.7±8.2	100.8±10.9	<b>0.001*</b>						
Bel/kalça oranı	0.76±0.07	0.76±0.07	0.503	0.76±0.08	0.76±0.06	0.578	0.76±0.06	0.76±0.08	0.991						
Bel/boy oranı	0.46±0.05	0.45±0.05	0.167	0.45±0.05	0.45±0.05	0.476	0.44±0.05	0.46±0.06	<b>0.009*</b>						
Uyku süresi (saat/gün)	7.0±1.4	7.3±1.4	0.284	7.1±1.1	7.3±1.4	0.455	7.3±1.4	7.2±1.4	0.645						
Sosyal medya süresi (saat/gün)	2.6±1.5	3.6±2.1	<b>0.003*</b>	4.1±2.2	3.1±1.9	<b>0.001*</b>	3.3±1.9	3.4±2.3	0.743						
Ana öğün sayısı	2.3±0.5	2.2±0.4	0.150	2.3±0.50	2.3±0.51	0.982	2.2±0.5	2.3±0.4	0.605						
Ara öğün sayısı	1.4±1.0	1.5±1.0	0.298	1.6±1.0	1.5±0.9	0.543	1.4±0.9	1.6±1.1	0.413						
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>p<sup>v</sup></b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>p<sup>v</sup></b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>p<sup>v</sup></b>
<b>Öğün atlama</b>															
Evet	31	64.6	114	70.8	0.152	34	66.7	111	70.3	0.733	92	69.2	53	69.7	0.405
Hayır	16	35.4	47	29.2		17	33.3	47	29.7		41	30.8	23	30.3	
<b>Besin alımını kısıtlama</b>															
Evet	12	25.0	50	31.1	0.268	15	29.4	47	29.7	0.964	25	18.8	37	48.7	< <b>0.001*</b>
Hayır	36	75.0	111	68.9		36	70.6	111	70.3		108	81.2	39	51.3	
<b>Sağlıksız beslendiğini düşünme</b>															
Evet	31	64.6	106	65.8	0.501	36	70.6	101	63.9	0.243	79	59.4	58	76.3	<b>0.013*</b>
Hayır	17	35.4	55	34.2		15	29.4	57	36.1		54	40.6	18	23.7	
<b>Yeme bozukluğu riski</b>															
Yok	35	72.9	98	60.9	0.087	25	49.0	108	68.4	<b>0.011*</b>					
Var	13	27.1	63	39.1		26	51.0	50	31.6						
<b>Beden algısı</b>															
Düşük	4	8.3	47	29.2	<b>0.002*</b>										
Yüksek	44	91.7	114	70.8											

\*p&lt;0.05, v: Pearson ki-kare testi, f: Mann Whitney U testi.

**Tablo 5.** Yeme bozukluğunu etkileyen faktörlerin lineer regresyon modelleriyle değerlendirilmesi

Değişkenler	B	SE	β	t	p
<b>Model 1</b>					
SMBÖ	0.003	0.001	0.152	2.152	0.033*
BAÖ	-0.002	0.001	-0.127	-1.789	0.075
BKİ (kg/m <sup>2</sup> )	0.024	0.009	0.193	2.576	0.011*
Visseral yağ (%)	0.011	0.008	0.107	1.438	0.152
<b>Model 2</b>					
SMBÖ	0.003	0.001	0.157	2.214	0.028*
BAÖ	-0.002	0.001	-0.115	-1.628	0.105
BKİ (kg/m <sup>2</sup> )	0.030	0.009	0.239	3.515	0.001*
<b>Model 3</b>					
SMBÖ	0.004	0.001	0.191	2.807	0.005*
BKİ (kg/m <sup>2</sup> )	0.031	0.009	0.247	3.628	<0.001*

\*p&lt;0.05, Lineer regresyon analizinde Backward yöntemi kullanılmıştır. Model 3'te istatistiksel olarak anlamlı olmayan değişkenler hariç tutulmuştur. SE: Standart hata, SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı, BAÖ: Beden algısı ölçeği toplam puanı

**TARTIŞMA**

Sosyal medya platformları dünya üzerinde oldukça geniş bir kullanım alanına sahiptir. 2019 yılında dünya nüfusunun yaklaşık %72'sinin çevrimiçi sosyal ağları kullandığı ve bu sayının her yıl arttığı bildirilmiştir [20]. Sosyal medyanın çeşitli avantajları olmakla birlikte potansiyel tehlikeleri de vardır. Yapılan bu kesitsel çalışma, sosyal medya bağımlılığının yeme bozukluğu ile ilişkisini belirlemiştir.

Bu çalışmada sosyal medya bağımlılığının, yeme bozukluğu riski üzerinde pozitif olarak etkili olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.193$ ,  $p = 0.005$ ). Benzer şekilde Imperatori ve ark. [2] sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili semptomların yeme bozukluğu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu saptamışlardır ( $B = 0.213$ ;  $p = 0.022$ ). Latzer ve ark. [21], Facebook, YouTube gibi ortamlara daha fazla maruz kalmanın kötü beden algısı ve artmış yeme bozukluğu riski ile ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Bulgular yeme bozukluğu riski üzerinde sosyal medyanın zararlı etkisini ortaya koymaktadır. Sosyal medyada idealize edilen beden algısı, gençleri daha güzel görünmek uğruna yanlış beslenme alışkanlıklarına yönlendirebilir. Bu nedenle üniversite öğrencilerinde sosyal medya maruziyetinin azaltılması ve olumsuz beden algısının önlenmesi için çeşitli stratejiler geliştirilmelidir.

Sosyal medyanın kontrolsüz kullanımının kişilerin yaşamları üzerinde sosyal ve psikolojik yönden çeşitli etkileri vardır [22]. Üniversite öğrencileri sosyal medya platformlarında uzun saatler harcamakta ve gerçek olmayan filtreli görüntülere maruz kalmaktadırlar [11]. Bu durumun onların beden algılarını etkileyebileceği düşünülmüştür. Bu

amaçla, sosyal medya bağımlılığı olan ve olmayan öğrencilerin beden algıları karşılaştırılmış ve sosyal medya bağımlılığı olanların %29.2'sinin, sosyal medya bağımlılığı olmayanların ise sadece %8.3'ünün beden algısı düşük bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Radwan ve ark. [23], üniversite öğrencilerinin %81'inin beden imajını beğenmediğini saptamışlardır. El Ansari ve ark. [24], vücut ağırlığından memnun olmayan bireylerin vücut ağırlığı kaybetmek için diyet yapma ve yeme bozukluğu geliştirme risklerinin daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Sosyal medya platformlarını kullanmak, artmış bir beden memnuniyetsizliği ve yeme bozukluğu semptomlarının ortaya çıkması ile ilişkilendirilmiştir [25]. Akıllı telefonların hayatımıza girmesiyle birlikte sosyal medya erişilebilirliğinin artması ve sosyal medya aracılığıyla yansıtılan ideal görünümler ilgili mesajlar, gençlerin beden algısını olumsuz yönde etkileyerek, beden memnuniyetsizliği ve yeme bozuklukları gelişimine zemin hazırlayabilir [26].

Beden algısı düşük olan öğrencilerin sosyal medyada geçirdikleri sürenin diğerlerine göre anlamlı olarak daha fazla olduğu görüldü. Sosyal medya gibi kitle iletişim araçlarının oluşturduğu sosyal baskı, kadınlar için zayıflığı, erkekler için kaslı vücutların ideal olduğu algısını yaratarak kullanıcılara bir güzellik ideali elde etmenin gerekli olduğu fikrini yaymaktadır [27]. Buna göre, sosyal medya bağımlılığı olan öğrencilerin beden algılarının bozulma eğiliminin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Kızların beden algısı ölçüğü toplam puanı erkeklerden daha düşük bulundu ( $p<0.05$ ). Kızlar erkeklere göre görünüşleriyle daha fazla ilgilidirler [28]. Bu nedenle böyle bir sonuç ortaya çıkmış olabilir. Aynı zamanda beden algısı düşük olanların vücut yağ yüzdelerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptandı. Bu durumu beden algısı düşük olan bireylerin çoğunu kız öğrencilerin oluşturması etkilemiş gibi görünmektedir.

Üniversite öğrencileri arasında fazla kiloluluk ve obezite yaygındır. Ankara'da 984 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada üniversite öğrencileri arasında fazla kiloluluk ve obezite prevalansı %21 olarak saptanmıştır [29]. Yeme bozukluklarının obez bireyler arasında daha fazla sıklıkta görüldüğü bildirilmektedir [30]. Benzer şekilde bu çalışmada da yeme bozukluğu riski altındaki öğrencilerin diğerlerine göre BKİ'lerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu ve lineer regresyon analizi sonucuna göre de BKİ'nin yeme bozukluğunun bir belirleyicisi olduğu saptandı ( $\beta= 0.247$ ,  $p<0.001$ ). Fazla kilolu ya da obez olmak beden memnuniyetsizliğine yol açarak kişileri vücut ağırlığı kaybı amacıyla sağlıksız yeme davranışlarına yönlendirebilir [31]. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin yeme bozukluğu açısından risk altında olduklarını tahmin etmede BKİ'nin de değerlendirilmesi önerilebilir.

Yapılan bu çalışmada, yeme bozukluğu riski kız öğrenciler arasında daha yaygın olarak saptandı (kızlarda %40.5 ve erkeklerde %21.7,  $p<0.05$ ). Benzer şekilde Tavolacci ve arkadaşları [32], üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğu sıklığını araştırdıkları bir çalışmada, kızlarda erkeklere göre daha fazla sıklıkta yeme bozukluğu riskinin olduğunu göstermişlerdir (sırasıyla %51.6 ve %31.9). Bu durum kız öğrencilerde beden memnuniyetsizliğinin daha yüksek olmasından ve bunu telafi etmek için yapılan yanlış beslenme uygulamalarından kaynaklanmış olabilir. Yapılan önceki çalışmalar beden memnuniyetsizliği daha yüksek olan bireylerin diyet yapma, sağlıksız beslenme ve sağlıksız vücut ağırlığı kontrolü uygulamaları gibi yeme davranış bozuklukları geliştirme risklerinin daha yüksek olduğunu göstermişlerdir [33–35].

#### Çalışmanın Limitasyonları

Çalışmanın Türkiye'de bir üniversitede gerçekleştirilmiş olması ve küçük bir örneklem sayısının olması sonuçların genellenebilirliğini sınırlayabilir. Ayrıca katılımcıların yeme bozuklukları, beden algıları ve sosyal medya bağımlılıklarına ilişkin bilgileri klinik olarak saptanmamış olup, kişisel beyana dayalı olarak ölçümler yardımıyla saptanmıştır.

#### SONUÇ

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının beden algısı ve yeme bozukluğu riski üzerinde olumsuz yönde etkisi olduğu ve BKİ'nin yeme bozukluğu riskini artırdığı gösterilmiştir. Gençlerin sosyal medyada sürekli olarak gerçekçi olmayan görünüm ideallerine maruz kalması onların beden algılarını bozmakta ve ideal beden imajına ulaşmak için yanlış beslenme uygulamalarına yönlendirebilmektedir. Sonuç olarak yeme bozuklukları gençler arasında küresel bir sağlık sorunu olup, gençlerin kendi bedenleri hakkındaki gerçekçi algıları ve öz farkındalık artırılarak beden algıları iyileştirilmelidir. Ayrıca sağlıklı bir vücut ağırlığını sürdürmenin önemine yönelik farkındalık artırılmalı ve sağlıklı beslenme alışkanlıkları ve düzenli fiziksel aktivite gibi sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıkları edindirilmelidir. Üniversiteler yeme bozukluğu açısından risk altındaki öğrencileri saptamak için öğrencilerin yalnızca BKİ'lerini değil, aynı zamanda beden algısı ve sosyal medya bağımlılığı durumlarını da ölçerek taramalı ve belirlemelidir.

Bugüne kadar sosyal medya bağımlılığı, beden memnuniyetsizliği ve yeme bozuklukları riski arasındaki ilişki hakkında bilimsel veriler, özellikle Türkiye'de yapılmış çalışma bakımından eksiktir. Bu bağlamda bu çalışmanın literatüre anlamlı bir katkı sunacağı düşünülmektedir.

**Etik onay:** 2023/6 Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu

**Çıkar çatışması:** Yazar çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir.

**Finansal destek:** Yok.

**Teşekkür:** Yok.

**Yazar Katkısı:** Fikir: FT; Tasarım: FT; Veri Toplama: FT; Verilerin İstatistiksel Analizi: FT; Literatür Taraması: FT; Makale Yazımı: FT; Eleştirel İnceleme: GE.

#### KAYNAKLAR

- Treasure J, Duarte TA, Schmidt U. Eating disorders. *Lancet*. 2020;395(10227):899-911.
- Imperatori C, Panno A, Carbone GA, et al. The association between social media addiction and eating disturbances is mediated by muscle dysmorphia-related symptoms: a cross-sectional study in a sample of young adults. *Eat Weight Disord - Stud Anorexia, Bulim Obes*. 2022;27(3):1131-1140.
- Papadaki A, Hondros G, Scott J, Kapsokafalou M. Eating habits of university students living at, or away from home in Greece. *Appetite*. 2007;49(1):169-176.
- Chng SCW, Fassnacht DB. Parental comments: Relationship with gender, body dissatisfaction, and disordered eating in Asian young adults. *Body Image*. 2016;16:93-99.
- Liu Q, Sun J, Li Q, Zhou Z. Body dissatisfaction and smartphone addiction among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Child Youth Serv Rev*. 2020;108:104613.
- Vartanian LR, Hayward LE, Smyth JM, Paxton SJ, Touyz SW. Risk and resiliency factors related to body dissatisfaction and disordered eating: The identity disruption model. *Int J Eat Disord*. 2018;51(4):322-330.
- Aparicio-Martinez, Perea-Moreno, Martinez-Jimenez, Redel-Macias, Pagliari, Vaquero-Abellan. Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: an exploratory analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(21):4177.
- Karadağ A, Akçınar B. The relationship between social media addiction and psychological symptoms in university students. *J Depend*. 2019;20(3):154-166.
- Hadjipanayis A, Efstathiou E, Altortjai P, et al. Social media and children: what is the paediatrician's role? *Eur J Pediatr*. 2019;178(10):1605-1612.
- Lerma M, Marquez C, Sandoval K, Cooper TV. Psychosocial correlates of excessive social media use in a hispanic college sample. *Cyberpsychology, Behav Soc Netw*. 2021;24(11):722-728.
- Baker N, Ferszt G, Breines JG. A qualitative study exploring female college students' instagram use and body image. *Cyberpsychology, Behav Soc Netw*. 2019;22(4):277-282.
- Hill LS, Reid F, Morgan JF, Lacey JH. SCOFF, the development of an eating disorder screening questionnaire. *Int J Eat Disord*. 2010;43(4):344-351.

13. Aydemir O, Koksall B, Sapmaz S, Yuceyar H. Reliability and validity of Turkish form of SCOFF Eating Disorders Scale. *Anatol J Psychiatry*. 2015;16:31-35.
14. Secord P, Jourard S. The appraisal of bodycathexis: body cathexis and the self. *J Consult Psychol*. 1953;17(5):343-347.
15. Hovardaoğlu S. Vücut Algısı Ölçeği. *Psikofarmakol Derg*. 1993;1(1):26-27.
16. Tutkun Ünal A, Deniz L. Development of the Social Media Addiction Scale. *Online Acad J Inf Technol*. 2015;6(21):51-70.
17. Lee R, Nieman D. *Nutritional Assessment*. 3. baskı, McGraw Hill, New York, 2003.
18. WHO. *Waist Circumference and Waist-Hip Ratio: Report of a WHO Expert Consultation*. Erişim Adresi: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241501491>. Erişim Tarihi: 22.05.2023.
19. Lorcü F. *Örneklerle Veri Analizi SPSS Uygulamalı*. Ed.: Lorcü F. Detay Yayıncılık, Ankara, 2015.
20. Mohsenpour MA, Karamizadeh M, Barati-Boldaji R, Ferns GA, Akbarzadeh M. Structural equation modeling of direct and indirect associations of social media addiction with eating behavior in adolescents and young adults. *Sci Rep*. 2023;13(1):3044.
21. Latzer Y, Spivak-Lavi Z, Katz R. Disordered eating and media exposure among adolescent girls: the role of parental involvement and sense of empowerment. *Int J Adolesc Youth*. 2015;20(3):375-391.
22. He Z, Yang W. Impulsiveness as potential moderators of the relation between social media dependence and eating disorders risk. *BMC Psychol*. 2022;10(1):120.
23. Radwan H, Hasan HA, Ismat H, et al. Body mass index perception, body image dissatisfaction and their relations with weight-related behaviors among university students. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(9):1541.
24. El Ansari W, Dibba E, Labeed S, Stock C. Body image concern and its correlates among male and female undergraduate students at Assuit university in Egypt. *Glob J Health Sci*. 2014;6(5).
25. Holland G, Tiggemann M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*. 2016;17:100-110.
26. Hosseini S, Padhy R. *Body image distortion*. Island: StatPearls Publishing; 2022.
27. Uchôa FNM, Uchôa NM, Daniele TM da C, et al. Influence of the mass media and body dissatisfaction on the risk in adolescents of developing eating disorders. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(9):1508.
28. Quittkat HL, Hartmann AS, Düsing R, Buhlmann U, Vocks S. Body dissatisfaction, importance of appearance, and body appreciation in men and women over the lifespan. *Front Psychiatry*. 2019;10.
29. Er NT, Doğan G, Meriç ÇS, Yılmaz HÖ, Öztürk ME, Ayhan NY. Prevalence of overweight, obesity and abdominal obesity in Health Sciences Faculty students. *Clinical Nutrition ESPEN*. 2021;46:466-470.
30. Haines J, Neumark-Sztainer D. Prevention of obesity and eating disorders: a consideration of shared risk factors. *Health Educ Res*. 2006;21(6):770-782.
31. Jahrami H, Saif Z, Faris MA-I, Levine MP. The relationship between risk of eating disorders, age, gender and body mass index in medical students: a meta-regression. *Eat Weight Disord- Stud Anorexia, Bulim Obes*. 2019;24(2):169-177.
32. Tavolacci M-P, Ladner J, Dechelotte P. COVID-19 Pandemic and Eating Disorders among University Students. *Nutrients*. 2021;13(12):4294.
33. Goldfield GS, Moore C, Henderson K, Buchholz A, Obeid N, Flament MF. Body dissatisfaction, dietary restraint, depression, and weight status in adolescents. *J Sch Health*. 2010;80(4):186-192.
34. Vogt Yuan AS. Gender differences in the relationship of puberty with adolescents' depressive symptoms: Do body perceptions matter? *Sex Roles*. 2007;57(1-2):69-80.
35. Chen X, Luo Y, Chen H. Body image victimization experiences and disordered eating behaviors among chinese female adolescents: the role of body dissatisfaction and depression. *Sex Roles*. 2020;83(7-8):442-452.