



AREL ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ DERGİSİ

JOURNAL OF HEALTH SCIENCES AREL UNIVERSITY

Web sayfası (Homepage): <https://dergipark.org.tr/tr/pub/arsagbil>



Araştırma Makalesi

X, Y, Z Kuşaklarının Besin Seçimlerinin Değerlendirilmesi ve Beden Kütle İndeksi ile İlişkinin İncelenmesi

Özge Varlık^{1*}, Müge Arslan²

¹Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, 34662 Üsküdar, İstanbul
E-mail: diyetisyenozgevarlik@gmail.com Orcid: 0000-0003-0753-6038

²Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, 34662 Üsküdar, İstanbul
e-mail: muge.arslan@uskudar.edu.tr Orcid: 0000-0003-1305-5126

Özet

Bu çalışmada; X, Y, Z kuşaklarının besin seçimlerinin değerlendirilmesi ve beden kütle indeksi ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Gönüllülük esasına dayanmakta olan bu nicel çalışmada, katılımcılara yüz yüze olarak katılımcıların sosyodemografik özelliklerini, beslenme alışkanlıklarını içeren sorular ve Besin Seçimi Anketi'nden (BSA) oluşan anket uygulanmıştır. X, Y ve Z kuşaklarının yaş ortalamaları sırası ile 48,92±4,68, 34,06±5,14, 18,90±1,31 yıldır. Beden Kütle İndeksi (BKİ) ortalamaları ise sırasıyla 27,27±3,25 kg/m², 26,30±3,69 kg/m² ve 23,01±3,74 kg/m²'dir. Besin Seçim Anketi (BSA) alt faktörlerinden duyuşal çekicilik alt faktör puan ortalaması 2,77±0,85 ile en yüksek bulunmuştur. BSA alt faktörlerinden Z kuşağının besin tercihlerini en fazla duygudurum, uygunluk, duyuşal çekicilik, fiyat; X kuşağının besin tercihlerini en fazla doğal içerik, ağırlık kontrolü, etik kaygı etkilemektedir. Tüm BSA alt faktörlerinin BKİ değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı etkisinin olmadığı bulunmuştur (p>0,05). BSA alt faktörlerinden; aşinalık alt faktör puanı arttıkça, BKİ değerlerinde %10,6'lık artış olduğu bulunmuştur (s=0,106; p<0,05). Kuşakların besin seçimleri değişiklik göstermekte olup, BSA alt faktörlerinden aşinalık alt faktör puanı arttıkça bireylerin BKİ değerleri artmaktadır.

Anahtar kelimeler: Besin, Besin seçimi, BKİ, Kuşaklar, Obezite

Evaluation of Food Choices of X, Y, Z Generations, and Investigation of their Relationship with Body Mass Index

Abstract

In this study, it was aimed to evaluate the food choices of X, Y, Z generations and to examine the relationship with body mass index. In this quantitative study, which was based on volunteerism, a questionnaire consisting of sociodemographic characteristics, nutritional habits and a Food Choice Questionnaire (FCQ) was applied face-to-face to the participants. The mean ages of the X, Y and Z generations were 48.92±4.68, 34.06±5.14 and 18.90±1.31 years, respectively. The mean BMI is 27.27±3.25kg/m², 26.30±3.69 kg/m² and 23.01±3.74kg/m², respectively. The sensory appeal sub-factor average of FCQ sub-factors was the highest, with 2.77±0.85. Among the FCQ sub-factors, the food preferences of Generation Z were mostly mood, convenience, sensory appeal, and price; The food preferences of the X generation are mostly affected by natural content, weight control and ethical concern. It was found that all FCQ sub-factors did not have a statistically significant effect on BMI values (p>0.05). From the FCQ sub-factors, As the familiarity sub-factor score increased, there was a 10.6% increase in BMI values (s=0.106; p<0.05). Food choices of generations vary, and BMI values of individuals increase as the familiarity sub-factor score, one of the FCQ sub-factors, increases.

Keywords: BMI, Food, Food choice, Generations, Obesity

Başvuru: 8 Haziran 2023 **Kabul:** 23 Haziran 2023

***Sorumlu yazar:** diyetisyenozgevarlik@gmail.com

- Bu çalışma Özge Varlık'ın yüksek lisans tezinden hazırlanmıştır.

- Bu makale 12. Ulusal Sağlıklı Yaşam Kongresi'nde sunulmuş ve kongre bildiri kitabında özet yayınlanmıştır.

Dergi maili: sbfdergisi@arel.edu.tr

Dergi kısaltmaları: Arel Ü. S. Bil. Derg.

J. H. Sci. Arel U.

1. GİRİŞ

Tarihin ilk çağlarından itibaren insanlar bir arada olma ve birlikte hareket etme eğilimindedirler. Aynı çağda yaşayarak aynı koşul ve tecrübeleri paylaşan bireyler, doğup büyüdükleri sosyoekonomik ve sosyokültürel çevre ile şekillenmektedirler. Bu nedenle kuşak terimi bireylerin özelliklerini inceleyebilmek adına ortaya çıkmıştır (Alkire ve ark., 2020). Farklı dönemlerde doğan bireylerin hayat görüşleri, inançları, alışkanlıkları, duyguları ve tecrübeleri değişim gösterebilmektedir (Gerow, 2018). Tecrübeler, gereksinimler, duygu, düşünceler ve değerler farkında olarak ya da olmayarak değerlendirilmektedir.

Besin seçim değerlerinin oluşturulması, besinlerin sınıflandırılması, yeme ile ilgili bireysel stratejiler olmak üzere besin seçimlerini oluşturmada önemli olan düşünceler bütünüdür (Chen ve Antonelli, 2020; Albayrak, 2022). Obezite oluşumunda en önemli faktörlerden biri de besin seçimi, tercihleridir. Obezite görülme sıklığının besin seçimleriyle ilgili artış sebeplerinden biri olarak kadınların iş hayatında daha aktif rol oynamaya başlaması ile evde besin hazırlama için geçirilen zamanın azalması dolayısıyla ev ortamında hazırlanan besin tüketiminin azalması, hazırlaması pratik olan yiyeceklerin tüketiminin artması gösterilmektedir (Chen ve Antonelli, 2020). Diğer nedenler bireylerin besin tüketiminin artması, fastfood beslenmeye yönelik yiyecek sektörünün daha ekonomik menü fiyatlarıyla artış göstermesi, ucuz ve pratik besin sağlamaları olarak ifade edilmiştir (Sağın ve Karasaç, 2020).

Gelişen teknoloji ile çeşitli besinlerin tüketiminin sıklığının artması ve pratik hazırlanan yüksek kalorili besinlerin üretimi ve tercih edilme oranlarının artması, obezite artışı ile ilişkilendirilmiştir (Castronuovo ve ark., 2021). Koruyucu katkı maddeleri, yapay tatlandırıcılar, paketleme teknolojisi, derin dondurucular, mikrodalga fırınlar, evlere yiyecek servisi gibi kolaylıklar, özellikle toplumun yoğun iş hayatına sahip kesimi tarafından ev yapımı besin tüketimini azaltmalarına sebep olmuştur (Çelik, 2018).Yapılan çalışmalarda yoğun şekilde işlenmiş besin tüketiminin, yüksek miktarda basit şeker ve doymuş yağ alımının, bireyde yüksek Beden Kütle İndeksi (BKİ) ve obezite riski artışıyla önemli derecede ilişkili olduğu ve artan BKİ değerleri ile gelişen obezitenin, bireyde besin seçimlerinin giderek daha sağlıksız hale gelmesine sebep olan bir kısır döngü oluşturduğu ifade edilmiştir (Machado ve ark., 2020; Moral ve ark., 2021).

İran'da 19 yaş ve üzeri 1459 yetişkin bireyde aşırı düzeyde işlenmiş gıda tüketimi tercihinin aşırı kiloluluk ve obezite ile ilişkisi incelenmiştir. Bireylerin günlük ortalama kalori alımlarının %20,17'sinin aşırı düzeyde işlenmiş yiyeceklerden, %59,2'sinin işlenmemiş veya düşük düzeyde işlenmiş yiyeceklerden karşıladıkları gözlenmiştir. Aşırı işlenmiş gıda tüketimi tercihinin obezite ile ilişkili olmadığı ancak genç erkek bireylerde daha fazla tercih edildiği ve erkeklerde fazla kiloluluk riski artışıyla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Kadınlarda işlenmiş gıda tercihi ile obezite veya fazla kiloluluk arasında bir ilişki bulunamamıştır (Haghighatdoost ve ark., 2022). Brezilya'da yapılan bir başka araştırmada, yetişkin bireylerin yiyecek tercihi ortamları ve imkanlarının BKİ değerleri, aşırı kiloluluk ve obezite gelişimleri ile ilişkisi incelenmiştir. Artmış BKİ değerleri, normal vücut ağırlığının üzerinde olma ve obezite riski, yakın mesafede market bulunmasıyla, düşük BKİ ve obezite olasılığı ise besin tercihlerinin etkilenmesi ile ilişkilendirilmiştir. Market mevcudiyetinin BKİ değerinde ortalama 1,99 kg/m²'lik artışa neden olduğu bulunmuştur. Lokanta yakınındaki ortamda bulunmanın bireyin BKİ değerini ortalama 1,77 kg/m² ve obezite riskini %49,0 oranında azalttığı bulunmuştur. Bireyin manava erişiminin kolay olmasının, düşük BKİ değeri ile ilişkili olduğu gözlenmiştir ve ortalama 1,88 kg/m² azalttığı bildirilmiştir (Paulitsch ve Dumith, 2021). İngiltere ve Amerika'da 18-34 yaşları arasındaki 274 bireyin dahil edildiği bir araştırmada, tatlı besin sevme ve tercih etmenin vücut kompozisyonuna etkileri incelenmiştir. Katılımcılar tatlı besin sevenler, orta seviyede sevenler ve sevmeyenler olarak gruplandırılmıştır. Katılımcılar 21 yaş altı ve 21 yaş ve üzeri olmak üzere değerlendirilmiştir. 21 yaş ve üzeri bireylerde BKİ ortalaması tatlı besin sevmeyen ve tercih

etmeyen grupta $23,1 \text{ kg/m}^2$, orta derecede tatlı seven grupta $24,8 \text{ kg/m}^2$ ve tatlı seven grupta $25,8 \text{ kg/m}^2$ olarak bulunmuştur. Tatlı sevmeyen 21 yaş altı grupta vücut yağ kütlelerinin daha yüksek değerde seyrettiği, en fazla BKİ, bel çevresi genişliği ve yağsız vücut kütlesi değerlerinin ise tatlı seven 21 yaş ve üzeri grupta olduğu saptanmıştır (Iatrudi ve ark., 2020).

2. ÖRNEKLEM VE YÖNTEM

Bu çalışmanın amacı; X, Y, Z kuşakları arasındaki besin tercihlerinin değerlendirilmesi ve BKİ ile ilişkisinin incelenmesidir. Gönüllülük esasına dayanmakta olan bu araştırma, kesitsel ve nicel bir çalışma olarak planlanmıştır. Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 28/11/2022 tarihinde yapılan 12 nolu toplantısında etik kurul onayı alındıktan sonra çalışma, Kasım 2022 ve Şubat 2023 tarihleri arasında Balıkesir ilinde 18-65 yaşları arasındaki yetişkin bireyler üzerinde yapılmıştır. Araştırma evrenini Balıkesir ilinde yaşayan X, Y, Z kuşaklarına dahil olan sağlıklı yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini için yapılan güç analizi sonrasında 250 kişinin çalışmaya katılımının yeterli olacağı bulunmuştur. Katılımcılara sosyodemografik özelliklerini ve beslenme alışkanlıklarını içeren sorular ile Besin Seçimi Anketi'nden (BSA) oluşan anket yüz yüze uygulanmıştır.

2.1. Katılımcıların Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluğunun Değerlendirilmesi

Araştırmaya katılan bireylerin vücut ağırlığı düz bir zeminde Tefal Premiss Type 5294 marka (100 g, 150 kg kapasiteye duyarlı) dijital tartı kullanılarak ölçülmüştür. Bireyler hafif kıyafetler ile yalın ayak bir şekilde tartıya çıkmıştır. Tartıda çıkan değerden 0,5 kg (bireylerin kıyafetlerinin ağırlıkları olarak düşünülmüştür) düşülerek bireylerin vücut ağırlıkları kaydedilmiştir.

Araştırmaya katılan bireylerin boy ölçümleri, Frankfurt düzleminde katılımcılar ayakta iken dik ve hazır ol durumunda yalın ayak, ayaklar birbirine bitişik bir şekilde; baş, omuz, sırt ve topuklar duvara tam temas edecek şekilde, katılımcının başının en üst noktasından yere kadar olan mesafe esnek olmayan bir şerit mezura ile santimetre (cm) cinsinden ölçülmüştür.

2.2. Katılımcıların BKİ Değerlerinin Değerlendirmesi

Katılımcıların vücut ağırlıklarının (kg), boy uzunluklarının karesine (m^2) bölünmesi ile BKİ değerleri hesaplanmıştır. BKİ değerleri DSÖ'nün belirlediği kriterlere göre sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırmaya göre, BKİ değeri $18,50 \text{ kg/m}^2$ altında olanlar zayıf, $18,50-24,99 \text{ kg/m}^2$ aralığında olanlar normal kilolu, $25,00 \text{ kg/m}^2$ ve üzeri olanlar fazla kilolu, $25,00-29,99 \text{ kg/m}^2$ aralığında olanlar preobez, $30,00 \text{ kg/m}^2$ ve üzeri olanlar obez, $30,00-34,99 \text{ kg/m}^2$ aralığında olanlar birinci derece obez, $35,00-39,99 \text{ kg/m}^2$ aralığında olanlar ikinci derece obez, $40,00 \text{ kg/m}^2$ ve üzeri olanlar üçüncü derece obez olarak sınıflandırılmıştır (Türkiye Beslenme Rehberi, 2022; WHO, 2022). Mevcut araştırmaya katılan bireyler BKİ değerlerine göre üç gruba ayrılmıştır. BKİ değeri $18,50-24,99 \text{ kg/m}^2$ aralığındaki bireyler normal vücut ağırlığına sahip olan gruba, BKİ değeri $25,00-29,99 \text{ kg/m}^2$ aralığında olan bireyler preobez grubuna ve BKİ değeri $30,00 \text{ kg/m}^2$ ve üzeri olan bireyler obez grubuna dahil edilmiştir.

2.3. Besin Seçimi Anketi (BSA)

Besin Seçimi Anketi (BSA), bireylerin besin tercihlerini değerlendirmek amacıyla oluşturulmuştur. Besin seçim sürecinde tüketicileri etkileyen faktörleri araştıran ve besin tercihlerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilen en önemli anketlerden olan Besin Seçimi Anketi (BSA), Steptoe ve ark. (1995) tarafından geliştirilmiştir. Oluşturulan bu anket besinin sağlık ve sağlık dışı özelliklerine dair, bireyleri besin seçimlerini yapmak için motive eden içsel ve dışsal besin özelliklerine ilişkin 36 maddeden oluşmaktadır. Sağlık, duygudurum (ruh halini iyileştirme ve stresle baş etme), uygunluk (kolay hazırlanması ve erişim kolaylığı), duyuşsal özellikler

(görünüm, tat, doku, koku), fiyat, doğal içerik (katkı içermemesi veya yapay bileşen bulundurmaması), vücut ağırlığı kontrolü (düşük kalori ve yağ), benzerlik, etik kaygılar (menşei ülke, çevre dostu paketleme) alt ölçeklerini içermektedir. Her alt ölçekte 3-6 madde bulunmaktadır. Ankette, 'Herhangi bir günde' diye başlayan beslenme seçenekleri ile ilgili sorular katılımcılara sorulmakta ve tipik bir günde her bir BSA maddesinin kendi besin seçimleri için önemini 4'lü Likert skalasında (1= 'çok önemli değil', 2= 'biraz önemli', 3= orta derecede önemli', 4= 'çok önemli') değerlendirmeleri istenmektedir. Anketin dilimize çevirisi, geçerlilik ve güvenilirliği Dikmen ve ark (2016) tarafından yapılmış ve 18-64 yaş arası 963 kişi üzerinde denenmiştir. Anketin 5'li ve 7'li Likert skalasında değerlendirilen versiyonları bulunmaktadır ancak bu araştırmada orijinalinde ve Türkçe validasyonu yapılan anket formunda olduğu gibi 4'lü Likert skalasına göre değerlendirme yapılan anket formu kullanılmıştır. Buna göre Türk toplumu için; duyuşal çekicilik, doğal içerik ve fiyat; besin seçiminde en önemli faktörler olarak saptanmıştır. Cronbach Alfa değerlerinin 0,6 ile 0,8 arasında olduğu görülmüş; testin iç tutarlılığı 'oldukça güvenilir' olarak değerlendirilmiştir (Dikmen ve ark., 2016).

2.4. Verilerin Analizi

Kategorik değişkenler (demografik özellikler) için tanımlayıcı istatistikler frekans ve yüzde olarak sunulmuştur. Nümerik değişkenlerin normal dağılıma uygunluğunun kontrolü "Shapiro-Wilk Testi" ile yapılmıştır. Nümerik değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri normal dağılım gösteren veriler için ortalama \pm standart sapma ($X \pm SS$), normal dağılım göstermeyen veriler için medyan (min-max) değerleri verilmiştir. Normal dağılıma sahip olmayan bağımsız ikiden fazla grup karşılaştırması "Kruskal-Wallis H Testi" ile yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testlerinin sonuçları medyanların yanında harfli gösterim şeklinde ifade edilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi normal dağılım göstermeyen veriler için "Spearman's Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı" ile belirlenmiştir. Korelasyon katsayısının yorumunda "<0,2 ise çok zayıf derecede korelasyon", "0,2-0,4 arasında ise zayıf derecede korelasyon", "0,4-0,6 arasında ise orta derecede korelasyon", "0,6-0,8 arasında ise yüksek derecede korelasyon", "0,8> ise çok yüksek derecede korelasyon" kriterleri kullanılmıştır (Choi ve ark., 2010). Değişkenler arası etkinin test edilmesinde "Regresyon Analizi" kullanılmıştır. Çalışmada tüm hesaplamalarda ve yorumlamalarda istatistik anlamlılık düzeyi " $p < 0,05$, $p < 0,01$, $p < 0,001$ " olarak dikkate alınmış ve hipotezler çift yönlü olarak kurulmuştur. Verilerin istatistiksel analizi SPSS v26 (IBM Inc., Chicago, IL, USA) paket programında yapılmıştır.

3. BULGULAR

Çalışmaya katılan bireylerin %26,1'inin X kuşağı, %61,7'sinin Y kuşağı ve %12,2'sinin Z kuşağı olduğu bulunmuştur. X kuşağı bireylerin %89,5'inin erkek, yaş ortalamalarının $48,92 \pm 4,68$ yıl olduğu, %56,2'sinin preobez, BKİ ortalamalarının $27,27 \pm 3,25$ kg/m^2 olduğu, %40'inin kronik hastalığı olduğu, %50,4'ünün öğün atladığı bulunmuştur. Y kuşağı bireylerin %88,3'ünün erkek, yaş ortalamalarının $34,06 \pm 5,14$ yıl olduğu, %44'ünün preobez olduğu, BKİ ortalamalarının $26,30 \pm 3,69$ kg/m^2 olduğu, %14,5'inin kronik hastalığı olduğu, %45,6'sinin öğün atladığı bulunmuştur. Z kuşağı bireylerin %42,9'unun erkek, yaş ortalamalarının $18,90 \pm 1,31$ yıl olduğu, %75,5'inin normal kilolu olduğu, BKİ ortalamalarının $18,90 \pm 1,31$ kg/m^2 olduğu, %20,4'ünün kronik hastalığı olduğu, %38,7'sinin öğün atladığı bulunmuştur (Tablo 1).

Tablo 1. Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre demografik, sağlık, alışkanlık ve beslenme durumu bulgularının tanımlayıcı istatistikleri

	Kuşak					
	X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı	
	n	%	n	%	n	%
Cinsiyet						
Erkek	94	89,5	219	88,3	21	42,5
Kadın	11	10,5	29	11,7	28	57,1
Yaş (yıl) ($\pm ss$)	48,92 \pm 4,68		34,06 \pm 5,14		18,90 \pm 1,31	
BKİ grup						
Normal kilolu	25	23,8	99	39,9	37	75,5
Preobez	59	56,2	109	44,0	11	22,5
Obez	21	20,0	40	16,1	1	2,0
BKİ (kg/m ²) ($\pm ss$)	27,27 \pm 3,25		26,30 \pm 3,69		23,01 \pm 3,74	
Eğitim durumu						
İlkokul	0	0,0	1	0,4	0	0,0
Ortaokul	2	1,9	1	0,4	0	0,0
Lise	21	20,0	27	10,9	23	46,9
Ön lisans	13	12,4	21	8,58	3	6,1
Lisans	54	51,4	152	61,3	21	42,9
Lisansüstü	15	14,3	46	18,5	2	4,1
Meslek						
Memur	23	21,9	85	34,3	0	0,0
İşçi	5	4,8	17	6,9	0	0,0
Serbest meslek	14	13,3	26	10,5	0	0,0
Özel sektör	33	31,4	78	31,5	1	2,0
Çalışmıyor	30	28,6	42	16,9	48	98,0
Kronik hastalık durumu						
Evet	42	40,0	36	14,5	10	20,4
Hayır	63	60,0	212	85,5	39	79,6
Hastalık türü*						
Kalp-damar hastalıkları	11	26,2	6	16,7	1	10,0
Hipertansiyon	15	35,7	6	16,7	0	0,0
Tiroit hastalıkları	8	19,0	2	5,6	3	30,0
Sigara kullanma durumu						
Evet	46	43,8	105	42,3	10	20,4
Hayır	59	56,2	143	57,7	39	79,6
Alkol kullanma durumu						
Evet	27	25,7	87	35,1	19	38,8
Hayır	78	74,3	161	64,9	30	61,2
Öğün atlama durumu						
Evet	53	50,4	113	45,6	19	38,7
Hayır	30	28,6	41	16,5	4	8,2
Bazen	22	21,0	94	37,9	26	53,1
Atlanılan öğün						
Kahvaltı	15	20,0	67	32,4	23	51,2
Kahvaltı ile öğle arası (kuşluk)	3	4,0	16	7,7	5	11,1
Öğle	44	58,7	95	45,9	10	22,2
Öğle ile akşam arası (ikindi)	6	8,0	19	9,1	5	11,1
Akşam	4	5,3	8	3,9	1	2,2
Gece	3	4,0	2	1,0	1	2,2
Su tüketim durumu						
Evet	105	100,0	248	100,0	49	100,0

Hayır	0	0	0	0,0	0	0
Günlük ortalama su tüketimi						
0-1 lt/gün arası	22	21,0	46	18,5	9	18,4
1-1,5 lt/gün arası	35	33,3	73	29,4	11	22,4
1,5-2 lt/gün arası	20	19,0	70	28,2	13	26,5
2-2,5 lt/gün arası	15	14,3	27	10,9	7	14,3
2,5-3 lt/gün arası	10	9,5	16	6,5	3	6,2
3 lt/gün'den daha fazla	3	2,9	16	6,5	6	12,2
Toplam	105	100,0	248	100,0	49	100,0

Çalışmaya katılan bireylerin BSA alt faktör puanlarının özet istatistikleri incelendiğinde, “Sağlık” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,64 \pm 0,84$, “Duygudurum” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,55 \pm 0,81$, “Uygunluk” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,53 \pm 0,76$, “Duyusal Çekicilik” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,77 \pm 0,85$, “Doğal İçerik” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,76 \pm 0,92$, “Fiyat” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,64 \pm 0,82$, “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,41 \pm 0,80$, “Aşinalık” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,58 \pm 0,77$ ve “Etik Kaygı” alt faktör puanı 1-4 arası değiştiği ve ortalamasının $2,29 \pm 0,88$ olduğu bulunmuştur (Tablo 2).

Tablo 2. Bireylerin BSA alt faktör puanlarının özet istatistikleri

BSA alt faktörler	Medyan (min-max)	\pm
Sağlık	2,7 (1-4)	$2,64 \pm 0,84$
Duygudurum	2,5 (1-4)	$2,55 \pm 0,81$
Uygunluk	2,6 (1-4)	$2,53 \pm 0,76$
Duyusal çekicilik	3 (1-4)	$2,77 \pm 0,85$
Doğal içerik	3 (1-4)	$2,76 \pm 0,92$
Fiyat	2,7 (1-4)	$2,64 \pm 0,82$
Ağırlık kontrolü	2,3 (1-4)	$2,41 \pm 0,80$
Aşinalık	2,7 (1-4)	$2,58 \pm 0,77$
Etik kaygı	2,3 (1-4)	$2,29 \pm 0,88$

*BSA: Besin seçim anketi

Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre Besin Seçimi Anketi (BSA) alt faktör puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde, ölçeğin “Duygudurum” alt faktör puanları arasında ($H=8,282$; $p<0,05$), “Uygunluk” alt faktör puanları arasında ($H=18,105$; $p<0,001$), “Duyusal Çekicilik” alt faktör puanları arasında ($H=10,068$; $p<0,01$), “Doğal İçerik” alt faktör puanları arasında ($H=29,287$; $p<0,001$), “Fiyat” alt faktör puanları arasında ($H=9,631$; $p<0,01$), “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puanları arasında ($H=9,396$; $p<0,01$) ve “Etik Kaygı” alt faktör puanları arasında ($H=11,209$; $p<0,01$) istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, diğer tüm alt faktör puanları arasında anlamlı fark olmadığı ($p>0,05$) bulunmuştur. Sonuçlar incelendiğinde, “Duygudurum” alt faktör puanlarında Z kuşağı bireylerinin $[3,2 (1,2-4)]$ ortancası, X kuşağı bireylerine $[2,5 (1-4)]$ ve Y kuşağı bireylerine $[2,5 (1-4)]$ göre, “Uygunluk” alt faktör puanlarında Z kuşağı bireylerinin $[3,2 (1-4)]$ ortancası, Y kuşağı bireylerine $[2,6 (1-4)]$ ve X kuşağı bireylerine $[2,4 (1-4)]$ göre, “Duyusal Çekicilik” alt faktör puanlarında Z kuşağı bireylerinin $[3,3 (1-4)]$ ortancası, Y kuşağı bireylerine $[2,6 (1-4)]$ göre, “Doğal İçerik” alt faktör puanlarında X kuşağı bireylerinin $[3,3 (1-4)]$ ortancası, Z kuşağı bireylerine $[2 (1-4)]$ göre, “Fiyat” alt faktör puanlarında Z kuşağı bireylerinin $[3 (1,3-4)]$ ortancası, Y kuşağı bireylerine $[2,5 (1-4)]$ göre, “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puanlarında X kuşağı bireylerinin $[2,7 (1-4)]$ ortancası, Z kuşağı bireylerine $[2,1 (1-3,3)]$ göre, “Etik Kaygı” alt faktör puanlarında X kuşağı

bireylerinin [2,3 (1-4)] ortancası, Z kuşağı bireyelerine [1,7 (1- 4)] göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur (Tablo 3).

Tablo 3. Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre BSA alt faktör puanlarının karşılaştırılması

BSA alt faktörler	Kuşak	p=±0,05	Medyan	H	(min-max)
Sağlık	X Kuşağı	2,77±0,86	2,8 (1-4)	3,652	0,161
	Y Kuşağı	2,61±0,82	2,7 (1-4)		
	Z Kuşağı	2,54±0,88	2,5 (1-4)		
Duygudurum	X Kuşağı	2,53±0,80	2,5 ^a (1-4)	8,282	0,016*
	Y Kuşağı	2,50±0,78	2,5 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	2,88±0,94	3,2 ^b (1,2-4)		
Uygunluk	X Kuşağı	2,46±0,72	2,4 ^a (1-4)	18,105	<0,001***
	Y Kuşağı	2,47±0,75	2,6 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	2,97±0,77	3,2 ^b (1-4)		
Duyusal çekicilik	X Kuşağı	2,78±0,81	2,8 ^{ab} (1-4)	10,068	0,007**
	Y Kuşağı	2,69±0,87	2,6 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	3,10±0,78	3,3 ^b (1-4)		
Doğal içerik	X Kuşağı	3,09±0,85	3,3 ^b (1-4)	29,287	<0,001***
	Y Kuşağı	2,72±0,91	2,7 ^{ab} (1-4)		
	Z Kuşağı	2,26±0,88	2 ^a (1-4)		
Fiyat	X Kuşağı	2,67±0,81	2,7 ^{ab} (1-4)	9,631	0,008**
	Y Kuşağı	2,56±0,81	2,5 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	2,96±0,83	3 ^b (1,3-4)		
Ağırlık kontrolü	X Kuşağı	2,61±0,80	2,7 ^b (1-4)	9,396	0,009**
	Y Kuşağı	2,38±0,79	2,3 ^{ab} (1-4)		
	Z Kuşağı	2,16±0,75	2,1 ^a (1-3,3)		
Aşınalık	X Kuşağı	2,65±0,78	2,7 (1-4)	1,387	0,500
	Y Kuşağı	2,56±0,77	2,7 (1-4)		
	Z Kuşağı	2,49±0,76	2,3 (1-4)		
Etik kaygı	X Kuşağı	2,48±0,87	2,3 ^b (1-4)	11,209	0,004**
	Y Kuşağı	2,27±0,86	2 ^{ab} (1-4)		
	Z Kuşağı	1,98±0,89	1,7 ^a (1-4)		

a, b: Ortak harfe sahip olmayan medyanlar arasındaki fark anlamlıdır (p<0,05), *BSA: Besin seçim anketi, H: Kruskal-Wallis H testi, *p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001

Çalışmaya katılan bireylerin tüm BSA alt faktörlerinin BKİ değerleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı etkisinin olmadığı bulunmuştur (Tablo 4).

Tablo 4. Çalışmaya katılan bireylerin BSA alt faktör puanlarının BKİ değerleri üzerine etkisi

	Model	β	Std. hata	t	p	F	R ²
BKİ	(Sabit)	26,207	0,629	41,673	<0,001***	0,008	0,001
	Sağlık	-0,021	0,227	-0,092	0,927		
BKİ	(Sabit)	25,793	0,626	41,219	<0,001***	0,363	0,001
	Duygudurum	0,141	0,234	0,603	0,547		
BKİ	(Sabit)	26,197	0,659	39,760	<0,001***	0,005	0,001
	Uygunluk	-0,018	0,250	-0,071	0,944		
BKİ	(Sabit)	25,936	0,644	40,284	<0,001***	0,123	0,001
	Duyusal çekicilik	0,078	0,222	0,351	0,726		
BKİ	(Sabit)	25,657	0,597	42,993	<0,001***	0,765	0,002

	Doğal içerik	0,179	0,205	0,875	0,382		
BKİ	(Sabit)	25,288	0,634	39,876	<0,001***	2,039	0,003
	Fiyat	0,328	0,230	1,428	0,154		
BKİ	(Sabit)	25,182	0,604	41,715	<0,001***	2,863	0,005
	Ağırlık kontrolü	0,402	0,237	1,692	0,091		
BKİ	(Sabit)	25,134	0,659	38,116	<0,001***	2,595	0,004
	Aşinalık	0,395	0,245	1,611	0,108		
BKİ	(Sabit)	25,427	0,527	48,237	<0,001***	2,171	0,003
	Etik kaygı	0,317	0,215	1,473	0,141		

β : Beta Katsayısı; F: Tek Yönlü ANOVA Testi; t: Bağımsız örneklem, T: Testi, *BSA: Besin seçimi anketi, ***p<0,001, Std. Standart.

Çalışmaya katılan bireylerin BSA alt faktör puanları ile BKİ değerleri arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde, bireylerin aşinalık alt faktör puanları ile BKİ değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif çok zayıf ($s=0,106$; $p<0,05$) korelasyon olduğu bulunmuştur. Sonuç incelendiğinde, bireylerin aşinalık alt faktör puanı arttıkça BKİ değerlerinde %10,6'lık artış olduğu bulunmuştur (Tablo 5).

Tablo 5. Çalışmaya katılan bireylerin BSA alt faktör puanları ile BKİ değerleri arasındaki korelasyon katsayıları

BSA Alt Faktörler	BKİ (kg/m ²)	
	S	p
Sağlık	0,004	0,942
Duygudurum	0,041	0,415
Uygunluk	-0,007	0,884
Duyusal Çekicilik	0,027	0,595
Doğal İçerik	0,057	0,252
Fiyat	0,048	0,339
Ağırlık Kontrolü	0,072	0,147
Aşinalık	0,106	0,034*
Etik Kaygı	0,087	0,082

s: Spearman Sıra farkları korelasyon katsayısı, *p<0,05,

*BSA: Besin seçim anketi

4. TARTIŞMA

Bu çalışmada BKİ açısından en fazla obez Y kuşağındadır. Benzer şekilde Kahraman'ın 2018 yılında yaptığı çalışmada, BKİ açısından en fazla preobez ve obezlerin 21-28 yaş grubu olan Y ve Z kuşağına dahil bireyler olduğu görülmüştür (Kahraman, 2018). Farklı şekilde Yıldız ve Çetinkaya'nın 2020 yılında yaptıkları çalışmada BKİ açısından en fazla obezlerin 50-65 yaş grubu olan X kuşağı ve Bebek Patlaması kuşağında olduğu saptanmıştır (Yıldız ve Çetinkaya, 2020). Bu durum Y kuşağı döneminde fastfood türü hazır ve sağlıksız yiyecek tüketiminin yaygınlaşmasıyla bireylerin beslenme alışkanlıkları ve besin tercihlerinin değişmesi ile (Dölekoğlu ve Çelik, 2018; Demirağ ve Çavuşoğlu, 2021), teknolojik cihazlarla fazla zaman geçiren Y ve Z kuşaklarının online yemek uygulamaları, sanal ve hızlı yemek siparişi ve global kahve zincirlerini tercih etmeleri ile birlikte fazla kiloluluk ve obezite artışı görülen kuşaklar haline gelmeleri ile (Özdemir, 2019), dijital olarak bağımlı hale gelen Z kuşağının fiziksel olarak daha inaktif olması, yüksek kalorili hazır yiyecek ve içecek tüketimlerini artırması ile (Djordjic, 2019; van Kleef ve ark., 2019) açıklanabilir.

Bu çalışmada en fazla öğün atlayan kuşak X kuşağıdır; X ve Y kuşağı en fazla öğle öğününü, Z kuşağı en fazla kahvaltılı öğününü atlayan kuşaktır. Benzer şekilde Krok-Schoen ve arkadaşlarının 2019 yılında yaptıkları çalışmada, 45-59 yaş grubu yani X kuşağının en fazla öğle

öğününü atladığı görülmüştür (Krok-Schoen ve ark., 2019). Farklı şekilde Yılmaz Akyüz ve arkadaşlarının 2021 yılında yaptıkları çalışmada, en fazla öğün atlayan grubunun 17-23 yaş grubu olan Z kuşağına dahil bireyler olduğu görülmüştür (Yılmaz Akyüz ve ark., 2021). Bu durum, X kuşağında öğünü hazırlayan biri olmaması veya öğünün önemsenmemesi (Kazkondur, 2020) tüketecekleri besinin veya öğünün düşük kalorili olmasını önemsemeleri (Aşık, 2019) ve X kuşağı bireylerinde duygusal yeme davranışının diğer kuşaklara kıyasla daha fazla olması (Sarıkaya ve ark., 2021) sebepleri ile, Y kuşağında işe/okula geç kalma veya öğünün hazır olmaması ile; farklılık ise Z kuşağında sıklıkla işe veya okula geç kalma, zayıflamak isteme sebepleri ile (Kazkondur, 2020) açıklanabilir.

Bu çalışmada en fazla su içen kuşak Z kuşağıdır. Benzer şekilde Daysal ve Yılmazel (2020)'in yaptıkları çalışmada, en fazla su içen grubun 18-20 yaş aralığı yani Z kuşağı olduğu görülmüştür. Farklı şekilde Özyazgan-Tokay ve ark. (2020) yaptıkları çalışmada, 26-40 yaş grubu yani Y kuşağı ile 41 yaş ve üzeri yani X kuşağına dahil bireylerin su tüketim ortancalarının aynı olduğu ve 15-25 yaş grubuna yani Z kuşağına kıyasla daha fazla olduğu saptanmıştır. Bu durum, yaş artışı ile birlikte her iki cinsiyette de su tüketiminin azalması (Daysal ve Yılmazel, 2020), X ve Y kuşaklarında sıcak içeceklerin yanı sıra erkeklerde alkollü içeceklerin, kadınlarda da çay tüketiminin bu kuşaklardaki bireylerin toplam sıvı alımlarını ve su tüketim miktarlarını etkilemesi ile; farklılık ise, bireyin su ihtiyacının yaş, cinsiyet, mevsim, hava sıcaklığı ve nem gibi çeşitli faktörlere göre değişmesiyle, bireyin içinde bulunduğu kültür, yaşam tarzı ve okul, işyeri, kamusal alan ya da özel alanlarda bulunan içecek seçeneklerinin bireylerin su tüketim miktarlarını etkilemesi ile (Zhang ve ark., 2019) açıklanabilir.

Bu çalışmada katılımcılar besin seçimlerini en fazla duyuşal çekiciliğe, en az ise; etik kaygıya göre yapmaktadır. Benzer şekilde Yeşiltaş'ın 2022 yılında yaptığı çalışmada; katılımcıların besin seçimlerini en fazla doğal içerik, en az ise etik kaygıya göre yaptıkları görülmüştür (Yeşiltaş, 2022). Farklı şekilde Çelik (2018)'in yaptığı çalışmada, bireylerin besin seçimini etkileyen en önemli üç faktörün sırasıyla doğal içerik, duyuşal çekicilik ve sağlık olduğu, en az etkileyen faktörün ise fiyat olduğu bulunmuştur. Farklı şekilde Gökçen (2021)'in yılında yaptığı çalışmada, katılımcıların besin seçimlerini en fazla duyuşal çekiciliğe, en az ise ağırlık kontrolüne göre yaptıkları görülmüştür. Bu durum bireyin vücut gereksinimlerinin yanında damak tadına ve besinden aldığı hazzıya göre besin seçimlerinin şekillenmesi ile; farklılık ise toplumsal değerlerin ve düzenlerin farklılaşması, kültürler arası etkileşimin artması, beslenme pratiklerinin yaş, cinsiyet, gelir seviyesi, sosyal statü gibi pek çok faktörden etkilenerek değişmesi, hastalık kavramlarının farklılaşması, sağlıklı beslenmeye dair bakış açısının gelişip değişmesi ile açıklanabilir (Adak, 2020).

Bu çalışmada, besin seçimlerinde “Duygudurum”, “Uygunluk”, “Duyuşal Çekicilik” ve “Fiyat” alt faktör puan ortalaması en yüksek Z kuşağında; “Doğal İçerik”, “Ağırlık Kontrolü” ve “Etik Kaygı” alt faktör puan ortalaması en yüksek X kuşağında bulunmuştur. Benzer şekilde Kazkondur (2020)'nin yaptığı çalışmada, X kuşağının besin seçimlerinde “Ağırlık Kontrolü” ve “Etik Kaygı” alt faktörlerine daha fazla önem verdiği saptanmıştır. Farklı şekilde Öztürk ve Tekeli (2021)'nin yaptıkları çalışmada, “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puan ortalamasının Z kuşağında Y kuşağına kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Öztürk ve Tekeli, 2021). Farklı bir şekilde Szakály ve ark. (2018) yaptığı çalışmada, “Duygudurum” ve “Uygunluk” alt faktör puanlarının 14-30 yaş grubu yani Y ve Z kuşağında, “Aşinalık” alt faktör puanlarının 50-59 yaş grubu yani X kuşağında; “Etik Kaygı” alt faktör puanlarının 30-60 yaş grubu yani X ve Y kuşağında yüksek olduğu saptanmıştır (Szakály ve ark., 2018). Bu durum, X kuşağı bireylerinin besin seçimlerinde besinin çevre dostu şekilde paketlenmesine dikkat etmesi sebebiyle etik kaygı alt faktörünü önemsemeleri ile (Kazkondur, 2020), zevk ve haz alabileceği bir tüketim davranışı sergileyen Z kuşağının satın alma sürecinde sosyal medyadan etkilenmesi ve fiyat ile kaliteye dikkat etmesi ile (Gümüş, 2019; Gümüş, 2020); farklılık ise günümüzde besin çeşitliliği

skalasının genişlemesiyle genç bireylerin yaş ortalaması yüksek bireylere göre yeni ve farklı besinleri daha erken tanıyabilmeleri (Gençel, 2021), Z kuşağının Y kuşağına kıyasla yeni besinlere karşı daha ilgili ve meraklı olmaları ile (Okumus ve ark., 2021) açıklanabilir.

Bu çalışmada, bireylerin BSA alt faktörlerinde “Aşinalık” alt faktör puanı arttıkça, BKİ değerlerinde artış olduğu bulunmuştur. Farklı şekilde Çelik (2018)’in yaptığı çalışmada, besin seçimi anketi “Doğal İçerik”, “Ağırlık Kontrolü”, “Sağlık” ve “Etik Kaygı” alt faktör puanları arttıkça BKİ değerlerinin arttığı görülmüştür. Farklı şekilde Çevik (2019)’in yılında yaptığı çalışmada, “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puan ortancası preobez ve obez bireylerde diğer gruplara göre istatistiksel olarak daha yüksek bulunmuştur (Çevik, 2019). Bu durum, bireylerin yeni ve çeşitli besinlere karşı sıklıkla temkinli yaklaşması, bireyin yaşadığı sosyokültürel çevrenin, tecrübelerin ve ülke şartlarının bireylerin yeni ve çeşitli besinleri deneme hakkında düşüncelerini etkilemesi (Ceylan ve Şahingöz, 2019) ve bireylerin tek tip besin seçimlerinin vücut ağırlığı kontrollerini zorlaştırması, aşırı kilolu ve obez bireylerin yüksek enerjili, boş kalori içeren yiyecekleri severek tercih etmeleri ile (Chen ve Antonelli, 2020) açıklanabilir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Farklı kuşaklara mensup bireylerin, içerisinde bulunduğu kuşağa göre farklı beslenme şekillerine sahip olmaları besin seçimlerini etkileyebilmekte ve vücut ağırlıkları üzerine etki edebilmektedir. Bu durum küresel bir halk sağlığı sorunu olan obezite oluşumunda oldukça önemli bir faktör olmaktadır. Bu nedenle obezite ile mücadele programlarına destek olunabilmesi açısından farklı kuşaklara dahil bireylerin beslenme bilincinin geliştirilmesiyle dahil oldukları kuşakların özelliklerine uygun beslenme önerilerinin ve bilgilendirilmelerinin yapılması önem teşkil etmektedir.

Yazarların çalışmaya katkıları

Dyt. Özge Varlık; Çalışma konsepti, Veri toplama, Veri analizi ve yorumlama, Yazı taslağı ve Makale yazımı.

Doç. Dr. Müge Arslan; Çalışma konsepti, İçeriğin eleştirel incelemesi, Makale yazımı ve kontrolü.

Etik Kurul Beyanı

Araştırmaya, Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 28/11/2022 tarihinde yapılan 12 nolu toplantısında etik kurul onayı alınmıştır.

Kaynaklar

- Adak, N. (2020). Tüketim kültüründe beslenme: sağlıklı/sağlıksız yiyecekler. *Istanbul University Journal of Sociology*, 40(1), 197-218.
- Aşık, A.N. (2019). X ve Z kuşağı tüketicilerin yiyecek tercihlerini etkileyen faktörler. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(4), 2599-2611.
- Albayrak, A. (2022). Kadın ve erkeklerin yemek tercihlerindeki farklılıkların incelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 41, 207-241.
- Alkire, L., O'Connor, G.E., Myrden, S. & Köcher, S. (2020). Patient experience in the digital age: An investigation into the effect of generational cohorts. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 57, 1-9.
- Castronuovo, L., Guarneri, L., Tiscornia, M.V. & Allemandi, L. (2021). Food marketing and gender among children and adolescents: a scoping review. *Nutritional Journal*, 20(1), 52.
- Çelik, F. (2018). *Tüketicilerin Besin Seçimi ve Beden Kütle İndeksleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Ankara.
- Çevik, E. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Menü Etiketleri Algısının Besin Seçimi ve Obezite Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Ankara.
- Ceylan, V. & Şahingöz, A.S. (2019). Yetişkin bireylerde gıda neofobi düzeyinin belirlenmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(2), 772-784.

- Chen, P. J. & Antonelli, M. (2020). Conceptual models of food choice: Influential factors related to foods, individual differences and society. *Foods*, 9(12), 1898.
- Choi, J., Peters, M. & Mueller, R. O. (2010). Correlational analysis of ordinal data: from Pearson's to Bayesian polychoric correlation. *Asia Pacific Education Review*, 11(4), 459-466.
- Daysal, B. & Yılmazel, G. (2020). Meslek yüksekokulu öğrencilerinde günlük su tüketimi. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 77(EK4: Su ve Sağlık), 187-192.
- Demirağ, B. & Çavuşoğlu, S. (2021). Y kuşağı tüketicilerin marka ve ürün değerlendirmelerinin incelenmesi: Fast-food sektörüne ilişkin bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 9(2), 1054- 1072.
- Dikmen, D., İnan Eroğlu, E., Göktaş, Z., Barut Uyar, B. & Karabulut, E. (2016). Validation of a Turkish version of the food choice questionnaire. *Food Quality and Preference*, 52, 81-86.
- Djordjic, V. (2019). The Post-Millennials' lifestyle and what physical education can do about it? *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 11, 3.
- Dölekoğlu, C.Ö. & Çelik, O. (2018). Y kuşağı tüketicilerin gıda satın alma davranışı. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tarım ve Doğa Dergisi*, 21, 55-66.
- Gençel, M. (2021). *Gıda Neofobisi Düzeyinin Yiyecek Seçim Faktörleri ile İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Kocaeli.
- Gerow, L.L. (2018). *An Exploration of Attitudinal Differences Between Baby Boomers, Generation X, and Generation Y*. Unpublished doctoral thesis, Gannon University, Pennsylvania, USA.
- Gökçen, N. (2021). *Sosyoekonomik Statünün Yeme Farkındalığı ve Besin Seçimine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, İstanbul.
- Gümüş, N. (2019). Z Kuşağı tüketicilerin hedonik tüketim davranışlarının demografik özellikleri bağlamında incelenmesi. *Business & Management Studies: An International Journal*, 7(5), 2177-2207.
- Gümüş, N. (2020). Z Kuşağı tüketicilerin satın alma karar tarzlarının incelenmesi. *Journal of Yasar University*, 15(58), 381-396.
- Haghighatdoost, F., Atefi, M., Mohammadifard, N., Daryabeygi-Khotbehsara, R., Khosravi, A. & Mansourian, M. (2022). The relationship between ultra-processed food consumption and obesity indicators in Iranian adults. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Disease*, 32(9), 2074-2085.
- Iatridi, V., Armitage, R. M., Yeomans, M. R. & Hayes, J. E. (2020). Effects of sweet-liking on body composition depend on age and lifestyle: A challenge to the simple sweet-liking-obesity hypothesis. *Nutrients*, 12(9), 2702.
- Kahraman, Ç. (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Beslenme Alışkanlıkları ve Obezite Riski: Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Tekirdağ.
- Kazkonda, İ. (2020). *Türkiye'de Yeme İçme Alışkanlıklarının Kuşaklara Göre Değişimi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları, Anabilim Dalı, Ankara.
- Krok-Schoen, J.L., Jonnalagadda, S S., Luo, M., Kelly, O.J. & Taylor, C.A. (2019). Nutrient intakes from meals and snacks differ with age in middle-aged and older Americans. *Nutrients*, 11(6), 1301.
- Machado, P.P., Steele, E.M., Levy, R.B., da Costa Louzada, M.L., Rangan, A., Woods, J. and Monteiro, C.A. (2020). Ultra-processed food consumption and obesity in the Australian adult population. *Nutrition and Diabetes*, 10(1), 39.
- Moral, M.A., Calvo, C. & Martínez, A. (2021). Ultra-processed food consumption and obesity-a systematic review. *Nutrition Hospital*, 38(1), 177-185.
- Okumus, B., Dedeoğlu, B.B. & Fangfang, S. (2021). Gender and generation as antecedents of food neophobia and food neophilia. *Tourism Management Perspectives*, 37(2), 100773.
- Özdemir, N. (2019). Kuşaklararasılık ve Kültürel Değişme. *Çocuk ve Medeniyet*, 4(7), 125-149.
- Öztürk, E. & Tekeli, S. (2021). Tüketicilerin besin seçim güdülleri: Y ve Z kuşaklarının karşılaştırılması. *Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 147-182.
- Özyazgan-Tokay, A.A., Deniz, S. & Pehlivan, E. (2020). Malatya ili Akçadağ ilçesinde yaşayan 15 yaş üstü bireylerin içme suyu tüketim davranışlarının incelenmesi. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 77(EK4: Su ve Sağlık), 149-158.

- Paulitsch, R.G. & Dumith, S.C. (2021). Is food environment associated with body mass index, overweight and obesity? A study with adults and elderly subjects from southern Brazil. *Preventive Medicine Reports*, 21, 101313.
- Sağın, A. & Karasaç, F. (2020). Obezitenin sosyo-ekonomik belirleyicileri: OECD ülkeleri analizi. *OPUS International Journal of Society Research*, 15(21), 183-200.
- Sarıkaya, G.S., Demirci, B. & Erol, E. (2021). Y ve Z kuşağının yeme davranışının belirlenmesi. *Journal of Gastronomy, Hospitality, and Travel*, 4(2), 329-342.
- Stephoe, A., Pollard, T. M. & Wardle, J. (1995). Development of a measure of the motives underlying the selection of food: the food choice questionnaire. *Appetite*, 25(3), 267-284.
- Szakály, Z., Kontor, E., Kovács, S., Popp, J., Pető, K. & Polereczki, Z. (2018). Adaptation of the food choice questionnaire: The case of Hungary. *British Food Journal*, 120(7), 1474-1488.
- Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) (2022). T.C. Sağlık Bakanlığı, Ankara. (2023, 7 Şubat). [https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Rehberler/T%C3%BCrkiye%20Beslenme%20Rehber%20\(T%C3%9CBER\)%202022.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Rehberler/T%C3%BCrkiye%20Beslenme%20Rehber%20(T%C3%9CBER)%202022.pdf),
- van Kleef, E., Meeuwse, T., Rigterink, J. & vanTrijp, H. (2019). Moving towards a healthier assortment in secondary and vocational school food environments. *British Food Journal*, 121, 9.
- WHO. (2022). WHO European Regional Obesity Report 2022, (2023, 21 Ocak). <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/353747/9789289057738-eng.pdf>
- Yeşiltaş, Ö. (2022). *Yetişkin Bireylerin Gıda Etiket Okuma Alışkanlıkları ve Bu Alışkanlıklarının, Besin Seçimi ve Diyet Kalitesi Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yıldız, S. & Çetinkaya, F. (2020). Yetişkinlerde obezite ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Ahi Evran Medical Journal*, 4(2), 29-34.
- Yılmaz Akyüz, E., Konan, M. N. & Alatlı, R. (2021). Beslenme ve diyetetik bölümü 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin besin tercihlerinin karşılaştırılması. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 8(1), 43-48.
- Zhang, J., Zhang, N., Liang, S., Wang, Y., Liu, S., Liu, S. and Ma, G. (2019). The amounts and contributions of total drinking fluids and water from food to total water intake of young adults in Baoding, China. *European Journal of Nutrition*, 58(7), 2669-2677.