

Biyoloji ve Biyoteknoloji Bölümü Öğrencilerinin Gıda Okuryazarlığı[‡]

Food Literacy Of The Biology And Biotechnology Department's Students

¹Mushtaq Ahmad TENMAS , ²Nil BAĞRIAÇIK , ³Çiğdem SAMANCI TEKİN 

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Biyoloji Anabilim Dalı, Niğde, Türkiye
²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Bor Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Beslenme Bilimleri Anabilim Dalı, Niğde, Türkiye
³Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Niğde, Türkiye

*Sorumlu Yazar/Corresponding Author
E-mail: nil@ohu.edu.tr

Geliş Tarihi/ Date of Submission: 10.08.2024

Kabul Tarihi/ Date of Acceptance: 10.09.2024

Yayın Tarihi/ Date of Publication: 30.09.2024

Değerlendirme/ Peer-Review: İki Dış Hakem, Çift Taraflı Körleme / Two external, Double anonymized

EtikBeyan / Ethical Statement: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlı olan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur./It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.

Benzerlik Taraması/ Plagiarism checks: Yapıldı – Turnitin/ Yes – Turnitin

Çıkar Çatışması/ Conflicts of Interest: Çıkar çatışması beyan edilmemiştir/The author(s) has no conflict of interest to declare

Finansman/ Grant Support: Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır/The author(s) acknowledge that they received no external funding in support of this research
Telif Hakkı & Lisans/Copyright & License: Yazarlar dergide yayımlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır /Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC4.0

[‡] Bu çalışma, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Biyoloji Anabilim dalında kabul edilmiş olan 'Biyoloji ve Biyoteknoloji bölümü öğrencilerinin gıda okuryazarlığı' isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada bir üniversitenin Biyoloji ve Biyoteknoloji Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin gıda okuryazarlığı hakkında bilgi düzeylerinin ölçülmesi ve bunu etkileyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve yöntemler: Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmış, araştırmaya 111 öğrenci katılmıştır. Araştırmada iki bölümden oluşan anket uygulanmıştır. Birinci bölümde sosyodemografik, sağlık ve beslenme özelliklerini içeren 33 sorudan oluşan anket formu ile ikinci bölümde Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 21.0 analiz programı ile değerlendirilmiş, Anlamlılık $p < 0,05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin lisans eğitiminin beslenme alışkanlıkları üzerine etkisi olduğu, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre, aile ile birlikte yaşayanların ailesi ile birlikte yaşamayanlara göre, şu anda diyet yapanların ve hayatlarının herhangi bir döneminde diyet yapanların hiç diyet yapmayanlara göre, özellikle pandemi döneminde bireysel sağlığına dikkat edenlerin etmeyenlere göre algılanan gıda okuryazarlığının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Bireysel ve toplumsal sağlığın korunması, gıda okuryazarlığının artırılması için konu ile ilgili eğitimlerin artırılması gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Gıda okuryazarlığı, üniversite öğrencisi, beslenme, pandemi.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to measure the knowledge level of students studying in a university's Biology and Biotechnology Department about food literacy and to determine the factors affecting it.

Material and Methods: The research was conducted in descriptive, and cross-sectional type, and 111 students participated. A survey consisting of two parts was applied in the study. In the first part, a survey form consisting of 33 questions including sociodemographic, health, and nutritional characteristics was used, and in the second part, the Perceived Food Literacy Scale was used. The data were evaluated with the SPSS 21.0 analysis program, and significance was taken as $p < 0.05$.

Results: It has been determined that undergraduate education affects students' nutritional habits. It has been determined that perceived food literacy is higher among female students than male students, those who live with their family than those who do not live with their family, those who are currently on a diet or have been on a diet at any time in their lives than those who have never dieted, and those who pay attention to their health during the pandemic period than those who do not.

Conclusion: It is thought that education on the subject should be increased to protect individual and social health and increase food literacy.

Keywords: Food literacy, undergraduate students, nutrition, pandemic

Giriş

Sağlıklı beslenme ve sağlıklı yaşam biçimlerinin geliştirilmesi sağlıklı toplumların oluşmasında büyük önem taşımaktadır. İstenen yaşam kalitesine ulaşmak için bireylerin ve toplumun beslenme bilincinin artırılması, sağlıklı beslenmenin hayat tarzına dönüştürülmesi gerekmektedir. Sağlığın temeli yeterli ve dengeli beslenmedir. Toplumda beslenme sorunlarının ve beslenmeye bağlı kronik hastalıkların en aza indirilmesi veya önlenmesi yaşam biçiminin iyileştirilmesi, çevre koşullarının düzeltilmesi ve geliştirilmesi, sağlıklı besine ulaşımın ve tüketiminin sağlanması ile mümkün olabilir (1). Bu hedeflere ulaşmak bireylerin sağlık okuryazarlığını öğrenmeleri ile sağlanabilir. Sağlık okuryazarlığı bireylerin kendi kendilerine sağlıkla ilgili doğru kararlar alabilmeleri, alınan kararları uygulayabilmeleri ve bu bilgilere ulaşmak, bilgileri anlamak ve değerlendirmek için gerekli bilgi, motivasyon ve beceriye sahip olmaları olarak tanımlanabilir. Sağlık okuryazarlığının önemli bileşenlerinden biri beslenme ve gıda okuryazarlığıdır (2).

Beslenme okuryazarlığı sağlık okuryazarlığına benzer bir şekilde tanımlanır. Bireylerin beslenmeyle ilgili konularda uygun kararları verebilmek için gerekli hizmetleri ve temel beslenme bilgilerini anlama, yorumlama ve bilgilere ulaşabilme yeteneğine sahip olması olarak tarif edilebilir. Beslenme okuryazarlığı, sosyoekonomik dengesizliklerin yaşandığı özellikle beslenme, sağlık ve eğitimin eşit olmadığı toplumlarda hayati önem taşımaktadır (3).

Gıda okuryazarlığı ise gıdayı kullanma bilgi ve becerilerinin hepsini içeren bir terimdir. Gıda okuryazarlığı, gıdanın doğasını ve kişi için gıdanın önemini anlama, gıda hakkında bilgi edinme, işleme, analiz etme ve kullanabilme konusunda göreceli yeteneğini kapsar. Gıda okuryazarlığının bileşenleri; erişim, planlama ve yönetim, seçim,

yemeğin nereden geldiğini bilmek, hazırlık, yeme, beslenme ve dil olmak üzere sekiz alanda gruplandırılmaktadır (4).

Bireyler günlük hayatlarında gıda ve beslenme ile ilgili çeşitli kararlar alırlar. Bu kararlar alınırken, gıda ürünlerinin sağlık, besleyicilik, fiyat, lezzet, doğallık, doyuruculuk, tazelik, alışkanlık, kültürel uygunluk, kalite gibi çeşitli özellikleri göz önünde bulundurulur. Ne çeşit yiyecekte ne miktarda alınması gerektiği ve nereden satın alınacağı gibi pek çok kararı doğru biçimde alabilmek için gıda ve beslenme okuryazarı olmak gereklidir (5). Sağlıklı ve dinamik toplumların sürdürülebilmesinde gıda okuryazarlığının farkında olunması ve geliştirilmesi çok önemlidir.

Biyoloji, yaşam ve canlı organizmaların incelenmesi hakkında çalışmalar gerçekleştiren bir bilimdir. Biyoloji bölümü öğrencileri; biyolojik yapıları, kimyasal prosesleri, moleküler etkileşimleri, fizyolojik mekanizmaları, gelişimi ve evrimi dahil olmak üzere hem yaşam hem de organizmalar hakkında, biyoteknoloji öğrencileri ise biyolojiye dayalı teknoloji geliştirmek üzerine gerekli eğitimi alırlar. Dolayısıyla bu bölümlerde okuyan öğrenciler beslenme ile ilişkili biyolojik sistemler, büyüme-gelişme, biyokimya, kalıtım gibi pek çok temel konular hakkında bilgi edinmektedir. Aynı zamanda öğrencilerin, sosyal hayatlarında aileden öğrendikleri bilgiler, öğrencilik hayatları, yaşları, cinsiyetleri, hastalıkları vb. onların yaşantılarını ve alışkanlıklarını etkileyen faktörlerdir. Literatürde biyoloji ve biyoteknoloji öğrencilerinin gıda okuryazarlığı ile ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada, biyoloji ve biyoteknoloji bölümünde okuyan öğrencilerin gıda okuryazarlığı hakkında bilgi, istek, becerileri ile beslenme alışkanlıklarının, sağlıklı yaşama bakış açılarının ve okudukları bölümlerin gıda okuryazarlıkları üzerine etkisinin saptanması amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntemler

Araştırmanın Türü: Bu çalışma biyoloji ve biyoteknoloji lisans bölümü öğrencilerinin gıda okuryazarlığı düzeylerini ve ilişkili etmenleri belirlemek amacıyla tanımlayıcı ve kesitsel tipte planlanarak yapılmıştır.

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman: Araştırmanın evrenini Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi'nde okuyan Biyoloji ve Biyoteknoloji Bölümü öğrencileri oluşturmuştur. Ayrıca bir örneklem seçilmemiş, öğrencilerin tamamı örnekleme alınmıştır. Araştırmaya 111 öğrenci katılmıştır.

Veri Toplama Araçları: Veri toplama araçları araştırmacının hazırladığı katılımcıların sosyodemografik, sağlık ve beslenme özelliklerini içeren 33 sorudan oluşan bir anket formu ile Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçeği'nden oluşmaktadır.

Anket formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan anket formu 33 sorudan oluşmaktadır. Anket formunda katılımcıların sosyodemografik özellikleri (yaş, cinsiyet, ikamet edilen yer, aile ile yaşama durumu, ebeveynin eğitim ve çalışma durumu, aile ve kişisel gelir, sosyal güvence) sağlık özellikleri (boy, kilo durumu, mevcut kilodan memnuniyet, diyet yapma durumu, hastalık varlığı, besin alerjisi durumu, bireysel sağlığa dikkat etme ve pandemide bireysel sağlığa dikkatteki değişim) ve beslenme özelliklerini (gıda seçiminde öneride bulunma, pandemide beslenme alışkanlıklarındaki değişim, beslenme alışkanlıklarındaki değişimin nedenleri, alınan eğitimin beslenme alışkanlıklarına etkisi) saptamaya yönelik sorular mevcuttur.

Algılanan gıda okuryazarlığı ölçeği: Ölçek, 2018 yılında Poelman ve arkadaşları tarafından bireylerin sağlıklı beslenmeyi planlama, yönetme, seçme, hazırlama ve yemek yeme için bilgi, beceri ve davranışlarını içeren gıda okuryazarlık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (6). Ölçeğin Türkçe geçerlilik

güvenirlilik çalışması Tarı-Selçuk ve arkadaşları tarafından 2020 yılında yapılmıştır (7). Ölçek 5'li likert tipinde olup, "1=Hiçbir zaman/ Asla...5=Evet, her zaman" şeklinde puanlanmaktadır. Ölçek 29 madde ve 8 alt gruptan (yemek hazırlama becerileri, karşı koyabilme ve direnç, sağlıklı atıştırma tipleri, sosyal ve bilinçli yeme, gıda etiketlerinin incelenmesi, günlük beslenme planı, sağlıklı yiyecekler için harcama ve sağlıklı gıda bulundurma) oluşmaktadır. Ölçekte bazı maddeler (2, 10, 12, 19, 26, 27, 28, 29) ters çevrilerek puanlanmaktadır. Ölçek genelinden alınabilecek en düşük puan 29, en yüksek puan 145'tir. Ölçekte tüm maddelerden alınan puanların toplamı Algılanan Gıda Okuryazarlığı düzeyini göstermekte ve yüksek puanlar gıda okuryazarlığı düzeyinin yüksekliğini ifade etmektedir. Ölçek geneli cronbach alfa değeri için 0.83'tür. Çalışmamız için cronbach alfa değeri 0.812 bulunmuştur.

Verilerin Toplanması: Türkiye Cumhuriyeti Devleti Covid-19 döneminde yüz yüze etkileşimin en aza indirilmesini ve evde sosyal izolasyonda kalınmasını tavsiye ettiğinden, anketler çevrim içi olarak Google Formlar'da oluşturulan form linki ile öğrencilere iletilmiştir. Anket linkleri bölümlerin öğretim elemanları ile paylaşılmış ve öğrenci gruplarına iletmeleri istenmiştir. 15 Mart-15 Nisan 2021 tarihleri arasında 1 ay anket formu aktif olarak açık bırakılmıştır. Bir formun yanıtlanma süresi ortalama 10-15 dakika sürmüştür.

Veri Analizi: Veriler SPSS 21.0 analiz programı ile değerlendirilmiştir. Verilerin Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri ile birlikte çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak normal dağılıma uygunluğu değerlendirildi. Kategorik değişkenler sayı (n) ve yüzde (%) olarak ifade edildi. İki grup arasındaki karşılaştırmada parametrik şartların sağlanabildiği durumlarda Student t testi (bağımsız grup için t testi), sağlanamadığı durumlarda Mann Whitney U testi

kullanıldı. İki den fazla grup karşılaştırmasında parametrik şartların sağlanabildiği durumlarda One Way ANOVA, sağlanamadığı durumlarda Kruskal Wallis-H Testi yapıldı. İleri analiz için nonparametrik Post Hoc testlerden Tamhane Testi kullanıldı. Anlamlılık p <0,05 olarak alındı.

Etik İzin: Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi'nden (Tarih: 24/02/2021, Karar No: 2021/04-11) etik kurul izni alınmıştır. Algılanan Gıda Okuryazarlığı ölçeği için ölçek yazarından yazılı izin alınmıştır. Fakülte dekanlığından uygulama izni alınmıştır. Öğrencilere anketin başında aydınlatılmış onam formu sunulmuş ve

yalnızca onam formunu onaylayan öğrenciler ankete devam edebilmişlerdir.

Bulgular

Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özellikleri

Bu çalışmaya Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Fen Fakültesi, Biyoloji ve Biyoteknoloji bölümünde öğrenim gören toplam 111 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin %69,4'ü Biyoteknoloji bölümü öğrencisidir. Katılımcıların yaş ortalaması 21,51±2,71 (min=18, max=41) olup, %66,7'si kadındır. Öğrencilerin %85,6'sı ailesiyle beraber, %55'i il merkezinde yaşamaktadır. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre dağılımları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri

Değişkenler		Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	74	66,7
	Erkek	37	33,3
Bölüm	Biyoloji	34	30,6
	Biyoteknoloji	77	69,4
Sınıf	1. Sınıf	26	23,4
	2. Sınıf	34	30,6
	3. Sınıf	18	16,2
	4. Sınıf	33	29,7
Yaşanılan kişi	Yalnız	11	9,9
	Ailemle	95	85,6
	Ev arkadaşı ile	5	4,5
İkamet yeri	İl	61	55,0
	İlçe	45	40,5
	Kasaba	3	2,7
	Köy	2	1,8
Sosyal güvence	Var	80	72,1
	Yok	31	27,9
Kişisel gelir kaynağı*	Aile Harçlığı	66	59,5
	Burs	52	46,8
	Maaş (Çalışıyorum)	12	10,8
*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.			
Kişisel gelir miktarı	Hiç gelirim yok	26	23,4
	0-250 TL	13	11,7
	251-500 TL	22	19,8
	501-750 TL	31	27,9
	751 TL ve üstü	19	17,1
Aile ile yaşıyorlarsa aile geliri	Hiç geliri yok	3	2,8
	0-1000 TL	2	1,9
	1001-2000 TL	18	17
	2001-3000 TL	26	24,5
	3001-4000 TL	18	17
	4001-5000 TL	8	7,5
	5001 ve üstü	31	29,2

Anket formunda öğrencilerin boy ve kilolarını belirtmeleri istenmiştir. Boy ve kilo bilgileri kullanılarak Beden Kitle İndeksi BKİ = $\left(\frac{Vücut\ ağırlığı\ (kg)}{Boy\ (m^2)}\right)$ formülü ile hesaplanmıştır. Beden Kitle indeksi (BKİ) sınıflaması aşağıdaki şekildedir (8-9):

Ağırlık	BKİ
Zayıf	18,5'in altı
Normal	18,5-24,9
Pre-obez	25,0-29,9
Obez	30,0 ve üstü
Hafif obez	30,00 – 34,99

Orta derecede obez	35,00 – 39,99
Morbid obez	40,00 – 49,99
Süper obez	≥50,00

Buna göre öğrencilerin %13,5'i zayıf iken, %24,3'ü preobez, %4,5'i obezdır. Öğrencilerin %56,8'i mevcut kilosundan memnun değildir. Kilosundan memnun olmayanların %81'i kilo vermek istemektedir. Öğrencilerin kilo ve sağlık durumları ile ilgili özellikleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin kilo ve sağlık durumları ile ilgili özellikleri

Değişkenler		Sayı (n)	Yüzde (%)
Beden Kitle İndeksi	Zayıf	15	13,5
	Normal	64	57,7
	Pre-obez	27	24,3
	Obez	5	4,5
Kilosundan memnun olma	Evet	48	43,2
	Hayır	63	56,8
Kilosundan memnuniyetsizlik nedeni	Kilo vermek istiyorum	51	81
	Kilo almak istiyorum	12	19
Hayatının herhangi bir döneminde kilo vermek için diyet yapma durumu	Evet	46	41,4
	Hayır	65	58,6
Şu anda kilo vermek için diyet yapma durumu	Evet	28	25,2
	Hayır	83	74,8
Mevcut bir hastalık durumu	Evet	14	12,6
	Hayır	97	87,4
Besin alerjisi durumu	Evet	19	17,1
	Hayır	92	82,9
Bireysel sağlığa dikkat etme durumu	Evet	96	86,5
	Hayır	15	13,5
Pandemi döneminde sağlığa dikkatte değişim	Daha fazla dikkat	68	61,3
	Daha az dikkat	15	13,5
	Dikkatim değişmedi	28	25,2

Öğrencilerin %46,8'inin gıda seçimini annesi yapmakta iken, öğrencilerin %69,4'ü alışverişte gıda önerisinde bulunmaktadır (Tablo 3). Çalışmamızda evde gıda seçimi anneler tarafından yapılırken, öğrencilerin gıda seçimine etkili olarak katıldığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin gıda seçimi ve beslenme alışkanlıkları ile ilgili özellikleri

Değişkenler		Sayı (n)	Yüzde (%)
Evde gıda seçimini genellikle yapan kişi	Annem	52	46,8
	Kendim	21	18,9
	Babam	33	29,7
	Kardeşten biri	2	1,8
	Diğer (Eş, herkes)	3	2,7
Gıda için ayrılan bütçe	Yeterli	62	55,9
	Kısmen yeterli	39	35,1
	Yetersiz	10	9
Gıda alışverişinde gıda önerisinde bulunma	Evet	77	69,4
	Hayır	6	5,4
	Bazen	28	25,2
Pandemi döneminde beslenme alışkanlıklarındaki değişim	Olumlu değişim	38	34,2
	Olumsuz değişim	44	39,6
	Değişim olmadı	29	26,1

Pandemi dönemi öğrencilerin üçte ikisinin sağlığına dikkat etmelerini olumlu yönde etkilemiştir. Tablo 4'te öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının pandemi dönemindeki değişimine etki eden nedenler görülmektedir.

Tablo 4. Pandemi döneminde öğrencilerin beslenme alışkanlıklarındaki değişimin nedenleri

Değişkenler*	Sayı (n)	Yüzde (%)
Evde uzun vakit geçirme	72	64,9
Ekran karşısında uzun süre geçirme	22	19,8
Kafe, restoranların vb. kapalı olması	20	18
Gelirde azalma	10	9
Kırsala geçiş	2	1,8
Başka ile geçiş	9	8,1

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Çalışmamızda da beslenmenin olumsuz etkilenmesinin sebepleri arasında evde ve ekran karşısında çok uzun zaman geçirmek ilk iki sırada yer almakta, bunu kafe ve restoranların kapalı olması izlemektedir. Pandemi döneminde sağlığına dikkat edenlerin etmeyenlere göre ya da sağlığına dikkat etmede herhangi bir değişimi olmayanlara göre, karşı koyabilme ve direnç, gıda etiketlerinin incelenmesi ve günlük beslenme planı yapabilme bakımından becerilerinin arttığı tespit edilmiştir. Ancak, pandemi döneminde beslenme alışkanlıklarındaki değişim ile ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Öğrencilerin %63,1'i aldıkları lisans eğitiminin beslenme alışkanlıkları üzerine etkisi olduğunu belirtmiştir. Lisans eğitiminin yararları olarak öğrencilerin %47,7'si besin öğelerini öğrendiğini, %29,7'si her öğünün önemini öğrendiğini ve %28,8'i lisans bilgilerinin kilo kontrolü sağlamada yardımcı olduğunu ifade etmiştir. Öğrencilerin aldıkları eğitimin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisine yönelik düşünceleri Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin aldıkları eğitimin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisine yönelik düşünceleri

Değişkenler*	Sayı (n)	Yüzde (%)
Lisans eğitiminin etkisi		
Evet	70	63,1
Hayır	41	36,9
Lisans eğitiminin yararları*		
Sağlıklı gıda seçimi yapmamı sağlıyor	22	19,8
Kilo kontrolü sağlamamda yardımcı oluyor	32	28,8
Besin gruplarını öğrendim	27	24,3
Besin öğelerini öğrendim	53	47,7
Her öğünün önemini öğrendim	33	29,7
Öğün atlamamayı öğrendim	21	18,9

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçeğinden Alınan Puanlar

Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçeğinden toplam alınabilecek en düşük puan 29, toplam en yüksek puan 145'tir. Katılımcıların alt ölçeklerden aldıkları puanlar ve toplam ölçek puanları Tablo 6'da verilmiştir.

Cinsiyet değişkeni ile ölçek puanları arasında sadece sağlıklı atıştırmalık tipleri alt ölçeği arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (Tablo 7). Kız öğrenciler erkek öğrencilere göre daha fazla sağlıklı atıştırmalık tercih etmektedir ($t=2,172$, $p<0.05$).

Tablo 6. Algılanan gıda okuryazarlığı ölçeğinden alınan puanlar

Alt Ölçekler	Sayı (n)	Min	Max	Ortalama	Ss
Yiyecek Hazırlama Becerileri	111	8	30	20,94	4,65
Karşı Koyabilme ve Direnç	111	6	26	17,05	3,76
Sağlıklı Atıştırmalık Tipleri	111	6	19	13,60	2,76
Sosyal ve Bilinçli Yeme	111	3	15	10,91	2,34
Gıda Etiketlerinin İncelenmesi	111	2	10	5,70	1,96
Günlük Beslenme Planı	111	2	10	6,11	2,21
Sağlıklı Yiyecekler İçin Harcama	111	2	10	6,90	1,89
Sağlıklı Gıda Bulundurma	111	8	20	14,80	3,17
Toplam Ölçek Puanı	111	56	119	96,02	12,76

Tablo 7. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar*

Alt Ölçekler	Cinsiyet	N	Ort	Ss	t	P
Yiyecek Hazırlama Becerileri	Kadın	74	21,42	4,497	1,553	0,123
	Erkek	37	19,97	4,873		
Karşı Koyabilme ve Direnç	Kadın	74	16,70	3,999	-1,398	0,165
	Erkek	37	17,76	3,166		
Sağlıklı Atıştırmalık Tipleri	Kadın	74	14,00	2,838	2,172	0,032
	Erkek	37	12,81	2,459		
Sosyal ve Bilinçli Yeme	Kadın	74	10,96	2,496	,314	0,754
	Erkek	37	10,81	2,025		
Gıda Etiketlerinin İncelenmesi	Kadın	74	5,81	1,914	,820	0,414
	Erkek	37	5,49	2,063		
Günlük Beslenme Planı	Kadın	74	6,09	2,222	-,091	0,928
	Erkek	37	6,14	2,226		
Sağlıklı Yiyecekler İçin Harcama	Kadın	74	6,97	1,951	,566	0,573
	Erkek	37	6,76	1,786		
Sağlıklı Gıda Bulundurma	Kadın	74	14,69	3,264	-,527	0,599
	Erkek	37	15,03	3,014		
Toplam Ölçek Puanı	Kadın	74	96,65	12,888	,735	0,464
	Erkek	37	94,76	12,573		

*Bağımsız Örneklem T-Testi

Ailesi ile birlikte yaşayan öğrenciler ailesi ile yaşamayanlara göre anlamlı derecede yüksek ölçek puanlarına sahiptir (Tablo 8). Buna göre ailesi ile yaşayanlarda yiyecek hazırlama becerileri, sağlıklı atıştırmalık tipleri, sosyal ve bilinçli yeme, gıda etiketlerinin incelenmesi, sağlıklı yiyecekler için harcama alt ölçek puanları ve toplam ölçek puanları ailesi ile yaşamayanlara göre daha yüksektir. Bu durum ailenin gıda okuryazarlığı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Öğrencilere aldıkları eğitimin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisi sorulmuş ve %63,1'i eğitimin etkisi olduğunu ifade etmiştir. Alınan eğitimin beslenme alışkanlıkları üzerinde etkisi olduğunu düşünenlerin Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçek puanları daha yüksektir (Tablo 9). Buna göre aldıkları eğitimin etkisi olduğunu düşünenlerin karşı koyabilme ve direnç, sosyal ve bilinçli yeme, gıda etiketlerinin incelenmesi, günlük beslenme planı, sağlıklı yiyecekler için harcama, sağlıklı gıda bulundurma alt ölçek puanları ve toplam ölçek puanları eğitimin etkisi olmadığını düşünenlere göre anlamlı derecede yüksektir.

Herhangi bir gıda maddesine karşı besin alerjisi olanların, besin alerjisi olmayanlara göre, karşı koyabilme ve direnç alt ölçek puanları anlamlı derecede düşüktür, şu anda diyet yapanların gıda etiketlerini inceleme puanları diyet yapmayanlara göre daha yüksektir ve hayatlarının herhangi bir döneminde diyet yapmış olanların günlük beslenme planı alt ölçeğinden aldıkları puanlar hiç diyet yapmamışlara göre daha yüksektir (Tablo 10).

Öğrencilerin bireysel sağlıklarına dikkat etme durumların göre sağlıklı atıştırılabilirlik tipleri alt ölçeğinden aldıkları puanlar ve toplam ölçek puanları bireysel sağlığına dikkat etmeyenlere göre anlamlı derecede yüksektir. Öğrencilerin bireysel sağlığına dikkat etme durumuna göre algılanan gıda okuryazarlığı alt ölçeklerinden aldıkları puanlar Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 8. Aile ile birlikte yaşama durumlarına göre öğrencilerin algılanan gıda okuryazarlığı ölçek puanları

Alt Ölçekler	Aile ile birlikte yaşama durumu	n	S.O.	S.T.	U	p
Yiyecek Hazırlama Becerileri	Evet	95	33,16	530,5	394,50	0,002
	Hayır	16	59,85	5685,5		
Karşı Koyabilme ve Direnç	Evet	95	42,47	679,5	543,50	0,068
	Hayır	16	58,28	5536,5		
Sağlıklı Atıştırılabilirlik Tipleri	Evet	95	39,41	630,5	494,50	0,025
	Hayır	16	58,79	5585,5		
Sosyal ve Bilinçli Yeme	Evet	95	37,00	592,0	456,00	0,010
	Hayır	16	59,20	5624,0		
Gıda Etiketlerinin İncelenmesi	Evet	95	39,25	628,0	492,00	0,022
	Hayır	16	58,82	5588,0		
Günlük Beslenme Planı	Evet	95	49,03	784,5	648,50	0,344
	Hayır	16	57,17	5431,5		
Sağlıklı Yiyecekler İçin Harcama	Evet	95	41,22	659,5	523,50	0,043
	Hayır	16	58,49	5556,5		
Sağlıklı Gıda Bulundurma	Evet	95	46,97	751,5	615,50	0,221
	Hayır	16	57,52	5464,5		
Toplam Ölçek Puanı	Evet	16	28,47	455,5	319,50	0,000
	Hayır	95	60,64	5760,5		

U. Mann-Whitney U Testi, S.O. Sıra Ortalaması, S.T. Sıra Toplamı

Tablo 9. Alınan eğitimin etkisine göre öğrencilerin algılanan gıda okuryazarlığı ölçek puanları

Alt Ölçekler	Alınan Eğitimin Etkisi	n	Ort	Ss	t	p
Yiyecek Hazırlama Becerileri	Evet	70	21,33	4,42	1,160	0,248
	Hayır	41	20,27	5,02		
Karşı Koyabilme ve Direnç	Evet	70	17,77	3,44	2,700	0,008
	Hayır	41	15,83	4,01		
Sağlıklı Atıştırılabilirlik Tipleri	Evet	70	13,81	2,65	1,050	0,296
	Hayır	41	13,24	2,96		
Sosyal ve Bilinçli Yeme	Evet	70	11,37	2,13	2,796	0,006
	Hayır	41	10,12	2,50		
Gıda Etiketlerinin İncelenmesi	Evet	70	6,31	1,93	4,683	0,000
	Hayır	41	4,66	1,54		
Günlük Beslenme Planı	Evet	70	6,50	2,27	2,495	0,014
	Hayır	41	5,44	1,96		
Sağlıklı Yiyecekler İçin Harcama	Evet	70	7,29	1,81	2,892	0,005
	Hayır	41	6,24	1,87		
Sağlıklı Gıda Bulundurma	Evet	70	15,71	2,95	4,255	0,000
	Hayır	41	13,24	2,95		
Toplam Ölçek Puanı	Evet	70	100,10	11,20	4,831	0,000
	Hayır	41	89,05	12,34		

Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablo 10. Öğrencilerin bazı değişkenlere göre algılanan gıda okuryazarlığı alt ölçeklerinden aldıkları puanlar

Alt Ölçekler	Değişkenler	N	S.O.	S.T.	U	p
Karşı koyabilme ve direnç	Besin alerjisi	19	45,55	865,50	605,00	0,034
	Evet	92	58,16	5350,52		
Gıda etiketlerinin incelenmesi	Şu anda diyet yapma	28	71,63	2005,51	724,50	0,003
	Evet	83	50,73	4210,53		
Günlük beslenme planı	Hayatın bir döneminde diyet yapmış olma	46	63,45	2918,50	1152,50	0,038
	Evet	65	50,73	3297,50		

U. Mann-Whitney U Testi, S.O. Sıra Ortalaması, S.T. Sıra Toplamı

Tablo 11. Öğrencilerin bireysel sağlığa dikkat etme durumuna göre algılanan gıda okuryazarlığı alt ölçeklerinden aldıkları puanlar

Alt Ölçekler	Bireysel sağlığa dikkat etme	N	S.O.	S.T.	U	p
Yiyecek Hazırlama Becerileri	Evet	96	57,76	5545,02	551,00	0,144
	Hayır	15	44,73	671,01		
Karşı Koyabilme ve Direnç	Evet	96	58,26	5592,50	503,50	0,061
	Hayır	15	41,57	623,54		
Sağlıklı Atıştırmalık Tipleri	Evet	96	58,44	5610,03	486,00	0,042
	Hayır	15	40,40	606,02		
Sosyal ve Bilinçli Yeme	Evet	96	56,91	5463,54	632,50	0,445
	Hayır	15	50,17	752,52		
Gıda Etiketlerinin İncelenmesi	Evet	96	57,54	5524,01	572,00	0,194
	Hayır	15	46,13	692,04		
Günlük Beslenme Planı	Evet	96	57,57	5527,03	569,00	0,188
	Hayır	15	45,93	689,01		
Sağlıklı Yiyecekler İçin Harcama	Evet	96	56,05	5381,01	715,00	0,965
	Hayır	15	55,67	835,02		
Sağlıklı Gıda Bulundurma	Evet	96	57,04	5475,52	620,50	0,387
	Hayır	15	49,37	740,53		
Toplam Ölçek Puanı	Evet	96	58,68	5633,01	463,00	0,027
	Hayır	15	38,87	583,02		

U. Mann-Whitney U Testi, S.O. Sıra Ortalaması, S.T. Sıra Toplamı

Tartışma

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin yarısından fazlasının geliri 500 TL ve altında olup, öğrencilerin yarısına yakınının aile gelirleri asgari ücret düzeyindedir. Öğrenciler aile gelir düzeylerine paralel olarak gıda için ayrılan bütçelerini gelir düzeyi yüksekse yeterli, düşük ise kısmi yeterli ya da yetersiz olarak tanımlamışlardır. Bu çalışmada gıda okuryazarlığı ile gelir düzeyi, gıdaya ayrılan

bütçe değişkenleri ile anlamlı bir ilişki görülmemiş ancak yapılan çalışmalar beslenme alışkanlıkları ile gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir (10).

Öğrencilerin beden kitle indeks değerlerine bakıldığında neredeyse dörtte birinin preobez ve üstünde kiloya sahip olduğu görülmektedir. Dünyada ve Türkiye’de ise her iki kişiden birisi pre obez ya da obezdir

(11, 12). Çalışmamızda Türkiye ve dünya geneline göre daha iyi bir sonuç çıksa da katılımcılarda preobezite ve obezite oranı yüksektir.

Çalışmamızda evde gıda seçimi anneler tarafından yapılırken, öğrencilerin gıda seçimine etkili olarak katıldığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin büyük kısmı gıda için ayrılan bütçenin yeterli olduğunu düşünmektedir. Bir üniversitede okuyan öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada gıda tercihlerinde ailenin istekleri ve ekonomik durumun belirleyici olduğu görülmüştür (13).

Çalışmaya katılan öğrenciler genel olarak sağlığına dikkat ederken, yarıdan fazlası Kovid-19 pandemisi döneminde sağlığına daha çok dikkat etmeye başlamıştır. Çalışmamızda okudukları bölümlerin ilk yıllarındaki öğrencilerin bireysel sağlıklarına gösterdikleri dikkat son yıllarında olan öğrencilere göre daha düşük bulunmuştur. Bu durum okunulan bölümdeki alınan derslerin sağlık okuryazarlığına olumlu bir katkısının olduğunu göstermektedir. Bir çalışmada sağlık yüksekokulu öğrencilerinin diğer fakültelerde okuyanlara ve 3. sınıfta okuyan öğrencilerin 1.sınıf öğrencilerine göre beslenme konusunda daha bilgili oldukları görülmüştür (14).

Pandemi dönemi öğrencilerin üçte ikisinin sağlığına dikkat etmelerini olumlu yönde etkilemiştir. Pandemi dönemi öğrencilerin yarısına yakınının beslenmesini olumlu etkilemişken, diğer yarısına olumsuz etkileri olmuştur. Çalışmamızda pandemide Dünya Sağlık Örgütü beslenme rehberlerinin (15) önerdiği gibi sağlıklı beslenmeye başlayan katılımcı sayısı yüksek orandadır. Pandemi bireylerin beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde etkilerken (16), toplum bazında pandemi nedeniyle değişen koşullar beslenmenin de içinde bulunduğu sağlıklı yaşam tarzı davranışlarını olumsuz yönde etkilemiştir (17).

Çalışmamızda da pandemiden olumsuz etkilenmenin sebepleri arasında evde ve ekran karşısında çok uzun zaman geçirmek ilk sırada yer almakta, bunu kafe ve restoranların kapalı olması izlemektedir. Pandemi döneminde sağlığına dikkat edenlerin etmeyenlere göre ya da sağlığına dikkat etmede herhangi bir değişimi olmayanlara göre, karşı koyabilme ve direnç, gıda etiketlerinin incelenmesi ve günlük beslenme planı yapabilme bakımından becerilerinin arttığı tespit edilmiştir. Ancak, pandemi döneminde beslenme alışkanlıklarındaki değişim ile ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Çalışmamız hemşirelik lisans programında okuyan öğrenciler ile yapılan araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Hemşirelik lisans programında eğitim gören öğrencilerle Kovid-19 pandemi sürecinde yürütülen çalışmada öğrencilerin yeterli düzeyde sağlık okuryazarlığına sahip olduğu ve Kovid-19 pandemi sürecinde sağlıklı yaşam davranışlarının ise orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Kovid-19 enfeksiyonu farkındalığı ve sağlıklı hayat şekli davranışları ile sağlık okuryazarlığı arasında ilişki bulunmuştur (18).

Çalışmamızda katılımcıların toplam ölçek puan ortalaması $96,02 \pm 12,76$ olup, Türkiye’de 19-64 yaş arası yetişkinlerde yapılmış başka bir çalışmada gıda okuryazarlığı toplam ölçek puanı $88,2 \pm 12,30$ olarak bulunmuştur (19).

Biyoloji ve biyoteknoloji bölümü öğrencileri aldıkları lisans eğitiminin beslenme alışkanlıkları üzerinde olumlu etkisi olduğunu, lisans eğitimleri sürecince besin öğelerini ve gruplarını, her öğünün önemini, öğün atlamamayı, sağlıklı besin seçimleri yapabilmeyi öğrendiklerini ifade etmişlerdir. Kilo kontrolünü sağlamakta da aldıkları lisans eğitimi etkili olmaktadır. Aldıkları lisans eğitiminin beslenme alışkanlıkları üzerinde etkisi olduğunu düşünen öğrencilerin Algılanan Gıda Okuryazarlığı Ölçek puanlarının eğitimin etkisi olmadığını düşünen öğrencilere göre

anamlı derecede yksek olduğu tespit edilmiştir. Buna göre aldıkları lisans eğitiminin etkisi olduğunu düşünen öğrencilerde karşı koyabilme ve direnç, sosyal ve bilinçli yeme, gıda etiketlerinin incelenmesi, günlük beslenme planı, sağlıklı yiyecekler için harcama, sağlıklı gıda bulundurma becerileri diğerlerine göre daha iyi gelişmiştir. Çeşitli niversitelerin yüksekokul ve fakültelerinde okuyan öğrencilerle yapılan çalışmalarda lisans eğitiminin beslenme alışkanlıklarına etkisi farklılık göstermektedir. Tıp fakültesi ğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile ilgili Wilhom Beslenme Anketi uygulanarak yapılan çalışmada sınıflar büyüdükçe 'beslenme alışkanlıkları' konusunda daha dikkatli oldukları, 'ne yediği ve nasıl besleneceği konusunda farkındalık' hakkında ise yeterli olmadıkları ortaya konmuştur (20). Sağlık bilimlerinde okuyan öğrencilerin beslenme alışkanlığı, sağlıklı/sağlıksız beslenme alışkanlıkları ve besinler, beslenme bilgisi ve gıda güvenliği bilgisi bakımından sosyal ve fen bilimlerinde okuyan öğrencilere göre daha iyi olduğu ortaya konmuştur (21). Sağlık Yüksekokulu ğrencilerinin diğer fakültelerde öğrenim gören öğrencilere göre daha bilgili oldukları, öğrencilerin mezun oldukları lise, öğrenim görülen fakültenin beslenme konusunda bilgilerini etkilediği gösterilmiştir (14).

Bu çalışmada algılanan gıda okuryazarlığı leğine göre kız öğrenciler, erkek öğrencilere göre daha çok sağlıklı atıştırmalık tercih etmektedir. Bu bakımdan kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık vardır. Sağlık Yüksekokulu ğrencileri arasında yapılan çalışmada da besin seçimi, öğün aralarında atıştırma ve meyve tüketimine ilişkin cinsiyetler arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Kız ğrencilerin %40,2'si yiyeceklerin taze olması, erkek öğrenciler eşit oranlarda (%29,5) taze ve ucuz olmasının besin alımında etkili olduğu, öğrencilerin %61,3' hiç meyve yemediklerini, %30,4' de günde bir kez meyve yediklerini belirtilmiştir (10).

Üniversite ğrencilerinde yapılan bir çalışmada cinsiyet ve beslenme alışkanlığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (22). Çalışmamızda bireysel sağlıklarına dikkat eden öğrencilerin, sağlıklarına dikkat etmeyenlere göre sağlıklı atıştırmalık tipleri arasında da anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sağlığına dikkat eden öğrenciler abur cubur atıştırmalıktan kaçınmakta, sağlıklı atıştırmalıkları tercih etmektedirler. Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu ğrencilerinin gıda alımını marketten yaptıkları ve ambalajlı ürünleri tercih ettikleri, ambalajlı ürünlerin etiket bilgilerini daima okudukları, öğrencilerin yarısından fazlasının ürünlerin doğal ve katkısız olmasına oldukça dikkat ettikleri (13); ancak niversite öğrencileri arasında kolalı ve gazlı içecek ve kızartma tüketiminin fazla olduğu (23); Sağlık Bilimleri Fakültesi ğrencilerinin öğün atlama, yeterli miktarda su ve süt iememe, fastfood besin tercih etme gibi bazı yanlış alışkanlıklara da sahip oldukları (24); öğrencilerin bir kısmının beslenme ile ilgili eğitim aldığı, bir kısmının beslenme haberlerini takip ettiği, ğrencilerinin büyük çoğunluğunun öğün atladığı, besleyici gıda tüketiminin az olduğu ancak çay, kahve tüketiminin fazla olduğu (22); yemek seçiminde yemeğin doyuruculuğuna, arzu ettikleri yemeğin olmasına ve temizliğe önem verdikleri belirlenmiştir (25).

Çalışmamızda ailesi ile birlikte yaşayan öğrencilerin yiyecek hazırlama becerileri, sağlıklı atıştırmalık tipleri, sosyal ve bilinçli yeme, gıda etiketlerinin incelenmesi, sağlıklı yiyecekler için harcama alt ölçek puanları ve toplam ölçek puanları ailesi ile yaşamayanlara göre daha yüksektir. Bu durum ailenin gıda okuryazarlığı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Üniversitede formasyon alan bireyler arasında yapılan araştırmada ailenin beslenme bilgilerini öğrenmelerinde en etkili faktör olduğu, kahvaltı öğünün atlandığı, eğitim hayatına ailesinin yanında devam eden bireylerin beslenmelerine daha fazla dikkat ettikleri ama genel olarak

bireylerin beslenmelerine dikkat etmedikleri belirlenmiştir (26). 18-28 yaş aralığında olan üniversite öğrencileri büyük çoğunluğunun öğün atladığı gözlenmiş ve bunun en önemli sebebinin zaman yetersizliği olduğu bildirilmiştir (27). Evde yaşayan öğrencilerin daha düzenli kahvaltı yaptıkları ve akşam yemeklerinin en düzenli alınan öğün olduğu tespit edilmiştir (28).

Çalışmamızda katılımcıların çoğunluğu mevcut kilosundan memnun olmayıp, hayatının bir döneminde diyet yapmış, bazıları ise halen yapmaktadır. Öğrencilerin kilolarından memnuniyet durumları ile hastalık varlığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken, herhangi bir gıda maddesine karşı besin alerjisi olanların, besin alerjisi olmayanlara göre, karşı koyabilme ve direnç tutumları anlamlı derecede düşük bulunmuştur. Şu anda diyet yapanların ve hayatlarının herhangi bir döneminde diyet yapmış olanların gıda etiketlerini inceleme ve günlük beslenme planı yapabilme becerilerinin hiç diyet yapmamışlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kilolarından memnun olmayarak diyet yapan öğrencilerin beslenme konusunda hiç diyet yapmayanlardan daha bilgili olduğu söylenebilir. BKİ'ne göre zayıf, normal ve şişman olarak değerlendirilen üniversite öğrencilerinin beslenme davranışı, alışkanlık ve bilgileri arasında farklılık bulunmamış, beslenme yetersizliklerinin nedeninin besin bulamamaktan ziyade, beslenme bilgisinin yetersiz olmasından kaynaklandığını tespit etmiştir (21).

Yükseköğrenim gençliğinin beslenme sorunları açısından riskli gruplardan biridir, bilgisizliğin ve ekonomik yetersizliğin öğrencilerdeki beslenme sorunlarının başında gelmektedir (29). Yapılan araştırmalarda üniversite öğrencilerinin gıda okuryazarlığını tanımlayabildiği ancak bilgilerinin yetersiz olduğu (13); öğrencilerin büyük çoğunluğunun sağlıklı beslenmeye inanmalarına rağmen yetersiz beslenme eğitimine ve bilgi düzeyine sahip olduğu (25); öğrencilerin beslenme

bilgisinin yetersizliğin ve toplumun yanlış beslenme davranışlarını düzeltmenin, doğru ve sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırmanın ancak beslenme konusunda yapılacak eğitimle mümkün olacağı ifade edilmiştir (21). Beslenme konusunda verilen konferanslara gönüllü olarak katılan üniversite öğrencilerinin sabah, öğlen ve akşam olmak üzere her üç öğünü daha düzenli yediği tespit edilmiştir (28).

Sonuç

Bu çalışmada biyoloji ve biyoteknoloji bölümlerinde okuyan öğrencileri tarafından algılanan gıda okuryazarlığı hakkında durum tespiti yapılmıştır. Öğrencilerin aldıkları lisans eğitiminin algılanan gıda okuryazarlığı üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Biyoloji ve biyoteknoloji bölümlerinde yaşam bilimlerine dair temel dersler ve bilgiler verilmektedir. Buna rağmen öğrenciler aileden getirdikleri ve sonradan edindikleri beslenme alışkanlıklarını sürdürmektedir. Gıda okuryazarlığı algısının artırılması bireysel ve toplumsal sağlığının korunması ve geliştirilmesi için oldukça önemlidir. Bu konudaki eğitimlerin artırılması, yükseköğretim ve fakültelerde okuyan öğrencilere bu konu hakkında algı oluşturulması için kurslar, konferanslar düzenlenmesi, fen ve sağlık bilimlerinde okuyan öğrencilere konuyu içeren dersler konulmasını önermekteyiz.

Teşekkür

Araştırmaya katılan öğrencilere teşekkür ederiz.

Finansal Kaynak

Bu çalışmada herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Kaynaklar

1. Türkiye Beslenme Rehberi, T.C. Sağlık Bakanlığı Yayınları, Yayın No:1031, Ankara, ISBN: 978-975-590-608-9, 2019.
2. Madalı B, Dikmen D, Piyal B, Beslenme bilgi düzeyinin değerlendirilmesinde sağlık okuryazarlığı yeterli mi?. Beslenme Diyetetik Dergisi 2017; 45(2):153-160.
3. Velardo S. The nuances of health literacy, nutrition literacy, and food literacy. J Nutr Educ Behav 2015; 47(4):385-389.
4. Vidgen H, Gallegos D. What is food literacy and does it influence what we eat: a study of Australian food experts. Queensland University of Technology, Brisbane, Queensland, 2011.URL: <https://eprints.qut.edu.au/45902/>
5. Aktaş N, Özdoğan Y. Gıda ve beslenme okuryazarlığı. Harran Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi 2016;20(2):146-153.
6. Poelman MP, Dijkstra SC, Sponselee H. Towards the measurement of food literacy with respect to healthy eating: the development and validation of the Self-Perceived Food Literacy Scale among an adult sample in the Netherlands. Int J Behav Nutr Phys Act 2018;15(1):54.
7. Selçuk-Tarı K, Çevik C, Baydur H, Meseri R. Validity and reliability of the Turkish version of the self perceived food literacy scale. Progress in Nutrition 2020;22(2):671-677.
8. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi>. Erişim tarihi:06.04.2022
9. https://file.temd.org.tr/Uploads/publications/guides/documents/20190506163904-2019tbl_kilavuz5ccdcb9e5d.pdf?a=1. Erişim tarihi: 14.08.2024
10. Özyazıcıoğlu N, Gökdere Çınar H, Buran G, Ayverdi D. Uludağ Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2009;12(2): 34-40.
11. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkey-Health-Survey-2019-33661>. Erişim tarihi:04.04.2022
12. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Erişim tarihi:07.03.2022
13. İncedal Sonkaya Z, Balcı E, Ayar A. Üniversite öğrencilerinin gıda okuryazarlığı ve gıda güvenliği konusunda bilgi, tutum ve davranışları, Amasya Üniversitesi Sabuncuoğlu Şerefeddin Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Örneği. Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi 2018; 75(1):53-64.
14. Çalıştır B, Dereli F, Eksen M, Aktaş S, Muğla Üniversitesi öğrencilerinin beslenme konusunda bilgi düzeylerinin belirlenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi 2005; 2(2):1-8.
15. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/news/news/2020/3/food-and-nutrition-during-self-quarantine-what-to-choose-and-how-to-eat-healthily>. Erişim tarihi:07.08.2021
16. Ruiz-Roso MB, de Carvalho Padilha P, Mantilla-Escalante DC, Ulloa N, Brun P, et al. A. Covid-19 confinement and changes of adolescent's dietary trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. Nutrients 2020;12(6):1807.
17. Wang X, Lei SM, Le S, Yang Y, Zhang B, et al. Bidirectional influence of the COVID-19 pandemic lockdowns on health behaviors and quality of life among Chinese adults. Int. J. Environ. Res. Public Health 2020; 17(15): 5575.

18. Peksoy Kaya S, Kaplan S. Hemşirelik öğrencilerinde COVID-19 pandemisi farkındalıklarının ve sağlık davranışlarının sağlık okuryazarlığı ile ilişkisinin değerlendirilmesi. Koç Üniversitesi Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi 2020;17(4): 304-311

19. Duman E, Altuntaş Yıldız T, Keser A, Akçil Ok M. Evaluation of food literacy and nutritional habits in individuals aged 19-64 years. Uluslararası Gazi Sağlık Bilimleri Kongresi, 15-17 Aralık 2021, Ankara, Türkiye. Bildiriler Kitabı, s.36-42.

20. Kaleli S, Kılıç N, Erdoğan M, Erdoğan N. Sakarya Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi 2017;2(2):12-18.

21. Şanlıer N, Konaklıoğlu E, Güçer E. Gençlerin beslenme bilgi, alışkanlık ve davranışları ile beden kütle indeksleri arasındaki ilişki. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi 2009; 29(2):333-352.

22. Onurlubaş E, Doğan HG, Demirkıran S. Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi 2016;32: 61-69.

23. Saygın M, Öngel K, Çalışkan S, Yağlı MA, Has M, ve ark. Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencilerinin beslenme

alışkanlıkları. SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi 2011;18(2): 43-47.

24. Aydoğan Arslan S, Daşkapan A, Çakır B. Üniversite öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi. TAF Preventive Medicine Bulletin 2016; 5(3):171-180.

25. Ermiş E, Doğan E, Erilli NA, Satıcı A. Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi: Ondokuz Mayıs Üniversitesi örneği. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi 2015; 6(1):30-40.

26. Varlı N, Karaçar E, Kargiglioğlu Ş. Formasyon eğitimi alan bireylerin beslenme alışkanlıkları üzerine bir araştırma: Sinop Üniversitesi örneği. Journal of Global Food Research 2020;1(1):10-23.

27. Özüdürker S, Koca Özer B. Erzincan Üniversitesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve antropometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2016;9(2):63-74.

28. Mazıcıoğlu MM, Öztürk A. Üniversite 3. ve 4. sınıf öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve bunu etkileyen faktörler. Erciyes Tıp Dergisi 2003;25(4):172-178.

29. Baysal A, Sosyal eşitsizliklerin beslenmeye etkisi. C.Ü. Tıp Fakültesi Dergisi Özel Eki 2003;25(4):66-72.