



# Turizm Akademik Dergisi

## Tourism Academic Journal

www.turizmakademik.com



## Beslenme ve Seyahat İlişkisi: Glütensiz Beslenen Kişilerin Tatil Tercihleri Üzerine Bir Araştırma\*

Ezgi ATİK<sup>a\*</sup>, Emre, ATİK<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Pamukkale Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, DENİZLİ, E-mail: easar@pau.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7960-1463

<sup>b</sup> Pamukkale Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm İşletmeciliği Bölümü, DENİZLİ, E-mail: emrea@pau.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9302-3794

### Öz

Günümüzde insanların sağlık konusunda bilinçlenmesi ve sağlıklı yaşama yönelmeleri yeni beslenme türlerini ortaya çıkartmıştır. Bu bağlamda glütensiz beslenme, buğday ve buğdaydan üretilen ürünlerin beslenmeden çıkartıldığı güncel bir yaklaşım olarak değerlendirilmektedir. Glütensiz beslenme güncel bir beslenme yaklaşımı olmanın da ötesinde bazı rahatsızlıklara sahip insanların yaşam boyu uymaları gereken zorunlu bir diyeti ifade etmektedir. Yapılan bu çalışmanın amacı, çölyak, glüten hassasiyeti ve buğday alerjisi gibi hastalıkları sebebiyle glütensiz beslenmek durumundaki kişilerin tatilleri süresince yaşadıkları sorunları tespit etmektedir. Araştırmanın evrenini çölyak hastaları gibi yaşamları boyunca glütensiz beslenmek durumunda olan ve turizm amaçlı seyahatlere katılan kişiler oluşturmaktadır. Yapılan araştırma kapsamında verilerin toplanmasında yapılandırılmış çevrimiçi anket tekniğinden yararlanılmış ve kolayda örnekleme ile toplamda 218 kişiden veriler elde edilmiştir. Yapılan araştırma sonucunda glütensiz beslenen kişilerin turistik amaçlı seyahatlerinde beslenme durumlarının seyahatlerini doğrudan etkileyen önemli bir unsur olduğu, bu kişilerin bilgiye ulaşmada önemli sorunlar yaşadıkları ve yiyecek ve içecek hizmeti sunan otel işletmelerinde kişilerin güvenilir gıdaya erişimlerinin oldukça kısıtlı olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Yapılan çalışma, turizm çeşitliliği bakımından zengin bir ülke olan Türkiye'de sağlık ve beslenme ile ilişkili durumların günümüzde hala turistik hareketlerde kısıtlılık yaratan bir unsur olabileceğini göstermesi bakımından önem taşımaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Turizm, Yiyecek ve İçecek Hizmetleri, Beslenme Yaklaşımları, Glütensiz Beslenme.

### The Relationship Between Nutrition and Travel: A Study on the Vacation Preferences of Gluten-Free Dieters

### Abstract

Today, people's awareness of health and their tendency towards healthy living have led to new nutritional approaches. In this context, gluten-free diet is considered as a current approach in which wheat and products produced from wheat are excluded from the diet. The gluten-free diet is not only a current approach to nutrition, but also a mandatory lifelong diet for people with certain conditions. The aim of this study is to identify the problems of people who have to eat gluten-free due to diseases such as celiac disease, gluten sensitivity and wheat allergy during their travels. The population of the study consists of people who have to eat gluten-free throughout their lives, such as celiac patients, and who also participate in tourism travel. Within the scope of the research, structured online survey technique was used to collect data and data were obtained from 218 people in total through convenience sampling. As a result of the research, it was concluded that the nutritional condition of gluten-free dieters is an important factor that directly affects their travel during their touristic travels, these people have major problems in getting information, and their access to safe food in hotel establishments offering food and beverage services is quite limited. This study is important in terms of revealing that health and nutrition-related conditions in Turkey, a country rich in tourism diversity, can still be a limiting factor in touristic activity.

**Keywords:** Tourism, Food and Beverage Services, Nutrition Approaches, Gluten-free Diet.

JEL CODE: L830, I120

*Makalenin Geçmişi:*

Gönderim Tarihi : 02.03.2024

Düzeltilme : 24.04.2024

Kabul : 09.05.2024

Makale Türü : Araştırma Makalesi

Atik, E. & Atik, E. Atik (2024). Beslenme ve Seyahat İlişkisi: Glütensiz Beslenen Kişilerin Tatil Tercihleri Üzerine Bir Araştırma, Turizm Akademik Dergisi, 11 (1), 1-16.

\* Bu çalışma için Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 24.04.2022-E.199027 tarih ve sayısı ile "Etik Kurul Onay" alınmıştır.

\*\* Sorumlu yazar e-posta: easar@pau.edu.tr

## GİRİŞ

Günümüzde insanların beslenme konusunda daha bilinçli hale gelmesi ile birlikte alternatif beslenme biçimleri ve diyet yaklaşımları ortaya çıkmıştır. İnternet ve sosyal medyanın yaygınlaşması ile beslenme konularında farklı eğilimlere olan ilgi ve farkındalık artmış, bu kapsamda glutensiz beslenme ve glutensiz diyetler güncel bir konu haline gelmiştir. Ancak, bazı insanlar için glutensiz beslenme, bir tercihin ötesinde sağlıklı bir şekilde yaşamlarını sürdürebilmeleri için uymaları gereken zorunlu ve sürekli bir diyeti ifade etmektedir. Başta çölyak hastalığı olmak üzere buğday alerjisi, gluten hassasiyeti ve gluten ataksisi gibi hastalıklar, glutensiz diyet gerektiren hastalıklar olarak nitelendirilmektedir (El Khoury, Balfour-Ducharme & Joye, 2018; Mayo Clinic Staff, 2021).

Glutenle ilişkili hastalıklardan olan ve glutensiz diyet gerektiren çölyak ve gluten hassasiyeti gibi hastalıklar, toplumun yaklaşık %10'unu etkilemektedir (Falcomer ve ark., 2020). Çölyak hastalığı ve gluten hassasiyeti, vücuda gluten alındığında birbirine benzer semptomlar göstermektedir ve her iki diyetle de geçerli tek tedavi glutensiz beslenmedir. Gluten hassasiyetinde çölyak hastalığından farklı olarak bağırsaklarda yaratabileceği hasarının çölyak hastalığına oranla minimum düzeyde olduğu, bazen de hasar yaratmayabileceği ifade edilmektedir (What is Celiac Disease, n.d.). İngiltere'de bulunan bir çölyak kuruluşunun yaptığı çalışmaya göre, yaklaşık 100 kişiden 1'inin çölyak hastası olduğu ve bununla beraber glutensiz diyet gerektiren diğer rahatsızlıklarla birlikte değerlendirildiğinde İngiliz tüketicilerin en az %10'unun glutensiz diyet uyguladığı tespit edilmiştir (What gluten free consumers want, 2023). Amerika Birleşik Devletleri'nde 2017 yılında yapılan bir çalışmada, yaklaşık 3.1 Milyon bireyin glutensiz diyet uyguladığı ve bu diyeti uygulayan bireylerin %72'sinin "Çölyak Hastalığı Olmadan Glütenden Kaçınan İnsanlar", (PWAG: People Without Celiac Disease Avoiding Gluten) olduğu tespit edilmiştir (McCarthy, 2017). Sağlık Bakanlığının 2019 yılı verilerine göre Türkiye'de ise çölyak hastalığı görülmesi sıklığı %0,1 ile %1 arasında değişmektedir. Bununla birlikte tanısı konulmamış olanlar da dahil edildiğinde çölyak hastası sayısının yaklaşık 250-750 bin arası olduğu tahmin edilmektedir (Sağlık Bakanlığı, 2019: 12).

Dünyada ve Türkiye'de çölyak ve glutenle ilişkilendirilen diğer hastalıklara sahip kişilerin sayısı ve bu kişiler için gluten tüketiminin ciddi olumsuz sonuçları göz önünde bulundurulduğunda glutensiz beslenme konusunun önemi daha da artmaktadır. Diğer yandan, endüstriyel ürünlerde yardımcı bir madde olarak glutenin sıklıkla kullanımı ve gluten içeren tahıl ürünlerinden elde edilen yemeklerin geleneksel mutfaklarda

yaygın kullanımı glutensiz diyetin uygulanmasını zorlaştırmaktadır. Ek olarak, gluten içermeyen gıdaların hazırlık ya da pişirme gibi çeşitli aşamalarından birinde glutenli gıdalarla teması sonucu oluşan çapraz bulaşma, çölyak hastası bireylerde ciddi sağlık risklerine yol açmaktadır (See ve ark., 2015; Studerus ve ark., 2018; Falcomer ve ark., 2020). Tüm bu etmenler göz önünde bulundurulduğunda glutensiz beslenme durumundaki kişiler için gluten içermeyen gıdalara ulaşmak önemli bir sorun haline gelmektedir. Özellikle seyahatler gibi insanların günlük yaşamlarını sürdürdükleri ortamdan uzaklaştıkları ve farklı bir ortama dahil oldukları durumlarda glutensiz gıdalara erişim sorunlarının daha da arttığı düşünülmektedir. Yapılan bu çalışmanın amacı, glutensiz beslenme durumundaki kişilerin seyahatleri süresince yaşadıkları sorunlara ilişkin mevcut durumu tespit etmektir. Turizm amaçlı seyahatler kapsamında gerçekleştirilen çalışma ile birlikte glutensiz beslenme durumundaki kişilerin seyahatleri öncesi bilgi arama süreçlerinde, seyahatleri süresince ve konaklama yaptıkları turizm tesislerinde beslenmeleri ile ilişkili olarak yaşadıkları sorunlar tespit edilecektir.

## LİTERATÜR

Bilindiği gibi buğday, insanların yerleşik hayata ve tarımsal yaşama geçişleri ile birlikte günlük yaşamlarında yer almaya başlayan ilk tahıllardandır (Mangelsdorf, 1953; Bell, 1987). Türk mutfak kültürü başta olmak üzere (Kızıldemir, Öztürk & Sarıışık, 2014) pek çok kültürde buğday ve buğdayın öğütülmesi ile elde edilen unun bulunduğu yemekler yer almaktadır. Gluten ise buğday tanelerinde bulunan temel proteindir (Day ve ark., 2006; Wieser, Koehler & Scherf, 2023). Başta buğday ve buğdaydan üretilen ürünler ile birlikte arpa, çavdar ve yulaf gibi tahıllar gluten içermektedir (Biesiekierski, 2017). Buğdaydan elde edilen un, bulgur, irmik, erişte ve makarna gibi gluten içeren ürünler insanların günlük beslenmesinde büyük bir yer tutmaktadır (Shewry, 2019).

Günlük beslenme düzeninde çokça tüketilen ekmeğ ve makarna gibi un ve irmik içeren tüm ürünlerde gluten bulunmaktadır. Gluten aynı zamanda ısıya dayanıklı, bağlayıcı ve genişletici özelliği olan bir protein olduğu için, işlenmiş pek çok gıda ürününde doku, nem tutma ve lezzet katma amaçlı olarak kullanılmaktadır (Biesiekierski, 2017). Örneğin buğdaydan elde edilen un, mutfaklarda yapılan temel soslarda ve çorbalarda kıvam verici yardımcı bir malzeme olarak kullanılmaktadır. Günlük beslenme düzeninde önemli bir yer tutan ve gluten içeren tüm bu ürünler, özellikle çölyak hastaları ve bu proteinle ilişkili hastalıkları olan bireylerde ciddi sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Çölyak hastalığını en genel anlamda "gluten içeren gıdaların alınması ile ortaya çıkan, genetik olarak yatkın

çocuklarda ve yetişkinlerde ince bağırsakları etkileyen, kronik ve çoklu ottoimmün bir hastalık” şeklinde tanımlanmak mümkündür (Celiac Disease Definition, n.d.). Çölyak hastalığı için günümüzde geçerli tek tedavinin ise yaşam boyu sıkı bir glutensiz diyet olduğu ifade edilmektedir (Gujral, Freeman & Thomson 2012; Falcomer ve ark., 2020; Wieser ve ark., 2021).

Beslenmenin yaşamın sürdürülmesinde temel bir ihtiyaç olmanın yanında bir diğer işlevi de insanlara mutluluk ve haz veren bir eylem olmasıdır (Güçlü & Nergiz, 2021). Yemek aynı zamanda, toplumlarda sembolik bir özelliğe de sahiptir (Arman & Ak, 2021). İnsanın ilk çağlarından bugüne toplumlarda yemek, bir iletişim aracı olarak çeşitli anlamlar barındıran önemli bir kültürel öge olarak düşünülebilir. Toplumların kültürel özelliklerine göre sunumu farklılaşsa da günümüzde pek çok kültürde kutlama ve yas süreçlerinde yemek önemli bir araç olarak görülmektedir (Parry, 1985; York, 2000).

Beslenme, toplumların günlük yaşamlarında önemli bir unsur olmanın yanında turistik eylemlerde de önemli bir unsurdur. Beslenme ve turizm arasındaki ilişki, iki şekilde değerlendirilebilmektedir. Bunlardan biri insanların turistik amaçlı seyahatlerde zorunlu bir ihtiyaç olarak yemek yemesidir. Diğer yandan insanların turistik amaçlı seyahatlerinde farklı bir kültürdeki yemekleri deneyimleme istekleri beslenme, kültür ve turizm arasındaki ilişkiyi ifade etmektedir (Arman & Ak, 2021). Bu kapsamda gastronomi rotaları, gastronomi turları ya da festivaller, başlı başına turistik bir hareket yaratabilmektedir. Aynı zamanda gidilen destinasyonda insanların yöresel yemekleri deneyimleme isteği veya gastronomi müzelerine ziyaretleri kültür, turizm ve beslenme arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır (Arıcı & Bayram, 2021).

Sağlıklı beslenme, turistik hareketlerin sürdürülmesinde hayati bir önem taşımaktadır (Lin ve ark., 2022). İnsanların seyahat amaçlarına bakılmaksızın bir destinasyonda konaklayan turistlerin fizyolojik bir ihtiyaç olan beslenme ihtiyaçlarının karşılanması önemlidir (Cvetković ve ark., 2016). Ancak yerel yemekler, turistik bir destinasyonda yerel bir çekicilik unsuru olmakla beraber bazı turistler için sağlık endişesi, yerel yemek deneyimini engelleyici bir unsur olabilmektedir (Cohen & Avieli, 2004). Bu doğrultuda turistik işletmelerin turistlerin sağlık endişelerini yaratan unsurları bilmesi ve bu doğrultuda çözüm önerileri getirmeleri önemlidir.

Ağırlama ve turizm sektörü kapsamında tüketicilerin beslenme özelliklerini açıklamaya yönelik yapılan bir çalışmada (Cvetković ve ark., 2016), çeşitli diyetler ile gıda duyarlılıklarına ek olarak çölyak hastalarının glutensiz beslenme ihtiyaçları değerlendirilmiştir. Bu

kapsamda çölyak hastalığının son yıllarda tüm dünyada kronik yaygın bir hastalık olduğunun vurgulandığı çalışmada, konaklama sektörü çalışanları için glutensiz hizmet sunumunda gluten içermeyen gıdalar hakkında bilgi edinmelerinin önemli olduğu ve aynı zamanda mutfaklarda bağlayıcı olarak kullanılan maddeler gibi gizli gluten içeren besinlerin varlığına da dikkat etmeleri gerektiği ifade edilmiştir.

Turistik eylemler süresince gıda alerjileri, farklı beslenme tarzları ve gıda tercihleri bulunan kişilerin sorunlarını tespit etmeye yönelik olarak yapılan bir çalışmada (Eren, 2020), veganlar ve vejetaryenlere ek olarak çölyak hastaları da çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışma sonucunda çölyak hastası katılımcıların özellikle glutensiz içerikler konusunda sorun yaşadıkları ve yemeklerde gluten varlığı endişesi taşıdıkları tespit edilmiştir.

Turizm sektöründe tüketici grubu olarak çölyak hastaları ve gluten hassasiyeti bulunan kişilerin çalışma grubu olarak belirlendiği bir çalışmada (Muñoz-Mazón ve ark., 2021), kırılğanlıklar ve hizmet deneyimi arasındaki ilişkiyi incelemek ve böylece tüketicileri anlamak amaçlanmıştır. Yapılan çalışma sonucunda kırılğanlıkları nedeniyle yüksek risk algısı bulunan bu tüketici grubunun turizm hizmetlerini satın almadan önce bilgiye ulaşmak için daha fazla zaman harcadıkları tespit edilmiştir.

Çölyak hastaları ve glutensiz beslenen kişiler örneğinde yapılan bir çalışmada (Korbiel, 2023), bu kişilerin seyahatlerini organize ederken diyetlerini bozmadan sürdürebilmek için önceden belirli düzenlemeler yapmak zorunda oldukları belirlenmiştir. Bu kapsamda araştırmaya dahil olan kişilerin önemli bir kısmı için seyahat edecekleri destinasyonlarda glutensiz yemek bulunma durumu, bu yemeklere ilişkin gıda güvenliği ve destinasyonda gıda temini gibi konuların en önemli belirleyiciler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürdeki çalışmalardan yola çıkılarak gerçekleştirilen bu araştırmanın konusunu, genel anlamda turizm amaçlı seyahatlerde beslenme ile ilişkili yaşanan sorunların belirlenmesi oluşturmaktadır. Bu doğrultuda, Türkiye’de beslenme ihtiyacı kapsamında çölyak rahatsızlığına sahip kişilerin bakış açısını ortaya koymaya yönelik olarak araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın Türkiye’deki çölyak derneklerine üye katılımcılar ile sınırlandırılması, araştırmanın turizmin bileşenleri olan konaklama, yeme içme ve ulaştırma işletmelerini de kapsamı ve aynı zamanda araştırmada tatil sürecinin bir bütün olarak genel anlamda değerlendirilmesi, önemini ortaya koymaktadır. Yapılan araştırmanın, turizm sektöründe çölyak rahatsızlığına sahip kişilerin bakış açısı ile glutensiz beslenme konusundaki genel eksikliklerin tespit edilerek bu kapsamda

işletmelerin yapabilecekleri düzenlemeleri ortaya koymak bakımından ilgili literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

## YÖNTEM

Çeşitli rahatsızlıkları nedeniyle glutensiz beslenmek durumundaki kişilerin tatilleri süresince yaşadıkları sorunları tespit etmek amacıyla nicel yaklaşımlardan biri olan tarama araştırması yapılmıştır. Tarama araştırması, “bir konu ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum gibi özelliklerinin belirlendiği araştırmalar” şeklinde tanımlanmaktadır (Büyüköztürk ve ark., 2016: 177).

Araştırmada veri toplama tekniği olarak ise yapılandırılmış çevrimiçi anket formları kullanılmıştır. Çevrimiçi anket formunda katılımcıların turizm amaçlı seyahatlerine ilişkin sorulara, glutensiz beslenme durumları ve seyahatleri ile ilişkisine yönelik sorulara ve demografik sorulara yer verilmiştir. Anket formu oluşturulurken gluten ve seyahat ilişkisi ile ilgili sorular hazırlanırken literatürde yer alan çalışmalardan (Cvetković ve ark., 2016; Eren, 2020) yararlanılmıştır. Anket formu hazırlanırken kapsam geçerliliği sağlamak için turizm alanında uzman üç akademisyenden görüşleri alınmıştır. Araştırmaya başlanmadan önce araştırmacılar tarafından çevrimiçi anketlerin uygulanmasına yönelik Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 24.04.2022-E.199027 tarih ve sayısı ile etik kurul izni alınmıştır. Anketlerin uygulanmasına 25.04.2022 tarihinde başlanmış ve 08.08.2022 tarihine kadar anket formu açık tutulmuştur. Araştırma kapsamında oluşturulan anket formunun bir örneği EK 1'deki gibidir.

Araştırmanın evrenini Türkiye'de bulunan çölyak derneklerine üye olan ve aynı zamanda turizm amaçlı seyahat eden 18 yaş ve üzeri yetişkinler oluşturmaktadır. Araştırmada örnekleme tekniği olarak ise kolayda örnekleme tercih edilmiştir. Kolayda örnekleme, “araştırma konusu ile ilgili ve kolayca ulaşılabilir olan birimlerden örneklemin oluşturulduğu” ve “gönüllülük esasına dayanan” ve rassal olmayan bir örnekleme tekniği olarak tanımlanmaktadır (Yolal, 2016: 78). Bu kapsamda araştırmada, Türkiye'nin çeşitli illerinde bulunan Çölyak Derneklerine telefon ile ulaşılmış ve ankete katılmayı kabul eden çölyak hastaları ile çevrimiçi anket formu paylaşılmıştır.

Sağlık Bakanlığı'nın verilerine göre Türkiye'de 2021 yılı sonu itibarıyla toplam 138.230 hastaya çölyak tanısı konmuştur (Sağlık Bakanlığı, 2021). Araştırmaya tüm evren dahil edildiğinde genellenebilirlik için gereken örneklem sayısı %95 güvenilirlik düzeyinde 283 kişidir (Saruhan ve Özdemirci, 2011). Ancak, Türkiye'de çölyak tanısı konan hastalar içerisinde bulunan yetişkin

sayısı, bu yetişkinler içerisinde çölyak derneklerine üye hasta sayısı ve aynı zamanda bu üyeler içerisinde turizm amaçlı seyahat edenlerin sayısı net olarak bilinmemektedir. Aynı zamanda, anket formu Türkiye'de bulunan tüm dernek üyelerine ulaştırılmış ve dört ay süresince açık tutulmuştur ve anketin açık olduğu dönemde toplam 218 kişi gönüllü olarak ankete katılım sağlamıştır. Araştırmada toplam 218 kişiden elde edilen veriler, SPSS 25 paket programına aktarılmış, veriler kapsamında tanımlayıcı istatistikler yapılmıştır.

## BULGULAR

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular üç başlık altında incelenmektedir. Bu kapsamda ilk olarak katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin elde edilen bulgular, araştırmaya katılan kişilerin turizm amaçlı seyahatlerine yönelik genel bulgular ve yemek hizmeti sunan konaklama işletmelerini tercih eden katılımcılar kapsamında elde edilen bulgular olmak üzere elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

### Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında ilk olarak katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgulara Tablo 1'de yer verilmektedir. Tablo 1'e göre katılımcıların %83,5'i (182 katılımcı) kadın, %16,5'i ise (36 katılımcı) erkeklerden oluşmaktadır. Kadın ve erkek katılımcılara ilişkin bu bulgunun, çölyak tanısı alan kadın sayısının erkek sayısına oranla fazla olması ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu durum, kadın çölyak hastası sayısının erkek hastalara oranla fazla olduğunu ifade eden literatürdeki sistematik derleme çalışmaları ile benzerlik göstermektedir (Ciacci ve ark., 1995; Singh ve ark., 2016; Jansson-Knodell ve ark., 2019). Katılımcılardan %61,5'i evli (134 katılımcı), %38,5'i (84 katılımcı) ise bekârdır. Katılımcıların %54,1'i (118 katılımcı) bir işte çalışmaktayken, %45,9'u (100 katılımcı) çalışmamaktadır. Katılımcıların yaş gruplarına bakıldığında ise en fazla katılımın 36-45 yaş (%28,4 ve 62 katılımcı) aralığında olduğu görülmektedir. Buna ek olarak 18 yaş ve üzeri her yaş grubundan katılımcı bulunmaktadır (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Soru	Seçenekler	Frekans	Yüzde (%)
<i>Cinsiyetiniz</i>	Kadın	182	83,5
	Erkek	36	16,5
	<i>n</i>	218	%100
<i>Medeni durumunuz</i>	Evli	134	61,5
	Bekar	84	38,5
	<i>n</i>	218	%100
<i>Çalışma durumunuz</i>	Çalışıyor	118	54,1
	Çalışmıyor	100	45,9
	<i>n</i>	218	%100
<i>Yaşınız</i>	18 yaş	34	15,6
	19-25 yaş	25	11,5
	26-35 yaş	28	17,4
	36-45 yaş	62	28,4
	46-55 yaş	41	18,8
	56 yaş ve üzeri	18	8,3
	<i>n</i>	218	%100
<i>Yaşadığınız şehir</i>	Amasya	1	0,5
	Ankara	6	2,8
	Antalya	12	5,5
	Bilecik	1	0,5
	Çorum	7	3,2
	Denizli	10	4,6
	Erzincan	1	0,5
	Eskişehir	13	6,0
	İstanbul	15	6,9
	İzmir	7	3,2
	Konya	32	14,7
	Malatya	5	2,3
	Manisa	26	11,9
	Muğla	3	1,4
	Tekirdağ	1	0,5
	Uşak	3	1,4
	Düzce	6	2,8
	Belirtilmemiş	69	31,7
	<i>n</i>	218	%100

Katılımcıların yaşadıkları şehirlere bakıldığında (Tablo 1), 69 katılımcı (%31,7) Türkiye sınırları içerisinde yaşamakla beraber yaşadığı şehri belirtmemiştir. Araştırmaya en fazla katılım Konya (32 katılımcı) ve Manisa (26 katılımcı) illerinden olmuştur. Bunu sırasıyla İstanbul (15 katılımcı), Eskişehir (13 katılımcı), Antalya (12 katılımcı), Denizli (10 katılımcı), İzmir (7 katılımcı), Çorum (7 katılımcı), Ankara (6 katılımcı), Düzce (6 katılımcı), Malatya (5 katılımcı), Muğla (3 katılımcı) ve Uşak (3 katılımcı) takip etmektedir. Amasya, Bilecik, Erzincan ve Tekirdağ illerinden de birer katılımcı bulunmaktadır. Bu kapsamda yapılan çalışmada

çeşitli demografik özelliklere sahip ve Türkiye'nin farklı şehirlerinden glütensiz beslenmek durumundaki katılımcının araştırmaya dâhil olduğu söylenebilmektedir.

#### **Turizm Amaçlı Seyahatlere Yönelik Genel Bulgular**

Araştırma kapsamında katılımcılara ilişkin genel bilgiler verildikten sonra ikinci olarak katılımcıların turizm amaçlı seyahatlerine ilişkin bulgular incelenmiştir. Tablo 2'de katılımcıların seyahatlerine ilişkin genel bulgulara yer verilmektedir.

**Tablo 2.** Katılımcıların Seyahatlerine İlişkin Genel Bulgular

Soru	Seçenekler	Frekans	Yüzde (%)
<i>Turizm amaçlı olarak ne sıklıkta seyahat edersiniz?</i>	Yılda 1 kez	117	%53,7
	Yılda 2 kez	62	%28,4
	Yılda 3 kez	21	%9,6
	Yılda 4 kez	8	%3,7
	Yılda 5 ve daha fazla	10	%4,6
	<i>n</i>	218	%100
<i>Seyahatlerinizde en fazla hangi konaklama türünü tercih edersiniz?</i>	Pansiyon	28	%12,8
	Apart Otel	44	%20,2
	3-4 Yıldızlı Otel	26	%11,9
	5 Yıldızlı Otel	84	%38,5
	Diğer	36	%16,5
	<i>n</i>	218	%100
<i>Seyahatlerinizde hangi ulaşım aracını tercih edersiniz?</i>	Araba	116	%53,2
	Otobüs	16	%7,3
	Uçak	7	%3,2
	Tren	3	%1,4
	Birden Fazla Araç	76	%34,9
	<i>n</i>	218	%100
<i>Hangi turizm türünü daha çok tercih etmektesiniz?</i>	Deniz-Kum Güneş	138	%63,3
	Kültür	25	%11,5
	Doğa	43	%19,7
	Kongre ve Etkinlik	10	%4,6
	Diğer	2	%0,9
	<i>n</i>	218	%100
<i>Hangi bölgeyi sıklıkla tercih etmektesiniz?</i>	Akdeniz	70	%32,1
	Ege	101	%46,3
	Karadeniz	19	%8,7
	Marmara	10	%4,6
	İç Anadolu	14	%6,4
	Doğu Anadolu	3	%1,4
	Güneydoğu Anadolu	1	%0,5
	<i>n</i>	218	%100

Tablo 2'ye göre katılımcıların yarısından fazlası (%53,7 ve 117 katılımcı) yılda yalnızca bir defa seyahat etmektedir. Elde edilen bu bulgunun katılımcıların ekonomik durumları ile ilgili olabileceği gibi aynı zamanda literatürdeki çalışmalar ile (Cohen & Avieli, 2004; Eren, 2022) benzer olarak sağlık durumları nedeniyle seyahat endişesi yaşadıkları ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Katılımcıların konaklama türlerine bakıldığında ise en fazla 5 yıldızlı otel (%38,5 ve 84 katılımcı) ve apart otelleri (%20,2 ve 44 katılımcı) tercih ettikleri görülmektedir. Bu kapsamda 5 yıldızlı otellerde glutensiz alternatiflerin bulunması ve apart otellerde ise kendi yemeklerini yapabileceği olanaklarının etkili olduğu düşünülmektedir.

Glütensiz beslenme durumunda olan kişiler için seyahatlerin süresi bir engel oluşturabilmektedir. Bilindiği gibi seyahat süresi uzadıkça kişilerin temel bir ihtiyaç olarak yeme-içme ihtiyaçları ortaya çıkmaktadır. Türkiye'de bulunan yasal mevzuata göre, şehirler arası ulaşım araçlarında kişilerin glutensiz gıdalara erişimlerinin işletmeler tarafından temin edilmesi ile ilgili bir zorunluluk bulunmamaktadır. Ancak, bazı havayolu işletmeleri bir hizmet farklılaştırma olarak glutensiz ve vegan yemek gibi özel yemek servisi sunabilmektedir. Katılımcıların seyahatleri esnasında beslenme durumlarının ulaşım aracı tercihlerine etki edip etmediği bu kapsamda önemli bir unsur haline gelmektedir. Katılımcıların seyahatlerinde kullandıkları ulaşım aracına ilişkin bulgular incelendiğinde (Tablo 2), katılımcıla-

rın yarısından fazlası (%53,2 ve 116 katılımcı) kişisel arabaları ile seyahat ettiklerini belirtmişlerdir. Ulaşım aracı olarak en fazla arabanın tercih edilmesinin bir nedeninin beslenme durumları olduğu düşünülmektedir. Glütensiz beslenen kişiler kendi araçları ile seyahat ettiklerinde beslenmelerine uyabilecek yeme-içme işletmelerinde durabilmekte ve hatta araçlarında yanlarında bulundurdukları malzemeler ile yemek ihtiyaçlarını karşılayabilmektedirler. Katılımcıların otobüs ya da tren gibi ulaşım araçlarını özellikle uzun yolculuklarda tercih etmeleri durumunda beslenme gereksinimlerinin önemli bir sorun oluşturabileceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında katılımcıların tercih ettikleri tatil türü ve tatil bölgesi bilgileri Tablo 2'deki gibidir. Katılımcıların en fazla tercih ettikleri turizm türü deniz-kum-güneş turizmi (%63,3 ve 138 katılımcı) olmakla beraber katılımcılar doğa turizmi (%19,7), kültür turizmi (%11,5) ve kongre ve etkinlik turizmi (%4,6) amaçlı da seyahat etmektedirler. Katılımcıların seyahat ettikleri tatil bölgelerine bakıldığında ise Ege Bölgesi (%46,3 ve 101 katılımcı) ile Akdeniz Bölgesi'nin (%32,1 ve 70 katılımcı) en fazla tercih edildiği görülmektedir. Bu bulgunun katılımcıların en fazla tercih ettikleri turizm türü olan deniz-kum-güneş turizmi ile ilişkili olduğu söylenebilir. Türkiye'de bu amaçlı turistik tesislerin büyük bir çoğunluğu kıyı bölgeleri olan Akdeniz ve Ege bölgelerinde yer almaktadır. Katılımcıların tatil için tercih ettikleri bölgelere ilişkin bu bulgular, bu bölgelerde glütensiz beslenen kişilere yönelik işletmelerde mevcut durumun tespiti ve yapılabilecek iyileştirmelerin değerlendirilebilmesi bakımından önem taşımaktadır. Katılımcıların seyahatlerinde etkili olan sağlık durumlarına ilişkin bulgular ise Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3'te görülebileceği gibi katılımcıların neredeyse dörtte üçü (%74,8 ve 163 katılımcı) tatil tercihlerinde sağlık durumlarının doğrudan etkili olduğunu ifade etmiştir. Bu bulgu ile ilişkili olarak katılımcıların %83,9'u (183 katılımcı) bir yere seyahat etmeden önce tatile gidecekleri yerdeki yemek olanaklarını internet üzerinden araştırdıklarını ve %50,9'u (111 katılımcı) seyahatlerinde ulaşım aracı seçimlerinde sağlık durumlarının etkili olduğunu belirtmişlerdir. Tüm bunlara ek olarak katılımcıların yaklaşık dörtte üçü (%75,7 ve 165 katılımcı) tatillerinde glütensiz diyetlerini sürdürmede zorluk yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Elde edilen tüm bu bulgular literatürdeki çalışmalar ile (Cohen & Avieli, 2004; Muñoz-Mazón ve ark., 2021; Korbiel, 2023) benzerlik göstermektedir. Bu kapsamda çölyak hastaları gibi yaşamları boyu bir diyeteye uymak durumunda olan kişilerin turistik amaçlı seyahatleri öncesi bilgiye ihtiyaç duydukları, seyahatleri süresince diyetleri ile ilgili endişeler ile çeşitli zorluklar yaşadıkları ve bu zorlukları aşmak amacıyla kişisel olarak çaba gösterdiklerini ortaya koymaktadır.

### Yemek Servisi Sunan Konaklama İşletmelerine Yönelik Bulgular

Araştırma kapsamında, glütensiz beslenen kişilerin seyahatleri süresince ve tatilleri esnasında yaşadıkları genel sorunları tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırmada evrene dahil edilen katılımcılara yönelik genel sorunlar tespit edildikten sonraki aşamada, bir hizmet olarak yiyecek ve içecek servisi sunan işletmeleri tercih eden katılımcılar özelinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bilindiği gibi turizm amaçlı seyahatlerde yeme içme eylemi, bir gereksinim olmanın yanında

**Tablo 3.** Katılımcıların Seyahatlerinde Etkili Olan Durumlara İlişkin Bulgular

Soru	Seçenekler	Frekans	Yüzde (%)
<i>Tatil tercihinizde sağlık durumunuz etkili olmakta mıdır?</i>	Evet	163	%74,8
	Hayır	19	%8,7
	Bazen	36	%16,5
	<i>n</i>	218	%100
<i>Konaklayacağınız işletmeleri seçerken yemek olanaklarını internette araştırır mısınız?</i>	Evet	183	%83,9
	Hayır	9	%4,1
	Bazen	26	%11,9
	<i>n</i>	218	%100
<i>Ulaşım aracı tercihinizde sağlık durumunuz etkili olmakta mıdır?</i>	Evet	111	%50,9
	Hayır	67	%30,7
	Bazen	40	18,3
	<i>n</i>	218	%100
<i>Tatillerinizde özel diyetinizi sürdürmekte zorluk yaşıyor musunuz?</i>	Evet	165	%75,7
	Hayır	20	%9,2
	Bazen	33	%15,1
	<i>n</i>	218	%100

tatilleri tamamlayıcı ve aynı zamanda deneyim oluşturan önemli bir unsurdur (Yıldız, 2020). Bu kapsamda bu başlık altında amaçlanan, konaklama tesisleri

konaklayan 110 katılımcıya ilişkin bulgular üzerinden değerlendirilmiştir. Bu kapsamda, Tablo 4'te yemek servisi sunan konaklama işletmelerinde katılımcıların

**Tablo 4.** Yiyecek ve İçecek Hizmeti Satın Alan Katılımcıların İşletmeden Bilgi Alma Durumlarına Yönelik Bulgular

Soru	Seçenekler	Frekans	Yüzde (%)
Gittiğiniz otelde yemeklerin içerikleri hakkında bilgi almanız gerekiyor mu?	Evet	92	%83,6
	Hayır	5	%4,6
	Bazen	13	%11,8
	<i>n</i>	110	%100,0
Gittiğiniz otelde yemek içerikleri hakkında bilgiyi kimden ediniyorsunuz?	Çalışanlar	79	%71,8
	Yemek etiketleri	7	%6,4
	Bilgi edinmiyorum	24	%21,8
	<i>n</i>	110	%100
Gittiğiniz otelde özel beslenme durumunuzla ilgili taleplerinize çalışanlar hoşgörüsüyle yaklaşmakta mıdır?	Evet	80	%72,7
	Kısmen evet	7	%6,4
	Hayır	23	%20,9
	<i>n</i>	110	%100

özelinde ve yalnızca bu hizmeti satın almayı tercih eden katılımcılar örnekleminde glütensiz beslenmeye yönelik mevcut durumu incelemektir. Yiyecek-içecek hizmeti veren konaklama işletmeleri özelinde mevcut durum, 3 yıldızlı, 4 yıldızlı ve 5 yıldızlı otellerde

sunulan yemek hizmetine ilişkin bilgi alabilme durumlarına yönelik bulgulara yer verilmektedir.

Tablo 4'te ifade edildiği gibi yiyecek içecek hizmeti veren otellerde konaklayan katılımcılardan %83,6'sı

**Tablo 5.** Yiyecek ve İçecek Hizmeti Sunan Konaklama Tesislerinde Hizmet Sunumuna Yönelik Katılımcıların Görüşleri

Soru	Seçenekler	Frekans	Yüzde (%)
Gittiğiniz otelde özel diyetinize uygun bir yemek büfesi bulunmakta mıdır?	Evet	16	%14,5
	Hayır	94	%85,5
	<i>n</i>	110	%100,0
Cevabınız hayırsa, özel diyetinize uygun bir yemek büfesi bulunmasını ister misiniz?	Evet	93	%84,5
	Hayır	1	%0,9
	Belirtmemiş	16	%14,6
	<i>n</i>	110	%100,0
Gittiğiniz otelde özel diyetinize uygun odaya servis yapılıyor mu?	Evet	14	%12,7
	Hayır	96	%87,3
	<i>n</i>	110	%100,0
Cevabınız hayırsa, özel diyetinize uygun odaya servis yapılmasını ister misiniz?	Evet	92	%83,6
	Hayır	12	%10,9
	Belirtmemiş	6	%5,5
	<i>n</i>	110	%100,0
Gittiğiniz otelde ana yemek öğünlerinde yemek içeriklerini gösteren etiketler bulunuyor mu?	Evet	25	%22,7
	Hayır	85	%77,3
	<i>n</i>	110	%100,0
Cevabınız hayırsa, ana yemek öğünlerinde yemek içeriklerini gösteren etiketler konulmasını ister misiniz?	Evet	88	%80,0
	Hayır	2	%1,8
	Belirtmemiş	20	%18,2
	<i>n</i>	110	%100,0



yiyecekleri yemeklere ilişkin bilgi alma ihtiyacı duymaktadır. Katılımcıların büyük bir kısmı (%71,8 ve 79 katılımcı) bu bilgiyi çalışanlardan aldığını ifade etmiştir. Katılımcılardan %21,8'i (24 katılımcı) bilgi edinemediğini ve yalnızca %6,4'ü (7 katılımcı) yemek etiketlerinden bilgi alabildiğini ifade etmiştir. Çalışanların konu ile ilgili taleplere karşı hoşgörülü olma durumlarına ilişkin katılımcıların görüşleri ise genel anlamda olumlu olmakla birlikte (%72,7 evet ve %6,4 kısmen evet), katılımcıların %20,9'u bu konuda olumsuz görüş bildirmişlerdir. Oteller gibi hizmet kalitesinin önemli olduğu işletmelere yönelik elde edilen bu sonuç, otellerin bu konuda geliştirilmesi gereken yönleri olduğunu göstermektedir. Son olarak, Tablo 5'te ise konaklama tesislerinde sunulan yiyecek ve içecek hizmetlerine yönelik katılımcıların görüşlerine yer verilmektedir.

Araştırmaya dahil olan katılımcılardan %85,5'i (94 katılımcı), konakladıkları otel işletmesinde diyet büfelinin bulunmadığını ve %84,5'i (93 katılımcı) diyet büfe bulunması konusunda istekli olduklarını ifade etmiştir. Benzer bir bulgu olarak katılımcıların büyük bir kısmı (%87,3 ve 96 katılımcı) otellerde istedikleri diyet menü için odaya servis bulunmadığını ve bu konuda istekli olduklarını (%83,6 ve 92 katılımcı) belirtmişlerdir. Yemeklerde alerjenlere ilişkin etiketleme bulunma durumuna bakıldığında ise katılımcılardan %77,3'ü (85 katılımcı) etiket bulunmadığını belirtmiştir. Bu kapsamda katılımcıların beşte dördü (%80,0 ve 88 katılımcı) gıdalardaki alerjen durumu için etiket bulunmasını istediklerini ifade etmiştir. 26 Ocak 2017 yılında Resmi Gazete'de yayımlanan Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği'ne göre gluten içeren tahıllar, yönetmeliğin ekinde alerjiye ya da intoleransa neden olan maddelerden biri olarak nitelendirilmektedir ve gıda işletmecilerinin yönetmeliğin 9. Maddesine göre bu bilgiyi belirtmesi zorunlu tutulmuştur (Türk Gıda Kodeksi..., 2017, 26 Ocak). Bu kapsamda katılımcılar içerisinde yemek etiketlerinde alerjen bilgisine ulaşanların sayısının az olması, otel işletmelerinde etiketleme konusunda bir eksiklik olduğuna işaret etmektedir. Diğer yandan otel işletmelerinde özellikle belirli bir gıdaya karşı intoleransı olan kişiler için özel bir hizmet olarak diyet büfelerin az olması ve odaya servis imkanının kısıtlı olması olumsuz bir durum yaratmaktadır. Otel işletmelerinin temel bir zorunluluk olan beslenme ihtiyacı için özel ihtiyacı olan kişilere bu hizmetleri sunmasının olumlu anlamda bir fark yaratacağı düşünülmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Kişilerin dinlenme ve eğlenme amaçlı buldukları yerden uzaklaşarak farklı bir yere seyahatleri olarak nitelendirilen turizm hareketlerinde iki önemli unsur konaklama ve yeme-içme ihtiyacının bir işletmede karşılanmasıdır. Yemek, turizm amaçlı seyahatlerde başlıca motivasyon unsuru olabildiği gibi, gıda endişesi ya da çeşitli rahatsızlığı olan bireyler için yemek, tatil süresince temel bir ihtiyacın karşılanması anlamına da gelmektedir. Bu kapsamda, gluten tüketiminin tamamen kısıtlandığı rahatsızlıklara sahip bireylerin, tatilleri süresince yaşadıkları beslenme ile ilgili zorluklar bu çalışmanın temel konusunu oluşturmaktadır.

Yapılan çalışma sonucunda çölyak hastası bireylerin neredeyse dörtte üçünün sağlık durumlarının tatil tercihlerine etki ettiği ve tatillerde genel anlamda diyetlerini sürdürmede zorluk yaşadıkları (Tablo 3, %74,8 ve %75,7) ortaya konmuştur. Aynı zamanda bu kişilerin %50,9'u (Tablo 3) yemek bulamama endişesi ile turizm amaçlı seyahatlerinde ulaşım aracı seçimlerini şekillendirdikleri görülmüştür. Elde edilen bu sonuçlar, başta çölyak hastalığı olmak üzere çeşitli sağlık sorunları nedeniyle glutensiz beslenen kişilerin turistik amaçlı seyahatlerinde beslenme durumlarının seyahatlerini doğrudan etkileyen önemli bir unsur olduğunu göstermektedir. Literatürdeki çalışmalarda da benzer olarak çölyak gibi özel beslenme gerektiren rahatsızlıkları bulunan kişilerin seyahatlerini rahatsızlıklarına göre planlamak durumunda kaldıkları (Korbiel, 2023), gastronomi ve turizm deneyimleri esnasında sorunlar yaşadıkları (Eren, 2020; Korbiel, 2023) ve bu konudaki ihtiyaçlarını ve memnuniyetsizliklerini azaltmak için turizm işletmelerinin hazır olmaları gerektiği (Cvetković ve ark., 2016) sonuçlarına ulaşılmıştır.

Glutensiz beslenme durumunda olan kişilerin seyahatleri öncesinde ve seyahatleri esnasında özellikle bilgiye ulaşma konusunda yaşadıkları sorunlar, turistik işletmelerde önemli ölçüde eksiklikler olduğunu göstermektedir. Ülkemizde 5 Mart 2024 tarihinde Ticaret Bakanlığı tarafından 32480 sayılı ve "Glutensiz Gıda Ürünü Satış Yükümlülüğü Getirilmesine İlişkin Tebliğ" isimli tebliğ yayımlanmıştır. Yayımlanan tebliğ ile birlikte gıda perakende sektöründe faaliyet gösteren belirli büyüklükteki işletmeler için glutensiz ekmek, un ve atıştırmalık gibi ürünleri "süreklilik arz edecek şekilde" bulundurmaları yükümlülüğü getirilmiştir (Glutensiz Gıda Ürünü..., 2024, 5 Mart). Benzer şekilde, yasal düzenlemelerle turizm sektöründe hizmet veren belirli büyüklükteki yiyecek içecek işletmeleri ile konaklama işletmelerine glutensiz ürün bulundurma zorunluluğunun getirilebileceği düşünülmektedir. Bu şekilde özel beslenme gerektiren rahatsızlıklara sahip kişilerin tatilleri süresince yaşadıkları sorunların kıs-

men de olsa çözümlenebileceği söylenebilir. Aynı zamanda, bu işletmelerin internet sitelerinde ve sosyal medya kanallarında glutensiz ürün ve hizmet sunumu hakkında daha ayrıntılı bilgilere yer vermeleri gerektiği de düşünülmektedir.

Konakladıkları işletmede yeme içme hizmeti alan çölyak hastalarına yönelik sonuçlar değerlendirildiğinde ise bu kişilerin yaklaşık beşte dördü yemeklerin içeriğine yönelik bilgiye ihtiyaç duydukları (Tablo 4, %83,6) ve bu bilgiyi en fazla çalışanlardan (Tablo 4, %71,8) edindikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ülkemizde gıda etiketleme ile ilgili olarak 2017'de Resmi Gazete'de yayımlanan tebliğe göre, yiyecek ürünleri ve hizmeti sunan işletmelerde gluten bilgisinin verilmesi önerilmektedir (Glütensiz Gıda Ürünü..., 2024, 5 Mart). Yapılan çalışma sonucunda bu konuda hala eksiklikler olduğu, konaklama işletmelerinde gluten bilgisinin gıda etiketlerinde hala tam olarak yer almadığı, ancak araştırmaya katılan çölyak hastalarının büyük bir kısmının bu konuda istekli oldukları (Tablo 4) tespit edilmiştir. Yönetmelikte yapılacak düzenleme ile gıda etiketlemenin zorunlu hale getirilmesinin bu kapsamda önemli olduğu ve çölyak hastaları için yararlı olabileceği söylenebilir. Turistik işletmelerde gluten içeren ürünler hakkında işletme yöneticilerinin ve çalışanlarının bilgilendirilmesi ve farkındalıklarının artırılması durumunda, özellikle bilgi edinme konusundaki eksikliğin büyük bir ölçüde azalabileceği düşünülmektedir.

Çalışma sonucunda genel anlamda yiyecek ve içecek hizmeti sunan otel işletmelerinde konaklayan kişilerin diyet büfelerin azlığı, odaya servis imkanının kısıtlılığı ve yemek etiketlerinin bulunmaması gibi nedenlerle kendileri için güvenilir gıdaya erişimlerinin oldukça kısıtlı olduğu söylenebilir. Aynı zamanda, bu işletmelerde konaklayan çölyak hastalarının büyük bir kısmının glutensiz gıda konusunda bilgiye kendi çabaları ile ulaşabilmeleri bu konuda ciddi bir eksikliğin olduğunu göstermektedir. Yapılacak yasal düzenlemelerin yanında, işletmelerin bu soruna pazarlama bakış açısı ile yaklaşarak çözüm üretmesi ve bir hizmet farklılaştırması olarak glutensiz ürünlerin yer aldığı özel bölümlerin oluşturulması önerilebilir.

Yapılan bu çalışmada, Türkiye'de çölyak hastası kişilerin tatilleri süresince yaşadıkları sorunları genel anlamda ortaya koymak amaçlanmıştır. Sonuç olarak, araştırma kapsamında katılımcıların sağlık durumlarının tatil tercihlerini ve seyahat aracı tercihlerini etkilemesi ve aynı zamanda katılımcıların bir turistik destinasyona gitmeden yemek olanaklarını araştırmak durumunda kalması, turizm arzı ve turizm çeşitliliği açısından zengin bir ülke olan Türkiye'de sağlıkla ilgili durumların hala turistler için bir sorun olduğunu göstermesi bakımından önemlidir. Yapılan çalışma ile

birlikte bu durumun önemli bir sorun yarattığı ve turizm işletmelerinde konuya yönelik farkındalığın artırılması gerektiği ortaya konmuştur. Çölyak dernekleri aracılığıyla gerçekleştirilen çalışmanın, gluten ile ilişkili diğer rahatsızlıklara sahip kişiler de dahil edilerek genişletilmesi ile daha kapsamlı sonuçlara ulaşılabileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Arıcı, S. & Bayram, Ü. (2021). Gastronomi turizmi ve ilişkili kavramlar. İçinde S. Şengül & A. Kurnaz (Ed.), *Gastronomi Turizmi* (ss.25-44). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Arman, A. & Ak, S. (2021). Yemek, kültür ve turizm arasındaki ilişkiler. İçinde S. Şengül & A. Kurnaz (Ed.), İçinde *Gastronomi Turizmi* (ss.1-24). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Bell, G. D. H. (1987). The history of wheat cultivation. In Lupton, F.G.H. (Eds.), *Wheat Breeding: Its Scientific Basis* (pp. 31-49). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Biesiekierski, J. R. (2017). What is gluten?. *Journal of Gastroenterology and Hepatology*, 32, 78-81.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (20. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Celiac Disease Definiton. (n.d.). In *World Gastroenterology Organisation*. Retrieved from <https://www.worldgastroenterology.org/guidelines/ceciac-disease>.
- Ciacci, C., Cirillo, M., Sollazzo, R., Savino, G., Sabbatini, F., & Mazzacca, G. (1995). Gender and clinical presentation in adult celiac disease. *Scandinavian Journal of Gastroenterology*, 30(11), 1077-1081.
- Cohen, E., & Avieli, N. (2004). Food in tourism: Attraction and impediment. *Annals of Tourism Research*, 31(4), 755-778.
- Cvetković, B., Kalenjuk, B., Tešanović, D., & Babić, M. (2016). Gastronomic needs of modern tourists as a problem of tourism market. *Researches Review of the Department of Geography, Tourism and Hotel Management*, 45(2), 117-131.
- Day, L., Augustin, M. A., Batey, I. L., & Wrigley, C. W. (2006). Wheat-gluten uses and industry needs. *Trends in Food Science & Technology*, 17(2), 82-90.
- El Khoury, D., Balfour-Ducharme, S., & Joye, I. J. (2018). A review on the gluten-free diet: Technological and nutritional challenges. *Nutrients*, 10(10), 1410.
- Eren, S. (2020). Food-related barriers to gastronomy and tourism: The role of food allergies and diet preferences. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(2), 1117-1129.
- Falcomer, A. L., Santos Araújo, L., Farage, P., Santos Monteiro, J., Yoshio Nakano, E., & Puppini Zandonadi, R. (2020). Gluten contamination in food services and industry: A systematic review. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 60(3), 479-493.
- Glütensiz Gıda Ürünü Satış Yükümlülüğü Getirilmesine İlişkin Tebliğ, Resmi Gazete (2024, 5 Mart). <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2024/03/20240305-6.htm>.
- Gujral, N., Freeman, H.J. & Thomson, A.B. (2012) Celiac disease: Prevalence, diagnosis, pathogenesis and treatment. *World J Gastroenterol*, 18(42): 6036-59.
- Jansson-Knodell, C. L., Hujoel, I. A., West, C. P., Taneja, V., Prokop, L. J., Rubio-Tapia, A., & Murray, J. A. (2019). Sex difference in celiac disease in undiagnosed populations: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 17(10), 1954-1968.
- Kızıldemir, Ö., Öztürk, E., & Sarıışık, M. (2014). Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimler. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(3), 191-210.
- Korbiel, K. (2023). Selected aspects of tourist activity among people suffering from celiac disease. *Studia Periegetica*, 42(2).
- Lin, J., Cui, Q., Xu, H., & Guia, J. (2022). Health and local food consumption in cross-cultural tourism mobility: An assemblage approach. *Tourism Geographies*, 24(6-7), 1103-1122.
- Mangelsdorf, P. C. (1953). Wheat. *Scientific American*, 189(1), 50-59.
- Mayo Clinic Staff (2021) Gluten Free Diet. Retrieved from <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/gluten-free-diet/art-20048530>.
- McCarthy, N. (2017). The Number Of Americans Going Gluten-Free Has Tripled Since 2009. Retrieved from <https://www.forbes.com/sites/niallmccarthy/2017/01/17/the-number-of-americans-going-gluten-free-has-tripled-since-2009-infographic/? sh= 2e90c20532f2>.
- Muñoz-Mazón, A., Orea-Giner, A., Fernandez Munoz, J. J., Santiago, C., & Fuentes-Moraleda, L. (2021). Risk perception before travelling: Solutions for consumers with vulnerabilities. *Journal of Services Marketing*, 35(6), 791-806.
- Parry, J. (1985). Death and digestion: The symbolism of food and eating in North Indian mortuary rites. *Man*, 612-630.
- Sağlık Bakanlığı (2019). İçinde B. Çakır & D. Özdemir (Ed.) *Erişkin Bazı Metabolizma Hastalıkları ve Çölyak Hastalığı*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları.
- Sağlık Bakanlığı (2021). Çölyak ve Görülme Sıklığı. <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/metabolizma-ve-colyak/colyak-gorulme-sikligi.html>
- Saruhan, Ş. C. ve Özdemirci, A. (2011). *Bilim, Felsefe ve Metodoloji*. İstanbul: Beta Basım.
- See, J. A., Kaukinen, K., Makharia, G. K., Gibson, P. R., & Murray, J. A. (2015). Practical insights into gluten-free diets. *Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology*, 12(10), 580-591.

Shewry, P. (2019). What is gluten-Why is it special?. *Frontiers in Nutrition*, 6, 101.

Singh, P., Arora, S., Singh, A., Strand, T. A., & Makharia, G. K. (2016). Prevalence of celiac disease in Asia: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Gastroenterology and Hepatology*, 31(6), 1095-1101.

Studerus, D., Hampe, E. I., Fahrner, D., Wilhelmi, M., & Vavricka, S. R. (2018). Cross-contamination with gluten by using kitchen utensils: fact or fiction? *Journal of Food Protection*, 81(10), 1679-1684.

Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği, Resmi Gazete (2017, 26 Ocak). <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2017/01/20170126M1-6.htm>.

What gluten free consumers want. (2023). In *Coeliac UK*. Retrieved from <https://www.coeliac.org.uk/food-businesses/brands-and-manufacturers/what-gluten-free-consumers-want/>.

What is Celiac Disease?. (n.d.). In *National Celiac Association* Retrieved from <https://nationalceliac.org/resources/what-is-celiac-disease-2/>

Wieser, H., Koehler, P., & Scherf, K. A. (2023). Chemistry of wheat gluten proteins: Qualitative composition. *Cereal Chemistry*, 100(1), 23-35.

Wieser, H., Segura, V., Ruiz-Carnicer, Á., Sousa, C., & Comino, I. (2021). Food safety and cross-contamination of gluten-free products: A narrative review. *Nutrients*, 13(7), 2244.

Yıldız, Ö. (2020). Yiyecek, kültür ve turizm ilişkisi. İçinde A. Akbaba & N. Çetinkaya (Ed.), *Gastronomi ve Yiyecek Tarihi* (İkinci Baskı). (ss.73-88). Ankara: Detay Yayıncılık.

Yolal, M. (2016). *Turizm Araştırmalarında Örneklem - Bibliyometrik Bir Araştırma*. Ankara: Detay Yayıncılık.

York, S. (2000). *Remembering Well: Rituals for Celebrating Life and Mourning Death*. California: John Wiley & Sons.

**Destek Bilgisi:** Bu çalışmanın hazırlanması süresince herhangi bir bireyden ya da kurumdan aynı ya da nakdi bir yardım/destek alınmamıştır.

**Çıkar Çatışması:** Makalede herhangi bir çıkar çatışması ya da kazancı yoktur.

**Etik Onayı:** Bu çalışmanın tüm hazırlanma süreçlerinde etik kurallara riayet edildiğini yazarlar beyan eder. Aksi bir durumun tespiti halinde Turizm Akademik Dergisinin hiçbir sorumluluğu olmayıp, tüm sorumluluk makale yazarlarına aittir.

**Bilgilendirilmiş Onam Formu:** Tüm taraflar kendi rızaları ile çalışmaya dâhil olmuşlardır.

**Etik Kurul Onayı:** Bu çalışma için Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 24.04.2022-E.199027 tarih ve sayısı ile "Etik Kurul Onay" alınmıştır.

**Araştırmacıların Katkı Oranı:** Bu çalışma, iki yazarın ortak katkısı ile hazırlanmıştır.

1. Yazar = %50, 2. Yazar = %50

## EK 1. Anket Formu Örneği\*

1) Bir yıl içerisinde turizm amaçlı olarak ne sıklıkta seyahat edersiniz?	Yılda 1 kez Yılda 2 kez Yılda 3 kez Yılda 4 kez Yılda 5 ve daha fazla
2) Seyahatlerinizde en fazla hangi konaklama türünü tercih edersiniz?	Pansiyon Apart Otel 3-4 Yıldızlı Otel 5 Yıldızlı Otel Diğer (Açık uçlu soru)
3) Tatil tercihinizde sağlık durumunuz etkili olmakta mıdır?	Evet Hayır Bazen
4) Konaklayacağınız işletmeleri seçerken yemek olanaklarını internetten araştırır mısınız?	Evet Hayır Bazen
5) Seyahatlerinizde hangi ulaşım aracını tercih edersiniz? (Birden fazla işaretleyebilirsiniz)	Araba Otobüs Uçak Tren (Çok seçenekli yanıt)
6) Ulaşım aracı tercihinizde sağlık durumunuz etkili olmakta mıdır?	Evet Hayır Bazen
7) Hangi turizm türünü daha çok tercih etmektesiniz?	Deniz-Kum Güneş Kültür Doğa Kongre ve Etkinlik Diğer
8) Hangi bölgeyi sıklıkla tercih etmektesiniz?	Akdeniz Ege Karadeniz Marmara İç Anadolu Doğu Anadolu Güneydoğu Anadolu
9) Tatillerinizde özel diyetinizi sürdürmekte zorluk yaşıyor musunuz?	Evet Hayır Bazen
10) Gittiğiniz otelde yemeklerin içerikleri hakkında bilgi almanız gerekiyor mu?	Evet Hayır Bazen
11) Gittiğiniz otelde yemek içerikleri hakkında bilgiyi kimden ediniyorsunuz?	Çalışanlar Yemek etiketleri Bilgi edinmiyorum

## EK 1 (devamı). Anket Formu Örneği\*

12) Gittiğiniz otelde özel diyetinize uygun bir yemek büfesi bulunmakta mıdır? (Cevabınız evetse lütfen 14. Soruya geçiniz)	Evet bulunmaktadır Hayır bulunmamaktadır
13) Cevabınız hayırsa, özel diyetinize uygun bir yemek büfesi bulunmasını ister misiniz?	Evet isterim Hayır istemem
14) Gittiğiniz otelde özel diyetinize uygun odaya servis yapılıyor mu? (Cevabınız evetse lütfen 16. Soruya geçiniz)	Evet yapılıyor Hayır yapılmıyor
15) Cevabınız hayırsa, özel diyetinize uygun odaya servis yapılmasını ister misiniz?	Evet isterim Hayır istemem
16) Gittiğiniz otelde ana yemek öğünlerinde yemek içeriklerini gösteren etiketler bulunuyor mu? (Cevabınız evetse lütfen 18. Soruya geçiniz)	Evet bulunuyor Hayır bulunmuyor
17) Cevabınız hayırsa, ana yemek öğünlerinde yemek içeriklerini gösteren etiketler konulmasını ister misiniz?	Evet isterim Hayır istemem
18) Gittiğiniz otelde özel beslenme durumunuzla ilgili taleplerinize çalışanlar hoşgörüle yaklaşmakta mıdır?	Evet Hayır
Cinsiyetiniz	Kadın Erkek
Medeni durumunuz	Evli Bekar
Çalışma durumunuz	Çalışıyorum Çalışmıyorum
Yaşınız	18 yaş 19-25 yaş 26-35 yaş 36-45 yaş 46-55 yaş 56 yaş ve üzeri
Yaşadığınız Şehir	Açık uçlu soru
En fazla seyahat ettiğiniz şehir	Açık uçlu soru

\*Anket formu kapsamında yalnızca sorular yer almaktadır. Katılımcıların araştırmanın amaçlarına yönelik olarak bilgilendirildiği ve katılımın gönüllü olduğunu belirten giriş kısmına örnek kapsamında yer verilmemiştir.

## EXTENSIVE SUMMARY

### The Relationship Between Nutrition and Travel: A Study on the Vacation Preferences of Gluten-Free Dieters

Ezgi, ATİK\*, Emre, ATİK

#### Introduction

As a current approach, gluten-free nutrition refers to a diet in which wheat and products made from wheat are excluded from the daily diet. While some people eat gluten-free by choice, others have to follow a gluten-free diet throughout their lives due to health problems. Researches show that some diseases, such as celiac disease, which require a gluten-free diet, affect around 10% of the population (Falcomer et al., 2020; What gluten free consumers want, 2023) and that 72% of the approximately 3.1 million people on a gluten-free diet in the United States are “*people without celiac disease avoiding gluten*” (McCarthy, 2017). The number of celiac patients in Turkey is estimated to be between 250 thousand and 750 thousand (Sağlık Bakanlığı, 2019: 12). The fact that gluten intake causes serious health problems in diseases requiring a gluten-free diet increases the importance of a gluten-free diet.

Nutrition is an essential need for people, and people also need to eat when traveling for recreation and entertainment. For people with diseases such as celiac disease, which require a strict diet and can cause serious health problems if not followed, health concerns are an important issue to be addressed when traveling. In this context, many issues such as products that do not contain gluten but have gluten added as a binder, products that may contain gluten due to coexistence with gluten-containing products, and cross-contamination come to the fore (See et al., 2015; Studerus et al., 2018; Falcomer et al., 2020).

Wheat, which has become an important agricultural product with the transition to agricultural life in the historical process, and products such as flour, bulgur and semolina produced from wheat have an important place in nutrition in many cultures (Shewry, 2019). However, wheat products can cause serious health problems for some people, especially those with celiac disease, for whom the only treatment is a lifelong gluten-free diet (Gujral, Freeman & Thomson 2012; Falcomer et al., 2020; Wieser et al., 2021). On the other hand, when analyzed in terms of the relationship between nutrition and tourism, two issues come to the

fore: people's compulsory eating during their touristic trips and their desire to experience local food in a different culture during their travels (Arman & Ak, 2021). However, some local foods that are specific to different cultures can be a barrier to the dining experience and may cause health concerns for some tourists (Cohen and Avieli, 2004). Studies reveal that people with celiac disease are concerned about the presence of gluten in food during their touristic travels (Eren, 2020), people with celiac disease and gluten sensitivity need information before their travels due to their vulnerability (Muñoz-Mazón et al., 2021), and these people plan their travels in line with gluten-free food supply, food safety and food supply issues (Korbiel, 2023). In accordance with this, the aim of this study is to determine the current situation regarding the problems experienced by people on gluten-free diets during their vacations.

#### Methodology

In this study, quantitative research approach and survey technique were used to determine the problems experienced by people who have to eat gluten-free due to various health conditions during their vacations. A structured online questionnaire form was used as a data collection technique. Before starting the study, ethics committee permission was obtained by the researchers for the implementation of the online questionnaires. The population of the study consists of people who have to eat gluten-free throughout their lives, such as celiac patients, and who participate in touristic purpose travels. Convenience sampling was used as the sampling technique in the study. In the study, celiac associations in different cities of Turkey were contacted by phone and the study was conducted with the people who agreed to participate in the survey. Within the scope of the research, data were collected from a total of 218 people between 25.04.2022 - 08.08.2022 with the online survey technique.

#### Data Analysis and Findings

The data obtained in the study were analyzed with SPSS 25 package program. The findings of the research are analyzed in three categories: demographic characteristics of the participants, findings on the respondents' travel for tourism purposes and findings on hospitality businesses providing food and beverage services. When the demographic characteristics of the participants were analyzed, it was determined that male and female participants of all ages 18 and over participated in the study and that these participants lived in different cities of Turkey. It was found that more than half of the participants (53.7%) traveled only once a year, they mostly preferred all-inclusive hotels (35.2%) and apart-hotels (20.2%), more than

\* Corresponding author at: Pamukkale University, Tourism Faculty.  
E-Mail Address: easar@pau.edu.tr

half (53.2%) traveled with their personal cars, and the most preferred type of tourism was sea-sand-sun tourism (63.3%). 74.8% of the participants stated that their health conditions were affecting their vacation preferences, 83.9% stated that they had to search the eating facilities in the vacation destination on the internet before their vacation, 50.9% stated that their health conditions were affecting their transportation choices, and 75.7% stated that they had difficulty in keeping their gluten-free diets during their vacations in generally. When the responses regarding the accommodation establishments providing food and beverage services were analyzed, it was found that 83.6% of the participants needed information about the content of the meals in the hotels where they stayed, that they could get this information from the employees the most (71.8%) and that the people who received information were closely concern with the customers (72.7%). As an important finding, only 6.4% of the participants stated that they accessed gluten information on food labels, while 21.8% stated that they could not access the information at all. According to the responses of the participants, it was found that 85.5% of the accommodation facilities do not have a diet buffet, 87.3% do not have room service and 77.3% do not have labels indicating the presence of gluten in the meals. However, most of the participants stated that they would prefer to have room service, diet buffet and food labels.

### **Conclusion and Recommendation**

While food can be a major motivator for tourism travel, it can also be a basic need that individuals with food anxiety or various diseases need to meet only during their vacation. The main subject of this study is the nutritional difficulties faced by individuals with gluten-related health conditions during their vacations. As a result of the study, it was determined that the nutritional status of gluten-free dieters is an important factor that directly affects their travels. It has been determined that participants' dietary status is important in a majority of their travels, from the choice of vehicle to the type of accommodation facility. As for tourism enterprises, it was found that access to information about the food and access to safe food were the main problems experienced by the participants.

With this study, it has been revealed that gluten-free nutrition is an important problem during vacations and awareness of this problem should be increased in tourism enterprises. It is recommended that business managers and employees should be informed about gluten-free diets and their awareness should be raised in order to complete the lack of information about gluten-free diets in tourism businesses. It is also

important to have food labels in hotel businesses and to provide special buffets for people with gluten-free diets. It is thought that the study can be enriched by adding participants with celiac disease and other gluten-related diseases to the study.