

Türkiye’de Yayınlanan Bazı Çocuk Çizgi Filmlerinde Yer Alan Beslenme İlişkili Faktörler, Obezojenik Davranışlar ve Vücut Ağırlığına Dayalı Damgalama

Nutritional Factors, Obesogenic Behaviors, And Body Weight-Based Stigmatization in Certain Children's Cartoons Broadcasted in Türkiye

Dilek ÖZÇELİK ERSÜ¹, Melisa ŞAHİNER²

ÖZ

Bu çalışmanın amacı çizgi filmlerde bulunan beslenme ilişkili faktörleri, obezogenik davranışları ve vücut ağırlığına dayalı damgalamayı belirlemektir. Araştırma evrenini Televizyon İzleme Araştırmaları Komitesi 2023 verilerine göre çocuk kanalları içerisinde en çok izlenen Türkiye Radyo Televizyon Kurumu (TRT) Çocuk kanalı oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme, olasılıksız örnekleme yöntemlerinden amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiştir. Örneklem belirlenirken çizgi filmlerin 2023 yılında yayımlanmış olması ve ana karakterleri içerisinde şişman karakter bulunmasına dikkat edilmiştir. Buna göre TRT Çocuk kanalında yayımlanan 3 çizgi film (Rafadan Tayfa, Pırl ve Z Takımı) ve bunların TRT Çocuk kanalı internet sayfasında yayımlanan tüm bölümleri (toplam 121 bölüm) çalışmaya dâhil edilmiştir. Bu nitel çalışmada, veriler içerik analizi yöntemi ile değerlendirilmiştir. Çizgi filmlerde hem olumlu (sağlıklı besin tüketimi ve kahvaltı yapma) hem de olumsuz beslenme davranışları (hızlı ve ekmek arası besin tüketimi ve sağlıksız besinlere yönelme) gösterilmiştir. Çizgi filmler arasında telefon/tablet/bilgisayar kullanımı ile olumsuz fiziksel aktivite tasvirine ilişkin sahneler açısından anlamlı farklılıklar gösterilmiştir ($p<0.05$). Rafadan Tayfa isimli çizgi filmde obez erkek karakterin (Hayri) sürekli yemek yemeyi düşünmesine ilişkin damgalamaya ait bulguların sıklığı daha yüksekken, Z Takımı’nda vücut ağırlığına dayalı damgalama/alay etme sıklığı daha yüksek olarak bulunmuştur. Bu çalışmada çizgi filmlerin çocukların sağlıklı yaşam biçimlerini destekleyici ve olumlu beden algısını pekiştirici şekilde tasarlanmasının önemi vurgulanmaktadır. Bu bulgular, çocuklara yönelik medya içeriklerinin daha sorumlu bir şekilde tasarlanması gerektiğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çizgi Film, Beslenme, Obezite, Vücut Ağırlığına Dayalı Damgalama

ABSTRACT

This study aims to examine nutrition-related factors, obesogenic behaviors, and body weight-based stigmatization present in cartoons. The research universe consists of the TRT Kids channel, which is the most watched among the children's channels according to the Television Viewing Research Committee's 2023 data. The study sample was selected using purposive sampling, which is a non-probability sampling method. When determining the sample size, it was ensured that the cartoons were broadcast in 2023 and included obese characters as the main characters. As a result, three cartoons broadcast on the TRT Kids channel (Rafadan Tayfa, Pırl, and Z Team) and all their episodes published on the TRT Kids channel website (a total of 121 episodes) were included in the study. For this qualitative study, data was analysed using the content analysis method. Both positive (consumption of healthy foods and having breakfast) and negative eating behaviors (consumption of fast foods and sandwiches, and orientation towards unhealthy foods) were depicted in the cartoons. Significant differences were found between cartoons in scenes related to the use of phones/tablets/computers and the depiction of negative physical activity ($p<0.05$). In the cartoon "Rafadan Tayfa", the frequency of stigma related findings concerning the obese male character (Hayri) constantly thinking about eating was higher, while in "Z Team", the frequency of stigma/ridicule based on body weight was found to be higher. This study highlights the importance of designing cartoons in a way that supports healthy lifestyles and reinforces positive body image for children. The findings indicate that media content for children needs to be designed more responsibly.

Keywords: Cartoon, Nutrition, Obesity, Weight Stigma

¹Dr. Öğr. Üyesi, Dilek ÖZÇELİK ERSÜ, Beslenme ve Diyetetik, İstanbul Arel Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, dytdilekozcelik@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0247-5347

²Diyetisyen, Melisa ŞAHİNER, Beslenme ve Diyetetik, Op Dr. Ceyhun Erdem Obezite Cerrahi Kliniği, Beslenme ve Diyet Birimi, melisashiner@hotmail.com, ORCID: 0009-0005-5816-140X

GİRİŞ

Teknolojinin hızlı evrimi, telefon, tablet ve televizyon gibi cihazların kullanımının artmasına neden olmuştur. Günümüzde bu cihazlar aracılığı ile çocukların öğrendikleri ve uyguladıkları bilgilerin miktarı artmıştır.^{1,2} Radyo Televizyon Üst Kurulu tarafından 2018 yılında yapılan bir çalışmada, çocukların %11.2'si düzenli olarak çizgi film/çocuk programı izlemektedir.³ Çizgi filmler, görsel ve işitsel uyarınları bir arada sunarak, çocukları kolaylıkla etkileyebilmektedir.^{1,2} İyi hazırlanmış çizgi filmler çocuğun sosyalleşmesine ve olumlu davranışlar kazanmasına katkıda bulunabileceği gibi eğitimsel açıdan yetersiz olanlar çocukların sağlık, beden algısı, beslenme ve fiziksel aktivite ile ilgili tutum ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyebilir.^{2, 4} Ayrıca uzun süre televizyona maruz kalan çocuklarda hareketsizliğe bağlı olarak obezite, odaklanamama ve saldırgan davranışlar görülebilmektedir.¹

Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Çocukluk Çağı Obezite Gözetim Girişimi çalışması (COSI) sonuçlarına göre, Avrupa Bölgesi'nde bulunan ilkökul çağındaki çocukların %29'u (her üç çocuktan biri) fazla kilolu veya obez olarak yaşamaktadır.⁵ Ülkemizde ise, İlkokul 2. sınıf öğrencisi çocukların %9,9'u şişman ve %14,6'sı fazla kiloludur.⁶ Çocukluk çağı obezitesindeki artış, değişen çevre ve yeme tercihleri ile yetersiz fiziksel aktivite ve ekran maruziyeti gibi birçok faktörle ilişkilendirilmektedir. Çocuklar her gün 1-2 saatini televizyon karşısında geçirmektedir.² Özellikle obezite ile medya kullanımı arasında açık bir ilişki bulunmaktadır. Yani ekran başında daha fazla zaman geçiren çocukların beden kütle indeksi daha yüksektir. Bu yaygın halk sağlığı sorunu, çocukları etkileyen ve yetişkinlik dönemine uzanan ciddi fiziksel ve psikolojik sağlık sonuçlarıyla ilişkilidir.⁴

Çocuklar, çizgi filmleri izlerken birçok obezojenik ve damgalama içerikli

mesajlarla karşılaşmaktadır. Çizgi filmlerde bulunan obezojenik mesajlar, bazen sağlıklı besinlerin olumsuz bir şekilde tasvir edilmesi, besin değeri düşük yiyecek ve içeceklerin sıklıkla gösterilmesi veya çizgi film karakterlerinin uzun süreli ekrana maruz kalması ve egzersizden kaçınması şeklinde sergilenmiş olabilir.^{4, 7} Vücut ağırlığına dayalı damgalama, kişinin vücut ağırlığı veya fiziksel görünümünü nedeniyle ayrımcılığa veya olumsuz önyargılara tabi tutulması anlamına gelir. Yaygın olarak kullanılan kalıp yargılar daha büyük bedenli kişilerin tembel, zeki olmayan ve irade gücü eksik olarak gösterilmesini içerir. Bu tür damgalama içerikli mesajlar bireylerin ruh hali, özsaygı, beden imgesi, zihinsel sağlık, yaşam kalitesi ve sağlık davranışları dâhil olmak üzere bir dizi olumsuz etkiye neden olarak bireylerde utanç, intihar eğilimi ve toplumsal izolasyonun artmasına neden olabilir.⁸

Bu çalışmanın amacı çizgi filmlerde bulunan beslenme ilişkili faktörleri, obezojenik davranışları ve vücut ağırlığına dayalı damgalamayı belirlemektir.

Bu bağlamda, aşağıdaki spesifik araştırma soruları ele alınmıştır:

1. Çocuk çizgi filmlerinde sağlıklı ve sağlıksız beslenme davranışları nasıl temsil edilmektedir?
2. Çocuk çizgi filmlerinde obez karakterlerin damgalanma sıklığı ve biçimi nedir?
3. Çocuk çizgi filmlerinde fiziksel aktiviteye yönelik tasvirlerdeki farklılıklar nelerdir?

Bu sorular doğrultusunda, çalışmamızın hipotezleri şunlardır:

1. Çocuk çizgi filmlerinde sağlıksız beslenme davranışları, sağlıklı beslenme davranışlarına göre daha fazla temsil edilmektedir.

2. Obez karakterler çizgi filmlerde sıklıkla negatif damgalamalara maruz kalmaktadır.

3. Çocuk çizgi filmlerinde fiziksel aktiviteye yönelik olumsuz tasvirler belirgin bir şekilde fazladır.

MATERYAL VE METOT

Araştırma Türü

Bu çalışma çizgi filmlerde yer alan beslenme ile ilişkili faktörler, obezitenin davranışlar ve vücut ağırlığına dayalı damgalamayı inceleyen nitel bir çalışmadır. Verilerin analiz edilmesinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizi, belgeler, metinler ve diğer materyaller gibi çeşitli veri kaynaklarını, örnekleme, kodlama ve kategorizasyon gibi yöntemlerle analiz ederek, nesnel, ölçülebilir ve doğrulanabilir bilgilere ulaşmayı hedefleyen bir nitel araştırma tekniğidir.⁹

Araştırmanın Etik Yönü

Bu çalışma tasarımında insan veya hayvan bulunmadığı ve kamuya açık veriler kullanıldığı için etik kurul izni alınmasına gerek yoktur.

Evren, Örneklem Seçimi ve Araştırma Tasarımı

Araştırma evrenini Televizyon İzleme Araştırmaları Komitesi (TİAK) 2023 verilerine göre çocuk kanalları içerisinde 07:00-20:00 saatleri arası en çok izlenen Türkiye Radyo Televizyon Kurumu (TRT) Çocuk kanalı oluşturmaktadır. En çok izlenen üç çocuk çizgi film kanalının 07:00-20:00 saatleri arası 2023 yılına ait kanal reytingleri şu şekildedir; RTG%(SHARE) (reyting): TRT Çocuk 0.47(3.25), Cartoon Network 0.26(1.81) ve Minika Çocuk 0.12(0.85).¹⁰

Araştırmanın örnekleme, olasılıksız örnekleme yöntemlerinden amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiştir. Örneklem belirlenirken çizgi filmlerin 2023 yılında yayımlanmış olması ve ana karakterleri içerisinde şişman karakter bulunmasına dikkat edilmiştir. Buna göre TRT Çocuk kanalında yayımlanan 3 çizgi film (Rafadan Tayfa,

Pırıl ve Z Takımı) ve bunların TRT Çocuk kanalı internet sayfasında yayımlanan tüm bölümleri (toplam 121 bölüm) çalışmaya dâhil edilmiştir. TRT Çocuk kanalı internet sayfasında Rafadan Tayfa 'nın toplam 39 bölümü, Pırıl'ın 46 bölümü ve Z Takımı'nın ise 36 bölümü yayımlanmaktadır. Çizgi filmlere ait bölümler tek araştırmacı tarafından izlenmiştir. Rafadan Tayfa 'nın diğer serileri olan Dijital Tayfa, Trafik Tayfa, Ramazan Tayfa çalışmaya dâhil edilmemiştir.

Çizgi filmlerde yer alan beslenme ilişkili faktörler, obezitenin davranışlar ve vücut ağırlığına dayalı damgalamanın belirlenmesi amacıyla araştırmacılar tarafından güncel literatürden yararlanarak hazırlanmış bir kontrol listesi kullanılmıştır.^{4, 7, 11} Ayrıca çizgi filmlerde hareketli olma, sokak oyunları, olumlu fiziksel aktivite davranışına yönelik faktörlerde tek başına değerlendirilmiştir. Araştırmacı tarafından izlerken sık karşılaştığı beslenme ile ilişkili faktörleri içeren sahneler, obezitenin davranışlar ve damgalama ilişkili ifadeler de detaylı olarak belirtilmiştir. Çalışmada izlerken dikkat edilen kategoriler ve içerikleri şu şekilde belirlenmiştir;

Beslenme İlişkili Faktörlerin Belirlenmesi

İzlenen çizgi filmlerde tespit edilen beslenme ilişkili faktörler 2 ana başlık altında tanımlanmıştır. Buna göre beslenme ilişkili faktörler 'olumlu beslenme davranışı' ve 'olumsuz beslenme davranışı' olacak şekilde değerlendirilmiştir. Olumlu beslenme davranışı ana başlığı altında çizgi filmlerde tespit edilen, su, sebze-meyve, süt ve ürünleri, et ve ürünleri, kurubaklagil tüketimi, sağlıklı besine karşı olumlu tutum, sağlıksız besine karşı olumsuz tutum, açken yemek yeme davranışı,

kahvaltı, öğle ve akşam öğünlerinin tüketimi, ara öğün tüketimi, aile/arkadaş ile yemek yeme ve sağlıklı besin tüketimi/sağlıklı besine yönelme davranışları değerlendirilmiştir. Olumsuz beslenme davranışı ana başlığı altında ise hızlı/hazır besin tüketimi, çay/kahve/şekerli içecek/gazlı içecek tüketimi, sağlıksız besin tüketimi, sağlıksız besine karşı olumlu tutum, sağlıklı besine karşı olumsuz tutum, aç değilken/duygu durumuna/sosyal ortama bağlı yemek yeme, yalnız/tek başına yemek yeme, az porsiyon/iştahsız yemek yeme davranışları ele alınmıştır.

Obezojenik Davranışın Belirlenmesi

Obezojenik davranışın belirlenmesi amacıyla izlenen çizgi filmlerde ekran karşısında yemek yeme, bilgisayar/tablet/telefon kullanımı, fazla porsiyon veya iştahla yemek yeme, dışarıdan yemek sipariş etme, olumsuz fiziksel aktivite tasviri gibi maddelerin varlığı incelenmiştir.

Vücut Ağırlığına Dayalı Damgalama

İzlenen çizgi filmlerde vücut ağırlığına dayalı damgalama varlığını belirlemek için çizgi filmde obez karakterin sürekli yemek

düşünür şekilde tasvir edilmesi, vücut ağırlığına fiziksel özelliklerine ilişkin alay edilmesi/aşağılanması/şaka yapılması gibi faktörlerin varlığı değerlendirilmiştir.

Karakterler

Çizgi filmlerde en çok öne çıkan karakterlerin isimleri şöyledir;

Rafadan Tayfa: Hayri (Obez erkek karakter), Mert, Kamil, Akın, Sevim, Hale (Obez kadın karakter)

Pırıl: Pırıl, Nazlı, Ada, Deha, Efe, Cesur (Obez karakter), Uzun ve Mert

Z Takımı: Arda, Ela, Efe (Obez karakter), Bay B, Vıcık, Gorfı

Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırma, TRT Çocuk kanalında yayımlanan üç çizgi filmle sınırlıdır ve diğer çocuk kanallarında gösterilen çizgi filmlerin incelenmesini içermemektedir. Çalışma yönteminde içerik analizi kullanılmıştır, bu da subjektif değerlendirmeye neden olabilir olabilir. Çalışmada, çizgi filmlerin çocukların davranışları üzerindeki doğrudan etkileri ölçülmemiştir. Yalnızca potansiyel etkileri değerlendirmiştir.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Çalışmadan elde edilen bulgular aşağıda özetlenmiştir.

Çizgi filmlerin bölüm sürelerinin dakika cinsinden ortalama, standart sapma ve minimum-maksimum değerleri Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1: Çizgi filmlerin bölüm sürelerinin ortalama, standart sapma ve minimum-maksimum değerleri

Çizgi film adı	Bölüm Sayısı	Ortalama (dk)	Standart Sapma	Minimum (dk)	Maksimum (dk)
Pırıl	46	13,3	1,6	11,1	16,4
Rafadan Tayfa	39	14,6	1,1	13,0	16,5
Z Takımı	36	11,9	0,6	10,5	13,1

Tablo 2'de izlenen çizgi filmlerde yer alan olumlu ve olumsuz beslenme davranışı, obezojenik davranış/obezojenik çevre ve damgalamaya ilişkin faktörlerin dağılımı gösterilmektedir. Buna göre, çizgi

filmler arasında olumlu beslenme davranışı kategorisinde süt ve ürünleri tüketimi, ana öğünlerin tüketimi, aile/arkadaş ile yemek yeme ve sağlıklı besine yönelme konularında çizgi filmler arasında anlamlı

farklılıklar bulunmuştur ($p<0.05$). Çizgi filmler arasında olumsuz beslenme davranışına örnek teşkil edebilecek (çocukların çay/kahve tüketimi, sağlıksız besin tüketimi/sağlıksız besine yönelim) bazı sahneler açısından da istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Özellikle "Pırıl" adlı çizgi filmde, bu maddelere ilişkin sahne sayısının diğerlerine kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Ayrıca çizgi filmler arasında obezitenin davranış/obezitenin çevre kategorisinde telefon/tablet/bilgisayar kullanımı ile olumsuz fiziksel aktivite tasvirine ilişkin

sahneler açısından anlamlı farklılıklar gösterilmiştir ($p<0.05$). Rafadan Tayfa isimli çizgi filmde obez erkek karakterin (Hayri) sürekli yemek yemeyi düşünmesine ilişkin damgalamaya ait bulguların sıklığı daha yüksekken, Z Takımı'nda vücut ağırlığına dayalı damgalama/alay etme sıklığı daha yüksek olarak bulunmuştur. Pırıl isimli çizgi filmde hareketli olma/olumlu fiziksel aktivite/sokak oyunları'na ilişkin bulguların sıklığı diğerlerinden anlamlı derecede daha yüksek olarak görülmüştür ($p<0.05$).

Tablo 2: İzlenen çizgi filmlerde yer alan olumlu ve olumsuz beslenme davranışı, obezitenin davranış/obezitenin çevre ve damgalamaya ilişkin faktörlerin dağılımı

	Rafadan Tayfa ^a		Pırıl ^b		Z Takımı ^c		Toplam		χ^2 *	P	
	s	%	s	%	s	%	s	%			
Olumlu Beslenme Davranışı	Su tüketimi	5	31,3	4	25	7	44	16	100	2,042	0,36
	Sebze-meyve tüketimi	7	22,6	13	41,9	11	36	31	100	1,833	0,4
	Süt ve ürünleri tüketimi	1 ^a	6,3	15 ^b	93,8	0 ^a	0	16	100	24,412	<0,001
	Et ve ürünleri tüketimi	6	46,2	6	46,2	1	7,7	13	100	3,512	0,173
	Sağlıklı besine karşı olumlu tutum	5	55,6	4	44,4	0	0	9	100	4,64	0,098
	Sağlıksız besine karşı olumsuz tutum	0	0	3	75	1	25	4	100	2,853	0,24
	Açken yemek yeme	3	21,4	8	57,1	3	21	14	100	2,465	0,292
	Kahvaltı tüketimi	1 ^a	5,9	14 ^b	82,4	2 ^a	12	17	100	16,638	<0,001
	Öğle-akşam öğün tüketimi	1 ^a	11,1	7 ^a	77,8	1 ^a	11	9	100	6,525	0,038
	Ara öğün tüketimi	0	0	2	100	0	0	2	100	3,316	0,191
	Aile/arkadaş ile yemek yeme	7 ^a	20	21 ^b	60	7 ^a	20	35	100	10,12	0,006
	Sağlıklı besin tüketimi/sağlıklı besine yönelme	6 ^a	20,7	20 ^b	69	3 ^a	10	29	100	16,015	<0,001
Olumsuz Beslenme Davranışı	Hızlı/hazır besin tüketimi	5	33,3	4	26,7	6	40	15	100	1,191	0,551
	Çay/kahve tüketimi	5 ^a	17,9	16 ^a	57,1	7 ^a	25	28	100	6,117	0,047
	Şekerli içecek tüketimi	5	41,7	4	33,3	3	25	12	100	0,546	0,761
	Sağlıksız besin tüketimi/sağlıksız besine yönelme	14 ^a	22,2	31 ^b	49,2	18 ^{ab}	29	63	100	8,476	0,014
	Sağlıklı besine karşı olumsuz tutum	1	50	0	0	1	50	2	100	1,253	0,535
	Aç değilken/sosyal ortamda yemek yeme-atıştırma	3	23,1	4	30,8	6	46	13	100	1,897	0,387
	Yalnız/tek başına yemek yeme	1	100	0	0	0	0	1	100	2,12	0,346
	Az porsiyon/iştahsız yemek yeme	0	0	2	66,7	1	33	3	100	1,669	0,434
Sağlıksız besine karşı olumlu tutum	7	35	9	45	4	20	20	100	1,13	0,568	
Obezitenin Davranış/Çevre	Ekran karşısında yemek yeme	1	33,3	1	33,3	1	33	3	100	0,032	0,984
	Bilgisayar/telefon/tablet vb. kullanımı	1 ^a	2,6	9 ^b	23,7	28 ^c	74	38	100	53,989	<0,001
	Fazla porsiyon/iştahla yemek yeme	8	30,8	12	46,2	6	23	26	100	1,095	0,578
	Dışarıdan yemek sipariş etme	0	0	1	50	1	50	2	100	1,013	0,603
Damgalama	Olumsuz fiziksel aktivite tasviri	1	12,5	0	0	7	88	8	100	13,893	0,001
	Obez karakterin sürekli yemek düşünmesi/yemek istemesi/çevresi tarafından yemek istediği düşüncesi	28 ^a	50	21 ^b	37,5	7 ^c	13	56	100	20,647	<0,001
Diğer	Vücut ağırlığı dayalı damgalama/alay etme	1 ^a	6,7	4 ^{ab}	26,7	10 ^b	67	15	100	11,895	0,003
	Hareketli olma/olumlu fiziksel aktivite/sokak oyunları	27 ^{ab}	32,5	39 ^b	47	17 ^a	21	83	100	13,236	0,001

^{a, b, c} Çoklu karşılaştırmalar için Bonferroni testi; ^aRafadan Tayfa, ^bPırıl, ^cZ takımı

*Ki-kare

Tablo 3'te çizgi filmlerde rastlanılan bazı ifadelerle ilişkin yorum ve gözlemlere yer verilmiştir.

Rafadan Tayfa serisinde, Hayri ve Hale kardeşler obez karakterler olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak Hayri karakteri

başkarakter olduğu için çizgi filmde damgalama ile ilgili mesajların bu karakter üzerinden verildiği tespit edilmiştir. Çizgi filmde yer alan diğer karakterler ise normal vücut ağırlığına sahiptir. Çizgi filmin "Köfte Tarifi" bölümünde "ekmek arası köfte" ifadesi hızlı ve hazır besin tüketiminin bir örneği olarak ele alınırken, "ızgara köfte" ifadesi ise sağlıklı beslenme davranışlarını temsil etmektedir. Aynı bölümde Hayri karakterinin yemek düşünerek dans etmesi, obez bireylerin sürekli yemek düşündüğüne dair stereotipik bir algıyı pekiştirerek damgalamaya örnek teşkil etmektedir. "Efe Gibi" bölümünde Hayri'nin aşırı incir tüketimi, fazla porsiyon ve iştahla yeme davranışlarına işaret etmektedir. "Kar Zamanı" bölümündeki "Pekmez? 'bir yudum içen bir daha üşümez.'" ifadesi, sağlıklı besinlere karşı olumlu bir tutumu yansıtmaktadır. "Zaman Tüneli" ve "Tulumbacılar" bölümleri ise, obez karakterlerin sürekli yemek düşündüğü veya istediği yönünde damgalayıcı yorumlara sahne olmaktadır.

Pırıl serisinde "Kesirler Karnımızı Doyurdu" bölümünde, Nazlı'nın "çok kalorili" şeklindeki pide yorumu, sağlıklı bir besinin olumsuz olarak değerlendirilmesine örnek olarak sunulmuştur. "Geometrik Cisimler" bölümünde, Cesur'un şekerle ilgili yorumları ve öğretmen tepkisi, obez karaktere yönelik damgalamayı göstermektedir. "Örüntüler Bir Kuralı Vardır Bunun" bölümünde ise, "Cesur demek, bizim için yemek demektir." ifadesi, obeziteyi yeme alışkanlıklarıyla sınırlayan bir bakış açısını yansıtmaktadır.

Z Takımı serisinde "Hayvanlar Çıldırıyor" bölümünde, Bay B'nin boyunu uzun göstermek için yaptığı davranışlar, dış görünüşle ilgili toplumsal beklentileri ve damgalamayı ele almaktadır. "Bay B'nin Dev Planı" bölümünde ise, Efe'nin kilo alması ve bunun sonucunda yaşadığı içsel çatışma ile diğer karakterlerin ona yönelik yaptığı damgalayıcı yorumlar, obez bireylerin yaşadığı zorlukları gözler önüne sermektedir.

Tablo 3: Çizgi Filmlerde yer alan ifadelerle ilişkin yorum ve gözlemler

Çizgi Film	Bölüm Adı	Kategorilere İlişkin İfadeler	Yorumlar/Gözlemler
Rafadan Tayfa	Köfte Tarifi	Kamil bir anda gülmeye başlar. Mert ise niye gülüyorsun diye sorar. Kamil ise gözümün önüne Hayri'nin klasik yemek dansı geldi der. Mert ise bence dansa başlamıştır bile der ve gülerler. Hayri ise "Amanına köfte, canım ızgara köfte. Aman köfte, oh oh ekmek arası köfte." diyerek şarkı söylemeye başlar ve dans eder.	1) Çizgi filmde geçen "ekmek arası köfte" ifadesi olumsuz beslenme davranışlarından "Hızlı/hazır besin tüketimi" maddesiyle ilişkilendirilebilir. Ekmek arası besinler genellikle hızlı yemek olarak kabul edilen ve sağlıksız beslenmeye yol açabilen besinlere bir örnektir. 2) "ızgara köfte" ifadesi ise olumlu beslenme davranışlarından "et ve ürünleri kullanımı" maddesiyle ve köftenin ızgara şeklinde olması, besinin sağlıklı olduğu ile ilişkilendirilebilir. 3) Hayri karakterinin köfteyi düşünerek dans etmesi ve arkadaşlarının bu durum hakkındaki düşünceleri ve söylemleri damgalama kategorisinde "Obez karakterin sürekli yemek düşünmesi/yemek istemesi/çevresi tarafından yemek istediği düşüncesi" maddesine örnek olabilir.
Rafadan Tayfa	Efe Gibi	Hayri çok fazla incir yemiştir ve karnını tutarak " O kadar incir üzerine böyle bir heyecan ayy bana biraz fazla geldi" der ve koşar.	Çizgi filmde geçen fazla incir tüketimi ile ilişkili bu ifade Obezijenik Davranış/Obezijenik Çevre kategorisi içinde "fazla porsiyon/iştahla yemek yeme" maddesi altında değerlendirilebilir.
Rafadan Tayfa	Kar Zamanı	Pekmez? "bir yudum içen bir daha üşümez."	Bu ifade olumlu beslenme davranışı kategorisi altında "sağlıklı besine karşı olumlu tutum" maddesine örnek olabilir.

Tablo 3 devamı-1: Çizgi Filmlerde yer alan ifadelerle ilişkin yorum ve gözlemler

Çizgi Film	Bölüm Adı	Kategorilere İlişkin İfadeler	Yorumlar/Gözlemler
Rafadan Tayfa	Zaman Tüneli	Kamil, Hayri'ye "Yemeği andın karnın hemen guruldamaya başladı değil mi?" der.	Kamil'in Hayri'ye söylediği bu ifade damgalama kategorisi altında "Obez karakterin sürekli yemek düşünmesi/yemek istemesi/çevresi tarafından yemek istediği düşüncesi" maddesiyle ilişkilendirilebilir.
Rafadan Tayfa	Tulumbacılar	Mert eline megafonu alıp "Dikkat sıraya gir. Tulumbacı takımı.." der ve Hayri "Tu-tu-tulumba mı...mmhh şerbeti altın sarısı, üstü çıtır çıtır.." der. Mert ise "İtfaiyecilik haftası kutlamak için önemli bir görev bizi bekliyor." der ve megafonu alıp Hayri'nin yanına geçerek "Yani tulumba derken tulumba tatlısından bahsetmiyorum." diye bağırır.	Damgalama kategorisi açısından, Mert'in megafonla açıklama yaparak Hayri'yi tulumba kelimesini yiyecek sanıp yanlış anlamakla suçlaması, damgalaması veya alay konusu yapması ve "Obez karakterin sürekli yemek düşünmesi/yemek istemesi/çevresi tarafından yemek istediği düşüncesi" maddesiyle ilişkilendirilebilir.
Pırlı	Kesirler karnımızı doyurdu	Nazlı Sınıfa gelen pideye karşı "Pide mi? Ah çok çok kalori" diyerek tepki gösterir.	Nazlı'nın pideye "çok kalorili" diyerek tepki vermesi, pidenin sağlıklı bir tercih olmadığını düşündüğünü gösteriyor. Ancak, pide, karbonhidrat içeren tahıl grubunda yer alan bir besin. Ölçülü miktarda tüketildiği sürece sağlıklı olabilecek bir besinin sağlıksız olarak ifade edilmesi "olumsuz beslenme davranışı" kategorisi içinde "sağlıklı besine karşı olumsuz tutum" şeklinde değerlendirilebilir. Çizgi filmde pidenin enerji içeriği yerine besin ögesi içeriğine ve porsiyon büyüklüğüne bağlı olarak bir değerlendirme yapılması daha uygun olabilir.
Pırlı	Geometrik Cisimler	Pırlı "Küp şekerde bile matematik varmış" der. Cesur ise "Ne? Biri şeker mi dedi?" der. Öğretmen "Sen şeker tarafını duydun demek Cesur. Oysa Pırlı küp de demişti." der. Efe ise "Yiyecek bir şeyler olunca tüm alıcıları açılıyor." der.	Bu bölümde geçen ifadelerde obez karakterin sağlıksız bir besine karşı duyduğu heyecanı ve obez karakterin öğretmeni ve arkadaşı tarafından damgalamaya maruz kalmasını görüyoruz. Cesur'un "Biri şeker mi dedi?" tepkisi, obeziteyi sadece yiyecek tüketimiyle ilişkilendirerek stereotipik bir algıyı pekiştirebilir. Öğretmenin "Sen şeker tarafını duydun demek Cesur. Oysa Pırlı küp de demişti." şeklindeki açıklaması, obez karakterin bilgi veya fikirlerinin dikkate alınmadığını ima ederek, damgalayıcı bir söylem içerebilir. Bu durum, obez bireylerin sosyal ilişkilerinde yaşadığı damgalamanın bir örneği olarak görülebilir. Efe'nin "Yiyecek bir şeyler olunca tüm alıcıları açılıyor." ifadesi, obez karakterin besinlere karşı duyduğu isteği vurgular. Ancak, bu ifade aynı zamanda obeziteyi sadece kontrolsüz yeme davranışlarıyla ilişkilendirerek, obez bireylerin sadece bu yönlerinin ön plana çıkarılmasına neden olabilir.
Pırlı	Örüntüler Bir Kuralı Vardır Bunun	Pırlı "Cesur demek, bizim için yemek demektir." der.	"Cesur demek, bizim için yemek demektir." şeklindeki cümlede, obezite ile yemek arasında bir eşanlam ilişkisi kurulması, obeziteyi sadece aşırı yeme veya yeme alışkanlıklarıyla sınırlayan bir bakış açısını yansıtabilir. Bu tür bir ilişkilendirme, obez bireylerin sadece yemek tüketimleriyle tanımlanmasına ve değerlendirilmesine yol açabilir.
Pırlı	Açı Sandalyesi	Cesur, Deha'nın yaptığı icada karşılık " Bir kere de yemekle ilgili bir şey icat etsen ya" der.	Obezite ve beslenmeyle ilgili olumsuz stereotiplerin ve damgalamanın çocuklar arasında nasıl yaygınlaştırılabileceğini göstermektedir. Beslenme alışkanlıkları ve fiziksel görünüşle ilgili yapılan bu tür yargılar, obeziteye sahip bireylerin kendilerini dışlanmış veya değersiz hissetmelerine neden olabilir. Bu nedenle, bu tür ifadelerin bilinçli bir şekilde kullanılması ve çocuklara sağlıklı beslenme alışkanlıkları ve pozitif beden algısı konusunda eğitim verilmesi önemlidir.
Pırlı	Arşimet'in iştahlı arkadaşı	Nazlı, tahterevallı yarışında kazanan Cesur'a karşılık "Sende bu cüsse oldukça hep şampiyonsun Cesur." der	
Pırlı	Ah yönümüzü bir bulabilirsek	Nazlı "Keşke arkamızda ekme parçaları bıraksaydık" der. Cesur ise " Ekmek mi?" der. Nazlı da " Gerçi sen onları yerdin." der.	

Tablo 3 devamı-2: Çizgi Filmlerde yer alan ifadelere ilişkin yorum ve gözlemler

Çizgi Film	Bölüm Adı	Kategorilere İlişkin İfadeler	Yorumlar/Gözlemler
Z Takımı	Hayvanlar çıldırıyor	Bay B boyunu daha uzun göstermek için metal bir kıyafet içine girerek dolaşır. Bu bölümde kıyafetten çıkar ve aslında kısa boylu olduğu görülür. Bay B'nin asistanı Vıcık bunun üzerine "patron aslında çok kısa boylu biriyim, biz de daha geçen gün öğrendik. Baktığın zaman el kadar bir şey ama inanılmaz bir zekâya sahip. Başka hangi insan boy kompleksi yüzünden diğerlerinin yanında ezilmemek için kendine bir robot beden yapabilir ki. Bizim patron kesinlikle boyundan büyük işlerin adamı. (bu arada Bay B çok kızmıştır). Bu bölümün dışında 7., 11. ve 30. bölümde de boy kısalığı ile ilgili olumsuz söylemler bulunmaktadır.	Çizgi filmin bu sahnesinde vücut özelliklerine ilişkin damgalama yapıldığı görülmektedir. Bay B'nin dış görünüşünü beğenmemesi ve kendisini değiştirmeye çalışması kişinin toplumda kabul görmek ve başkalarının beklentilerini karşılamak için dış görünüşünü değiştirmesi gerektiği şeklinde bir mesaj verebilir. Kısa boy ile ilgili olumsuz mesajlar çizgi filmin başka bölümlerinde de tekrar etmektedir. Zekâ, yetenek ve başarı, fiziksel özelliklerden daha önemli olan faktörlerdir ve insanların kendilerini sadece fiziksel özelliklerine göre değil, yeteneklerine ve başarılarına göre değerlendirmesi önemlidir.
Z Takımı	Bay B'nin dev planı	Efe ayna karşısında kilo almış olduğunu fark ederek güne kötü başlar. Yine bir sahnede Efe, "kahraman Efe'den gülünüp alay edilen bir tombula dönüştüm" der. Fazla kilolarından kurtulmak için giriştiği mücadelede kendini Bay B'nin kötü planlarından birinin tam ortasında bulur. Bir sahnede Gorfi, Efe ile karşılaşır ve Efe'ye "Hoş geldin sevgili etine dolgun, doğru yerdesiniz." ve "hem göbekli hem sa" gibi kullanır. Vıcık, Bay B'ye planlarından bahsederken; "Yeterince tombalak bulabilirsek Z şehrini dehşet ve kaosa sürükleyebilecek bir devcil ordusu kurabiliriz" der. Bölüm sonunda Arda ve Ela Efe'ye davranışlarından ötürü özür dilerler ve anneanneleri ile birlikte ona daha geniş ölçülerde yeni bir kostüm hediye ederler.	Çizgi filmin bu bölümünde de vücut ağırlığına dayalı damgalamaya ilişkin ifadelerle sıkça rastlanmaktadır. Efe'nin kilo aldığı için "kahraman Efe'den gülünüp alay edilen bir tombula dönüştüm" diyerek kendisini değersizleştirme obez bireylerin bireylerde içsel çatışmaya ve olumsuz benlik algısına neden olabilir. Yine Gorfi'nin Efe için söylediği sözler obez bireylerin yetersiz, değersiz ve güçsüz olduğu düşüncesine neden olabilir. "Tombalak" kelimesi, obeziteyi aşağılayıcı ve damgalayıcı bir şekilde tanımlar. Bu, obez bireyleri sadece fiziksel özellikleriyle tanımlayarak, olumsuz bir stereotipin pekiştirilmesine katkıda bulunur.

Çalışmadan elde edilen bulgular aşağıda tartışılmıştır.

Obez bireyler, vücut ağırlıkları nedeniyle çevrelerinin önyargılı olumsuz tutum ve davranışlarına maruz kalırlar. Bu önyargı, obez bireylerin toplum tarafından dışlanmasına ve vücut ağırlığı temelli ayrımcılığa neden olabilir.¹² Çalışmamızda, izlenen çizgi filmlerde vücut ağırlığı ve boy uzunluğuna ilişkin damgalama ve alay etme ifadelerine fazlaca yer verildiği ve obez karakterlerin sıklıkla yeme eylemi ile bağdaştırıldıkları bulunmuştur. Bu tür bir ilişkilendirme, obez bireylerin sadece yemek tüketimleriyle tanımlanmasına ve değerlendirilmesine yol açarak obez bireyleri sadece bu özelliğiyle tanımlayan

dar bir kalıp oluşturabilir. Bu durum, obeziteyi sadece bireyin kontrolü altındaki bir durum olarak görmeye neden olur ve bu bireylerin yaşadığı sosyal, psikolojik ve genetik etmenleri göz ardı edebilir. Bunun sonucunda, obeziteyle mücadelede etkili ve kapsayıcı çözümler geliştirmek yerine, bireyi suçlayıcı bir yaklaşım benimsemesine neden olabilir.

Kitle iletişim araçlarında yer alan içerikler (özellikle zayıf bireylerin aşırı temsili, vücut ağırlığına yönelik mizahi unsurların kullanımı ve obezitenin etiyojisi hakkında yanıltıcı bilgilerin sunulması gibi önyargılı yaklaşımlar) bireylerin vücut ağırlığı hakkındaki tutumlarını olumsuz yönde etkileme potansiyeline sahiptir. Bu tür içeriklerin

yaygınlığı, vücut ağırlığına ilişkin damgalanmanın bireylerin psikolojik ve davranışsal tepkileri üzerinde önemli etkilere neden olabilir.^{13, 14} İzlenen çizgi filmlerde obez karakterlerin sağlıksız besinlere karşı gösterdikleri aşırı heyecan ve çevreleri tarafından maruz kaldıkları damgalayıcı davranışların, obez bireylerin beslenmesi hakkındaki ön yargıları arttırabileceğini ve olumsuz sosyal etkileşime neden olabileceğini düşünmekteyiz.

Amerikan Tıp Enstitüsü tarafından 2006 yılında yayımlanan bir raporda, 2-11 yaş arası çocukların yiyecek ve içecek tercihleri ve kısa süreli tüketimleri üzerinde televizyon reklamlarının etkisinin olduğunu belirtilmiştir. Ayrıca raporda, çocuklara ve gençlere pazarlanan yiyecek ve içecek ürünlerinin genellikle yüksek enerji, yağ, şeker ve sodyum içerdiği; düşük besin değerine sahip olduğu ve sağlıklı beslenmeyi veya fiziksel aktiviteyi teşvik eden pazarlama mesajlarının nadir olduğu vurgulanmaktadır. Televizyon reklamları ile verilen bu tür mesajların 2-18 yaş arası çocuklar ve gençlerde vücut yağlanması ile ilişkili olduğu da ifade edilmektedir.¹⁵ Başka bir raporda ise, yüksek yağ, şeker ve tuz içeren yiyeceklerin medya aracılığı ile pazarlanmasının, çocukların sağlıklı besin seçimlerini zorlaştırarak obezitenin bir çevre oluşturduğu ve bu durumun çocukların beslenme tercihlerini olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir.¹⁶ Çalışmamızda, olumsuz beslenme davranışına örnek olabilecek bazı sahneler açısından çizgi filmler arasında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuş olmasına rağmen beslenme alışkanlıklarını pozitif yönde etkileyebilecek sahneler açısından da (süt ve süt ürünleri tüketimi, kahvaltı yapma ve aile ile birlikte yemek yeme) anlamlı farklılıkların yer aldığı görülmektedir. Ek olarak istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olumlu beslenme davranışı sahnelerinin sayısı olumsuz beslenme davranışına ilişkin sahnelerin sayısından daha fazla bulunmuştur.

Özellikle "Pırıl" adlı çizgi filmde, bu maddelere ilişkin sahne sayısının diğerlerine kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek olduğu belirtilmiştir. İzlenen çizgi filmlerin, olumsuz mesajların yanı sıra süt ve süt ürünleri tüketimi, kahvaltı yapma ve aile ile birlikte yemek yeme gibi konularda olumlu mesajlar verdiği düşünülmektedir. Bu bulgular, çizgi filmlerin, çocukların beslenme alışkanlıkları üzerinde hem olumlu hem de olumsuz yönde etki yapabilecek içerikler sunduğunu göstermektedir.

Düşük gelir düzeyine sahip 9-10 yaş arası çocuklar üzerinde bir advergaming kullanılarak yapılan bir çalışmada, sağlıklı atıştırmalık tüketen bilgisayar karakterinin olduğu oyunu oynayan çocukların daha sağlıklı atıştırmalıkları tercih etme eğiliminde oldukları belirlenmiştir.¹⁷ Benzer şekilde başka bir çalışmada da, sağlıksız ürünleri tanıtmaya yönelik olan oyunların çocukların yeme davranışını olumsuz etkileyebileceğine vurgu yapılmıştır.¹⁸ Bu çalışmalar göstermiştir ki medya araçları sağlıklı beslenme alışkanlıklarını teşvik etmek için de kullanılabilir. Çalışmamızda da bazı sahnelerde sağlıklı besine karşı olumlu tutum ifade eden davranışlar gösterilmiştir. Rafadan Tayfa isimli çizgi filmin "Kar Zamanı" isimli bölümünde pekmez ile ilgili olan sahne buna örnektir.

Çizgi film karakterlerinin yeme alışkanlıkları ile vücut ağırlıkları arasındaki ilişkiyi inceleyen ve bu karakterlerin fiziksel görünüşleri hakkında verilen mesajları değerlendiren bir çalışmada, karakterlerin vücut ağırlığının tükettikleri besin türü ve miktarıyla ilişkili olduğu gösterilmiştir. Çalışmada, aşırı kilolu karakterlerin genellikle besin değeri düşük yiyeceklerin büyük bir kısmını tükettikleri gözlemlenmiş, zayıf karakterlerin pozitif özelliklerle (fiziksel aktivite ve çekicilik) daha sık ilişkilendirildiği tespit edilmiştir.¹⁹ Çalışmamızda, çizgi filmlerde hem olumlu hem de olumsuz

beslenme davranışlarına yol açabilecek sahnelerin bulunduğunu belirledik. Özellikle obez karakterlerin sıkça yeme eylemiyle ilişkilendirildiği ve damgalayıcı davranışlara maruz kaldığı gözlemlendi. İzlediğimiz çizgi filmlerde, obez karakterler genellikle ekmek arası, hızlı ve atıştırılabilir yiyeceklere yöneliyor ve daha sağlıklı beslenme alışkanlıklarına sahipler. Çizgi filmlerin çocuklar üzerinde güçlü bir etkisi olduğunu ve karakterlerin çocukların beslenme alışkanlıkları ve vücut imajı üzerinde önemli bir rol oynayabileceğini düşünüyoruz. Ancak, gözlemlediğimiz kadarıyla, bu karakterlerin beslenme alışkanlıkları ve vücut ağırlıkları çizgi filmlerde kalıplaşmış ve önyargılı bir şekilde temsil edilmektedir. Bu çalışmanın bulguları, çocuklara yönelik içeriklerin daha sorumlu bir şekilde tasarlanması gerektiğine dair önemli ipuçları sunmaktadır.

Çizgi filmlerin yemek kültürünü ve beslenme alışkanlıklarını etkileyebildiği ve toplumsal eğilimleri ve kültürel değerleri şekillendirme gücüne sahip oldukları çeşitli çalışmalarda gösterilmiştir.²⁰⁻²² Çalışmada incelenen çizgi film bölümleri, çocuklara yönelik

içeriklerde beslenme alışkanlıkları ve obezite ile ilgili temaların nasıl işlendiğine dair önemli gözlemler sunmaktadır. Bu gözlemler, karakterlerin davranışlarının ve diyaloglarının hem olumlu hem de olumsuz beslenme davranışlarını nasıl yansıttığına ve aynı zamanda sosyal damgalamaya nasıl yol açabileceğine dair değerli bilgiler içermektedir.

Bu çalışmanın güçlü yönleri şu şekilde sıralanabilir; çalışmada üç farklı çizgi filmi incelenerek beslenme ilişkili faktörler, obezitenin davranışlar ve vücut ağırlığına dayalı damgalama konularında geniş bir içerik analizi sunulmaktadır. Çalışma, ayrıca obez karakterlerin damgalanmasının sosyal ve psikolojik etkilerine de değinerek konuyu çok boyutlu ele almaktadır. Çalışmanın zayıf yönleri ise şu şekilde sıralanabilir; çalışmada örneklem tek bir çocuk kanalı ile sınırlı kalmaktadır. Ayrıca çalışma çizgi filmlerin çocukların davranışları üzerindeki doğrudan etkilerini ölçmemiş, sadece potansiyel etkileri değerlendirmiştir. Çalışmada subjektif değerlendirme yapıldığı için farklı araştırmacılar aynı içerikleri farklı şekilde yorumlayabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çocuklar için hazırlanan çizgi filmlerin, sağlıklı yaşam biçimlerini destekleyecek, olumsuz yargı ve damgalamayı önleyecek ve olumlu içeriklerde çeşitliliği artıracak şekilde tasarlanması büyük önem taşımaktadır. Bu şekilde iyi tasarlanmış çizgi filmler, çocukların sağlıklı beslenme alışkanlıklarının ve olumlu beden algısının gelişimine katkıda bulunabilir. Bu çalışmanın sonuçları, çizgi film yapımcılarına, ebeveynlere ve eğitimcilere, çocukların gelişimine olumlu katkılarda bulunacak içerikler oluşturma konusunda rehberlik edebilir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda, çocukların belirli çizgi filmleri izledikten sonra beslenme

tercihleri, fiziksel aktivite alışkanlıkları ve beden algılarında meydana gelen değişiklikleri inceleyen deneysel çalışmalar planlanmalıdır. Ayrıca, çizgi filmlerin uzun vadeli etkilerini değerlendiren uzunlamasına çalışmalar ve farklı ülkelerde yayımlanan çocuk çizgi filmlerinin karşılaştırmalı analizleri gerçekleştirilmelidir. Çocukların çizgi filmler hakkındaki düşüncelerini ve bu içeriklerin onların beslenme alışkanlıkları ve beden algıları üzerindeki etkilerini anlamak için nitel çalışmalara da ihtiyaç vardır. Medya okuryazarlığı programlarının etkinliğini ve ebeveynler ile eğitimcilerin çocukların medya

tüketimindeki rolünü inceleyen araştırmalar da bu alanda önemli katkılar sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

1. Gümüş, Ç. ve Adam, H. (2020). Çizgi Filmlerin Okul Öncesi Dönem Çocukları Üzerine Etkisi: Açık hava Tasarımları. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 47 (2020 Mart):409-421. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-08-47-03>
2. Yağlı, A. (2013). Çocuğun Eğitiminde ve Sosyal Gelişiminde Çizgi Filmlerin Rolü: Caillou ve Pepee Örneği. *Turkish Studies (Elektronik)*, 8(10), 707 - 719.
3. Çocukların yeni medya kullanım alışkanlıkları ve siber zorbalık 2018 araştırması, RTÜK
4. Howard, J.B, Skinner, A.C, Ravanbakht, S.N, Brown, J.D., Perrin, A.J, Steiner, M.J. and Perrin, E.M. (2017). Obesogenic Behavior and Weight-Based Stigma in Popular Children's Movies, 2012 to 2015. *Pediatrics*, 140(6), e20172126. <https://doi.org/10.1542/peds.2017-2126>
5. World Health Organization. (2023, March 3). Childhood obesity: Five facts about the WHO European region. Retrieved September 12, 2023, from <https://www.who.int/europe/news/item/03-03-2023-childhood-obesity--five-facts-about-the-who-european-region>
6. Türkiye Çocukluk Çağı (İlkokul 2. Sınıf Öğrencileri) Şişmanlık Araştırması - COSI-TUR 2016. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Millî Eğitim Bakanlığı, Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölge Ofisi, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1080, Ankara 2017
7. Horta, P. M., Machado, B. B., & Souza, L. V. (2021). Food content on children movies from 2013 to 2018: taking food processing into account. *Jornal de pediatria*, 97(3), 342–347. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2020.06.006>
8. Selensky, J.C. and Carels, R.A. (2021). Weight stigma and media: An examination of the effect of advertising campaigns on weight bias, internalized weight bias, self-esteem, body image, and affect. *Body image*, 36, 95–106. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.10.008>
9. Metin, O. ve Ünal, Ş. (2022). İçerik Analizi Tekniği: İletişim Bilimlerinde ve Sosyolojide Doktora Tezlerinde Kullanımı. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(Özel Sayı 2), 273-294. <https://doi.org/10.18037/ausbd.1227356>
10. TIAK.Televizyon İzleme Araştırma Şirketi 2022 yılı yıllık reyting raporları. Available at: <http://tiak.com.tr/tablolalar>. Accessed September 19, 2023.
11. Sıpçık, S, Tat, A.N, Günay, O. ve Öztürk A. (2021). Türksat'ta yer alan çocuk kanallarında yayınlanan çizgi filmlerde obezite ile ilgili tutum ve davranışların sıklığı. *Turk J Public Health*;19(2):157-167.
12. World Health Organization. Weight bias and obesity stigma: considerations for the WHO European Region. 2017. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/obesity/publications/2017/weight-bias-and-obesity-stigma-considerations-for-the-who-european-region-2017>.
13. Rubino, F, Puhl, RM, Cummings, DE, et al. Joint international consensus statement for ending stigma of obesity. *Nat Med*. 2020;26 (4):485–497.
14. Kite, J, Huang, B.H, Laird, Y, Grunseit, A, McGill, B, Williams, K., Bellew, B. and Thomas, M. (2022). Influence and effects of weight stigmatisation in media: A systematic. *EClinicalMedicine*, 48, 101464. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2022.101464>
15. Tıp Enstitüsü (Institute of Medicine - IOM) (2006). Food Marketing to Children and Youth: Threat or Opportunity? Washington DC: The National Academies Press.
16. Tıp Enstitüsü (Institute of Medicine - IOM) (2013). Challenges and Opportunities for Change in Food Marketing to Children and Youth: Workshop Summary. Washington, DC: National Academies Press.
17. Pempek, T.A. and Calvert, S.L. (2009). Tipping the balance: Use of advergames to promote consumption of nutritious foods and beverages by low-income African American Children. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 163, 633–637.
18. Harris, J, Speers, S, Schwartz, M. and Brownell, K. (2012). Food company branded advergames on the Internet: Children's exposure and effects on snack consumption. *Journal of Children and the Media*, 6, 51-56.
19. Tzoutzou, M, Bathrellou, E. ve Matalas, A.L. (2020). Body Weight of Cartoon Characters in Children Series Is Associated to Food Consumption, Attractiveness, and Physical Activity Engagement. *International journal of behavioral medicine*, 27(6), 707–716. <https://doi.org/10.1007/s12529-020-09911-7>
20. Erdem, G. (2020). "Maysa ve Bulut" Örneğinde Yemek Kültürü İnşası. *Avrasya Dil Eğitimi ve Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 82-99
21. Çakı, C. (2018). İkinci Dünya Savaşı'ndaki Propaganda Savaşlarında Çizgi Filmin Rolü: Nazi Almanyası Ve Amerika Birleşik Devletleri Üzerine İnceleme. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Halkla İlişkiler ve Reklam Çalışmaları E-Dergisi*, 1(2), 51- 63.
22. Onaran, B. (2015). Mutfakta tarih: yemeğin politik serüveni. İstanbul: İletişim Yayınları.